

Debido a que las autoridades decretaron el **AISLAMIENTO SOCIAL PREVENTIVO Y OBLIGATORIO**, que genera un gran impacto psicológico en la sociedad, hemos puesto a disposición de nuestros asociados adheridos al sistema médico de Gerdanna Salud, tres nuevos servicios que a continuación detallamos:

MÉDICOS ON LINE

Está incorporada la visita domiciliaria en forma "on line", compuesta por una flota medica virtual que se encuentra trabajando con una guardia pasiva, realizando consultas y evitando exponer al paciente a un posible contagio. En el caso de ser necesario, se derivará a una visita médica a domicilio. Este servicio presta **sin ningún tipo de costo**

APOYO PSICOLOGICO VIRTUAL

Consiste en sesiones terapéuticas virtuales (individuales o grupales) con una duración máxima de 30 minutos, **sin ningún tipo de costo**, orientadas a minimizar el impacto provocado por el aislamiento, que brindará al asociado contención psicológica y técnicas para fortalecerlo frente a esta situación.

Esto contempla:

- ⇒ **Evaluación diagnóstica:** para detectar la gravedad del paciente.
- ⇒ **Contención emocional** a los asociados que se vean afectados por el aislamiento.
- ⇒ **Información, orientación y reflexión** sobre los riesgos reales del COVID-19, con la finalidad de disminuir la sensación de pánico.
- ⇒ **Apoyo** en las prácticas cotidianas y la organización de tiempo.

SERVICIO DE ACOMPAÑANTE:

Orientado a personas de edad avanzada o para todas aquellas que se encuentren imposibilitadas. El servicio se ofrecerá 2 veces por semana durante 4 hs. por día. El acompañante brindará:

- ⇒ Atención esmerada
- ⇒ Administración de toma de medicamentos.
- ⇒ Alimentación del adulto.
- ⇒ Asistencia de higiene básica en el hogar.
- ⇒ Compras de alimentos.
- ⇒ Detección de alteraciones físicas y/o mentales del adulto.

Costo semanal \$1.000. (mil pesos)

**Para acceder a estos servicios, deberá contactar con los siguientes números:
CABA Y GBA 4959-9595
Interior 0810-666-6350**

Le recordamos que Gerdanna Salud continúa brindando en todo el territorio nacional, sus prestaciones regulares de consultas médicas y odontológicas, emergencias y urgencias.

¿Cómo utilizar el servicio de emergencias a domicilio?

Mantenga la calma para tener una comunicación eficaz.

Colabore con quien lo atiende, le realizará unas preguntas que Ud deberá responder de acuerdo a lo que ve en el paciente.

No diga más de los que ve, si agrega síntomas que el paciente no tiene, sólo complicará la asistencia Médica.

Siempre deberá informar con exactitud los siguientes datos:

- N° de teléfono del lugar donde se encuentra el paciente.
- Nombre y apellido completos
- Entidad a la que pertenece y N° de afiliado, **si no posee este dato, el N° de D.N.I.**
- Dirección completa:
- Calle y número
- Entrecalles (esquinas)
- Barrio - Localidad, aclare si es casa o departamento, si fuera, Dto., Piso y N°

Las consultas que se le realizarán con relación a los síntomas del paciente serán claras y concretas, a las que podrá responder con facilidad.

Para mantenerse actualizado, visítenos en nuestra web www.socorrosmutuos.com.ar

O síganos en:



Instagram

facebook

Información importante

¿Qué es un coronavirus? ¿Qué es el SARS-CoV2? ¿Qué es COVID-19?

Los coronavirus son una familia de virus que pueden causar enfermedades en animales y en humanos. En los seres humanos pueden causar infecciones respiratorias que van desde un resfrío común hasta enfermedades más graves, como el síndrome respiratorio de Medio Oriente (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS-SARS).

Actualmente nos encontramos ante una pandemia (epidemia que se propaga a escala mundial) por un nuevo coronavirus, SARS-CoV-2, que fue descubierto recientemente y causa la enfermedad por coronavirus COVID-19.

¿Cuáles son los síntomas de la COVID-19?



Las personas con COVID-19 suelen tener síntomas similares a una gripe, como fiebre, cansancio y tos seca. Algunas personas pueden presentar dolores musculares, congestión nasal, dolor de garganta o diarrea. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la

enfermedad en unos 7 días sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial. Alrededor de 1 cada 6 personas que desarrollan COVID-19 puede evolucionar a una enfermedad grave y tener dificultad para respirar, que puede requerir internación. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como enfermedad cardiovascular, enfermedad respiratoria o tienen las defensas debilitadas, presentan más riesgo de desarrollar una enfermedad grave. **Las personas que tengan fiebre, tos y dificultad para respirar deben buscar atención médica en forma inmediata.**

Medidas de protección básicas contra el nuevo coronavirus

Lávese las manos frecuentemente



Lávese las manos con frecuencia con un desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón.

¿Por qué? Lavarse las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón mata el virus si este está en sus manos.

Adopte medidas de higiene respiratoria



Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo; tire el pañuelo inmediatamente y lávese las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol, o con agua y jabón.

¿Por qué? Al cubrir la boca y la nariz durante la tos o el estornudo se evita la propagación de gérmenes y virus. Si usted estornuda o tose cubriéndose con las manos puede contaminar los objetos o las personas a los que toque.

Mantenga el distanciamiento social



Mantenga al menos 1 metro (3 pies) de distancia entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre.

¿Por qué? Cuando alguien con una enfermedad respiratoria, como la infección por el 2019-nCoV, tose o estornuda, proyecta pequeñas gotículas que contienen el virus. Si está demasiado cerca, puede inhalar el virus.

Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca



¿Por qué? Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si se toca los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas, puedes transferir el virus de la superficie a sí mismo.

Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, solicite atención médica a tiempo



Indique a su prestador de atención de salud si ha viajado a una zona de China en la que se haya notificado la presencia del 2019-nCoV, o si ha tenido un contacto cercano con alguien que haya viajado desde China y tenga síntomas respiratorios.

¿Por qué? Siempre que tenga fiebre, tos y dificultad para respirar, es importante que busque atención médica de inmediato, ya que dichos síntomas pueden deberse a una infección respiratoria o a otra afección grave. Los síntomas respiratorios con fiebre pueden tener diversas causas, y dependiendo de sus antecedentes de viajes y circunstancias personales, el 2019-nCoV podría ser una de ellas.

Manténgase informado y siga las recomendaciones de los profesionales sanitarios



Manténgase informado sobre las últimas novedades en relación con la COVID-19. Siga los consejos de su dispensador de atención de salud, de las autoridades sanitarias pertinentes a nivel nacional y local o de su empleador sobre la forma de protegerse a sí mismo y a los demás ante la COVID-19.

¿Por qué? Las autoridades nacionales y locales dispondrán de la información más actualizada acerca de si la COVID-19 se está propagando en su zona. Son los interlocutores más indicados para dar consejos sobre las medidas que la población de su zona debe adoptar para protegerse.

Cómo ayudar a los niños a gestionar el estrés durante el brote de COVID-19

Los niños pueden responder al estrés de diversas formas, por ejemplo, mostrándose más dependientes, preocupados, enfadados o agitados, encerrándose en sí mismos o mojando la cama.

Muéstrese comprensivo ante las reacciones de su hijo, escuche sus preocupaciones y ofrézcale más amor y atención.

Los niños necesitan el amor y la atención de los adultos en los momentos difíciles. Dedíqueles más tiempo y atención.

Acuérdese de escuchar a sus hijos, hablarles con amabilidad y tranquilizarles.

Cuando sea posible, organice momentos de juego y relajación con su hijo.

En la medida de lo posible, trate de mantener a los niños cerca de sus padres y familia y evite separarlos de las personas que se encargan de su cuidado. En caso de separación (por ejemplo, por hospitalización), asegúrese de mantener el contacto frecuente (por ejemplo, a través del teléfono) y de ofrecer consuelo.

Mantenga las rutinas y los horarios habituales en la medida de lo posible, o ayude a crear otros diferentes en el entorno nuevo, en particular actividades escolares y de aprendizaje, así como momentos para jugar de forma segura y relajarse.

Explique lo que ha pasado y cuál es la situación actual y dé a los niños información clara sobre cómo pueden reducir los riesgos de contraer la enfermedad; utilice palabras que puedan entender en función de su edad.

Facilite también información sobre situaciones hipotéticas (por ejemplo, un miembro de la familia y/o el niño empiezan a encontrarse mal y tienen que ir al hospital durante un tiempo para que los médicos puedan ayudarles a recuperarse).

Fuentes:

Organización Mundial de la Salud

Argentina.gob.ar