

# Conectados socialmente, protegidos físicamente

Orientación del Gobierno de las Islas Falkland, 5 de mayo del 2020

**Actualizado el 25 de junio para reflejar los cambios a la orientación sobre el aislamiento para aquellos identificados como vulnerables, como parte de un grupo de medidas para relajar las restricciones. Sigue vigente la orientación general sobre la interacción social por medio de burbujas. Este documento será enmendado en el futuro si la respuesta al COVID-19 cambiara de nuevo.**

## Medidas tomadas hasta la fecha

El 20 de marzo del 2020, el Gobierno de las Islas Falkland (FIG) comenzó a introducir medidas para proteger a la comunidad del COVID-19, cuando parecía que podría haber personas enfermas en Stanley. El 26 de marzo, FIG les pidió a las personas que cambiaran su comportamiento y redujo las cosas que podían hacer con el fin de reducir el riesgo de que el virus se propagara en las comunidades locales.

No contábamos con el equipo para realizar el análisis en las Islas, por lo que tomamos una serie de decisiones para ayudar a que las personas se mantuvieran a salvo. Les pedimos que disminuyeran el contacto que tenían con otras personas y, además, con el fin de asegurarnos de que cualquier enfermedad que estuviera presente en las Islas no se propagara, cerramos las escuelas y disminuimos el nivel de las actividades no imprescindibles.

Hemos podido realizar pruebas para detectar el COVID-19 tomando muestras con hisopos de las personas con síntomas parecidos a los de la gripe, y hemos podido hacer que las analicen en el Reino Unido enviándolas en avión. Sin embargo, esto toma varios días, y si alguien tuviera el COVID-19, podría pasar algo de tiempo antes de que fuera confirmado.

Esta situación cambia ahora. Fue provechoso enviar muestras al Reino Unido en avión en forma regular, y ahora el Hospital está armando una nueva plataforma para realizar pruebas que nos permita tomar muestras y hacerles pruebas a las personas que estén enfermas y ver cuál es la causa. El tener esta herramienta en las Islas significa que ahora podemos empezar a realizar algunos cambios.

Ya que la seguridad de nuestra comunidad es la prioridad, queremos asegurarnos de que sin importar lo que hagamos, no aumente el riesgo de que el COVID-19 se propague en las Islas, por lo que hemos analizado lo que otros países han hecho para ver cuál es la mejor forma que nos sirva para aumentar en forma segura nuestro contacto con los demás. El mejor equivalente que hemos encontrado según nuestras circunstancias es el método usado en Nueva Zelanda, así es que hemos tomado parte de este y lo hemos adaptado a las Islas Falkland.

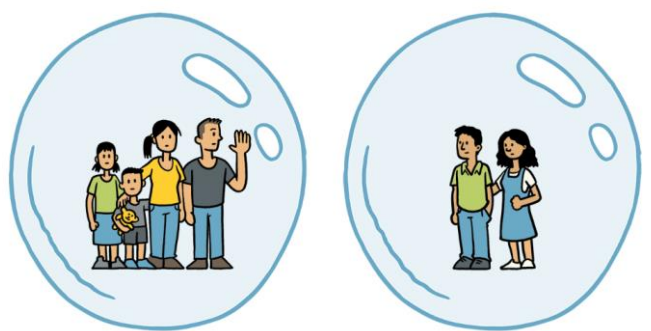
## Extensión de su círculo

La idea principal usada en Nueva Zelanda, la que hemos adaptado, es la recomendación entregada a la gente para ayudarle a reunirse en grupos, los que son llamados “burbujas”. Quizás piense que es un término extraño, pero lo usamos para ayudar a las personas a tomar decisiones sobre con quién y cómo hacen vida social.

Como parte de los cambios que estamos haciendo a nuestras recomendaciones sobre el distanciamiento social, le pedimos que identifique a las personas que están en su grupo inmediato. En la mayoría de los casos, estas personas serán aquellas con las que comparte su casa. Les pediremos que mantengan su grupo lo más cerrado posible, ya que así, en caso de que aparezca el COVID-19 en las Islas, la posible propagación sea contenida. También nos facilitará el contactar a las personas que podrían haber estado expuestas al virus.

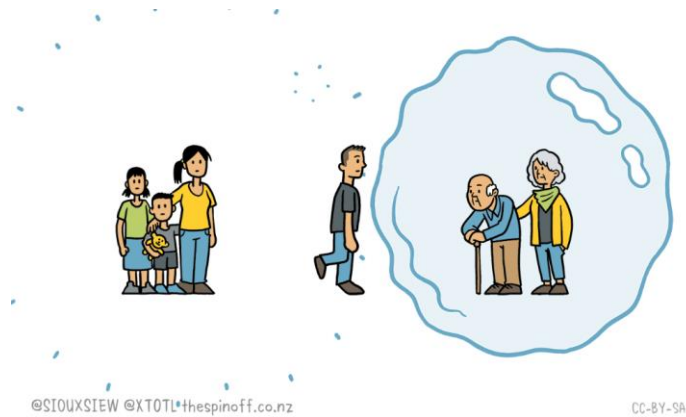
Si tiene parientes más adultos que pueden vivir solos en forma segura, entonces ellos deberían quedarse en su propia burbuja. Si vive solo y tiene a un amigo cercano que vive solo, entonces, los dos pueden formar una burbuja y circular entre los dos hogares. Si tiene pareja y coarrendatarios, y su pareja también tiene coarrendatarios, no pueden formar una burbuja a menos que uno de ustedes se vaya a vivir con el otro.

Su burbuja es como un escudo protector para mantenerlo a salvo del COVID-19.



@SIOUXSIEW @XTOTL thespinoff.co.nz

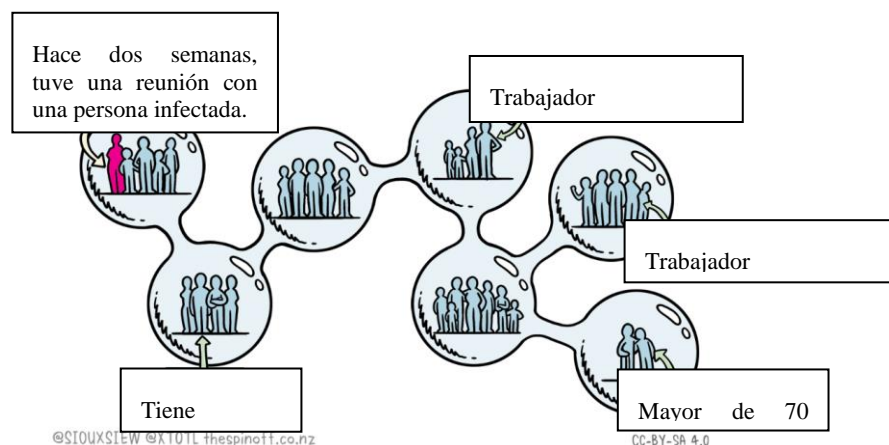
CC-BY-SA



Si una persona se enfermará con el virus, el contacto limitado entre burbujas diferentes ayudará a detener la propagación. Lo que también es importante es que su burbuja completa debe aislarse si uno de ustedes se enferma con síntomas parecidos a los del COVID-19, y por supuesto, debe llamar al Hospital al 28000.

Todos en su burbuja, incluidos los niños, tendrán que saber qué hacer cuando interactúen con otros, por ejemplo, con sus amigos. Esto incluye:

- mantenerse a dos metros de cualquier persona que no pertenezca a su burbuja, de ser posible,
- lavarse las manos o desinfectarlas en forma regular, especialmente cuando entre a un lugar nuevo, después de haber tocado algo, o después de estornudar o toser,
- juntarse solo con un grupo pequeño de personas fuera de la burbuja de su hogar. El gráfico de a continuación muestra lo que podría pasar si se juntan demasiadas burbujas.



Si necesita el apoyo de personas como parte de su vida diaria, estas personas no son parte de su burbuja, pero aun así lo pueden asistir una vez que se hayan lavado y secado las manos. Quizá algunos también tengan que usar equipo de protección personal.

## Entrar en contacto desde su burbuja

Para ayudar a las personas a tomar decisiones considerando lo que significan estos cambios y cómo afectan lo que hacen, le solicitamos que aborden en forma gradual el entrar en contacto desde sus burbujas con las de otras personas.

## Cambios nuevos

¿Qué significan para mí?

1. Su hogar puede juntarse y hacer vida social con hasta 2 otros hogares en un momento determinado (3 hogares en total). En otra ocasión, su burbuja podría interactuar con dos otras burbujas diferentes.
2. Cuando se junten, todavía tendrá que mantener la distancia física con los demás, pero podrán ponerse al día y mantenerse conectados socialmente.
3. Cuando las personas visiten su casa, tendrán que lavarse y secarse las manos antes de tocar algo y solo visitarlos si usted y ellos están sanos. Usted necesita hacer lo mismo si va a la casa de ellos. Esto mantiene protegida a su burbuja ampliada.
4. Las personas que entregan servicios indispensables pueden entrar a su burbuja si usted decide que pueden mantenerlo a salvo. Podría ser que estas personas le entreguen servicios de salud, terapia, o quizá otros servicios indispensables, como los de gasfitería, electricidad o el despacho a domicilio de alimentos. Les puede avisar a las personas que si entrar a su hogar, tendrán que lavarse y secarse las manos y mantenerse a dos metros de usted.
5. Le recomendamos encarecidamente que escriba un diario sobre sus actividades sociales, el que será útil si hubiera casos de COVID-19, ya que nos podrá decir a quién ha visto.
6. El Hospital le avisará si no debería juntarse con personas que no pertenezcan a su hogar. **Sin embargo, desde el 19 de junio se han eliminado las restricciones sobre la interacción social de las personas consideradas como las más vulnerables. Las personas con gran riesgo deberían sentirse confiadas de poder finalmente disfrutar de encontrarse con amigos y familiares sin preocupación. Si alguien siente ansiedad, está abrumado o inquieto sobre la relajación de las restricciones, le solicitamos que se ponga en contacto con el Hospital en busca de ayuda, orientación y apoyo.**

## ¿Qué significa esto en el trabajo?

1. Las escuelas y los jardines infantiles reabrirán para todos nuestros niños y jóvenes. Hay grupos del personal que han estado trabajando intensamente para asegurarse de que los edificios estén limpios y que sean seguros.
2. Los nuevos cambios significan que ahora recomendamos que todas las empresas puedan reabrir (a menos que el Gobierno aconseje específicamente lo contrario en sus últimas recomendaciones). Hemos usado información de Nueva Zelanda para crear recomendaciones con el fin de ayudarles a los dueños y gerentes a mantenerlo seguro en su trabajo. Esta información la encontrará en otro documento.

3. Desde el 19 de junio, todos pueden volver a sus lugares normales de trabajo. Si está preocupado, le solicitamos que lo converse con su empleador.
4. Si está enfermo y tiene síntomas parecidos a los del COVID-19, debe quedarse en casa. Llame al Hospital al 28000 para que le den más orientación. No vaya al hospital. No se olvide de que su hogar, o su “burbuja”, también debe aislarse con usted mientras le estén realizando pruebas relacionadas con el COVID-19.

### **Lo que no cambiará**

1. **Desde el 19 de junio, ha terminado el cierre de los parques infantiles.**
2. Por ahora, continuarán las restricciones para realizar deportes extremos y deportes en los que hay mucho contacto físico y no sea factible mantener el distanciamiento físico, o haya riesgo de una lesión seria. Estamos trabajando con los clubs para crear formas de ayudarle a estar conectado con sus equipos y a mantenerse activo.

### **En caso de tener preguntas**

Ya que estamos introduciendo una forma nueva de interactuar, es de esperar que tenga preguntas. Si necesita más ayuda para decidir si expande su burbuja o no, o cómo mantenerse a salvo, llame al Hospital para conversar sobre otras soluciones.