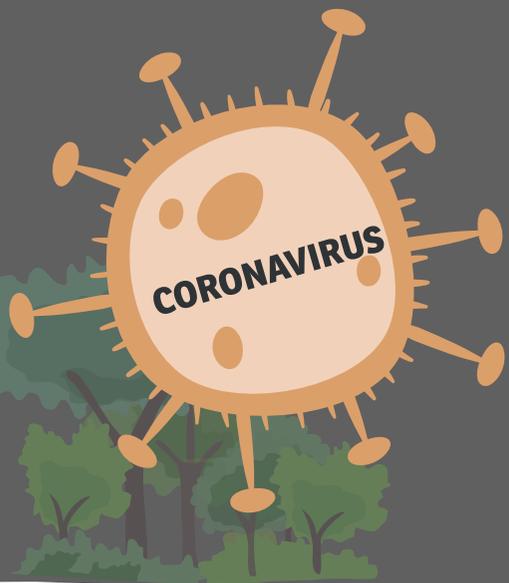


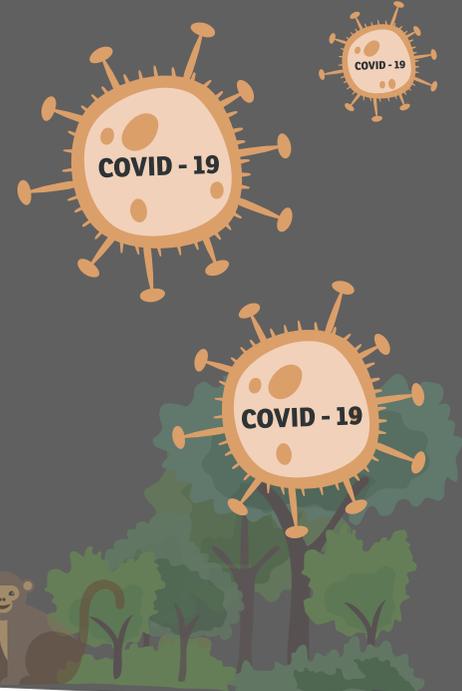
¿Qué es el **CORONAVIRUS** y cómo prevenirlo en las **COMUNIDADES INDÍGENAS**?

EL CORONAVIRUS TAMBIÉN CONOCIDO COMO EL COVID - 19



Es un **virus muy contagioso** parecido a una gripe, pero puede causar bronquitis, neumonía y en algunos **casos la muerte**. **Afecta principalmente a los abuelos y abuelas de la comunidad** y a las personas con enfermedades respiratorias, también a los que antes se enfermaron con diabetes, presión alta, hepatitis B, VIH, TBC, Cáncer, etc.

Según Organización Mundial de la Salud



Panamá y el mundo en **CUARENTENA**

A través del Decreto ejecutivo N° 507 se establece **TOQUE DE QUEDA** en todo el territorio nacional durante las **24 horas** del día a partir del 25 de marzo 2020, el cual se mantendrá vigente mientras dura la declaratoria de **Estado de Emergencia Nacional**

Se puede salir sólo:

- **Para realizar abastecimiento o compras de medicamentos**
- **Las mujeres: lunes, miércoles y viernes**
- **Los hombres: martes, jueves y sábado**

¿Cómo se transmite?



- Se transmite de persona a persona a través de gotitas que expulsa una persona enferma al hablar, toser o estornudar



- Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, nariz o los ojos.

¿Cómo saber si tengo el **CORONAVIRUS**?

Estos son los síntomas que podrían hacerte sospechar que tienes coronavirus. La única forma de confirmarlo es acercándote a un centro de salud dónde realicen pruebas rápidas de descarte del coronavirus.

- MALESTAR GENERAL
- CONGESTIÓN NASAL (MOCOS)
- DOLOR DE GARGANTA
- TOS SECA
- FIEBRE
- DIFICULTAD PARA RESPIRAR



¿Cómo prevenimos el **CORONAVIRUS** en nuestras comunidades indígenas?

1. Lávandonos las manos con jabón y agua por 20 segundos como mínimo. Cubrirnos al toser o estornudar.



3. Evitando que otras personas (turistas o foráneos) se acerquen a la comunidad para evitar cualquier tipo de contagio.



2. Acatando la cuarentena, quedándonos en nuestra comunidad. Evitar ir a las ciudades cercanas. Solo en casos de emergencia o por la compra de alimentos.

4. Evitar hacer congresos, asambleas, mingas o fiestas. Mantener una distancia de un metro con otras personas.

En caso de sospecha de contagio de coronavirus o emergencia llamar gratuitamente al **169** (MINSA) o el número de WhatsApp **6997-2539**. El centro de llamadas trabaja las 24 hora.