

# COVID – 19 (nuevo coronavirus) Preguntas frecuentes para el personal de IWC

## P. Que es COVID-19?

COVID-19 es un nuevo coronavirus que ahora se ha extendido a 162 países (a partir del 16 de Marzo de 2019) y ha sido clasificado como una pandemia mundial

COVID-19 es una nueva enfermedad que no se ha identificado previamente en humanos. Es altamente contagiosa y es importante tomar todas las medidas necesarias para reducir su extensión en Canadá.

## P. Cuales son los síntomas de COVID-19?

Los síntomas de COVID-19 han incluido:

- fiebre
- tos
- dificultad para respirar
- neumonía en ambos pulmones

Sin embargo, aquellos que están infectados con COVID-19 pueden tener pocos o ningún síntoma. Es posible que no sepa que tiene síntomas de COVID-19 porque son similares a un resfriado o gripe.

Los síntomas pueden tardar hasta 14 días en aparecer después de la exposición al COVID-19. Este es el período infeccioso más largo conocido para esta enfermedad.

Fuente: [Government of Canada](https://www150.ca.gov/)

## P. Como se transmite COVID-19?

Los coronavirus humanos causan infecciones de la nariz, la garganta y los pulmones. Se transmiten más comúnmente de una persona infectada a través de:

- Gotas respiratorias generadas cuando tose o estornuda.
- Contacto personal cercano y prolongado, como tocarse o darse la mano
- Tocar algo con el virus, luego tocarse la boca, la nariz o los ojos, antes de lavarse las manos.

La evidencia actual sugiere que la transmisión de persona a persona es eficiente cuando hay contacto cercano.

## P. ¿Qué puedo hacer para evitar contraer y / o transmitir COVID-19

- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar.
- Quédase en casa si está enfermo.
- Cuando tosa o estornude: cubra su boca y nariz con su brazo o pañuelos desechables para reducir la transmisión de gérmenes o bote inmediatamente los pañuelos desechables en la basura lo antes posible y lávese las manos.

- Evite el contacto cercano con personas que están enfermas.
- Evite visitar personas en los hospitales o centros de atención a largo plazo si está enfermo.
- Evitar grupos y practique el distanciamiento social.

### Q. ¿Qué debo hacer si tengo síntomas de COVID-19?

Si está enfermo y debe visitar a un médico, llame con anticipación para informarles que tiene una enfermedad respiratoria y / o síntomas de COVID-19 (dificultad para respirar). Se le puede pedir que use una máscara mientras espera o recibe tratamiento para prevenir la propagación de la enfermedad. Si ha viajado al extranjero y presenta fiebre, tos o dificultad para respirar en los próximos 14 días:

- **aislarse dentro de la casa** lo más rápido posible **y**
- llame a su proveedor de atención médica o public health authority

Cuéntales tus síntomas. Hágales saber si ha tenido contacto directo con animales o una persona enferma, especialmente si ha tenido síntomas o si ha viajado recientemente.

### En Hamilton

Hamilton tiene dos centros de evaluación COVID-19. Antes de ir a un Centro de evaluación, debe hacer lo siguiente:

1. Complete una autoevaluación en [www.ontario.ca/coronavirus](http://www.ontario.ca/coronavirus) para determinar si es necesario comunicarse con la salud pública, su médico o Telehealth Ontario para obtener más orientación.
2. Si la autoevaluación indica que la evaluación clínica es necesaria, para mayor orientación contacte a:
  - Su Doctor
  - Línea directa de los Servicios de Salud Pública de Hamilton COVID-19 al 905-974-9848
  - Telehealth Ontario at 1-866-797-0000
3. Si su médico, salud pública o telesalud le proporciona una referencia, se lo reservará para visitar un Centro de Evaluación.

No todos los que acuden a los Centros de Evaluación serán evaluados por COVID-19.

Si necesita atención urgente, visite un departamento de emergencias o llame al 911 e infórmeles sobre sus antecedentes de viaje, contacto y sus síntomas.

### P. Como puedo prepararme para COVID-19, autoaislamiento y el distanciamiento social?

Si tiene síntomas de COVID-19, deberá aislarse.

Para estar preparado puede:

- Llene sus recetas con anticipación para no tener que ir a la farmacia cuando esté enfermo.

- Compre lo esencial, pero evite el pánico. Canadá tiene una buena cadena de productos y no hay escasez prevista.. Los alimentos que puede necesitar son los siguientes: alimentos no perecederos (pasta, arroz, sopas y verduras enlatadas), alimentos para mascotas, pañuelos faciales y de papel higiénico, productos de higiene femenina y pañales para bebés y niños pequeños.

La razón de estos artículos no es necesariamente porque tendrá que autoaislarse, pero para prepararse en caso que tuviera que hacerlo. Tener estos suministros a mano asegurará que no necesite salir de su hogar en el pico del brote o si se enferma.

## Servicios de IWC

### P. IWC sigue abierto?

Las oficinas de IWC's están cerradas pero estaremos brindando servicios de Adaptación y Empleo por teléfono.

Llame a su consejera de Adaptación o Empleo durante el horario de operaciones. We are not open, but we are delivering services by phone. Please call your Settlement or Employment counsellor during regular business hours to receive service or book an appointment for service. If you phone your counselor and receive and do not connect with them, leave a message and they will respond to you phone call as soon as possible.

(Refer to IWC's phone directory to pass staff numbers and extensions to clients)

IWC will be modifying LINC classes to deliver some online Language Training activities during the public school closures (and to promote social distancing). More information on modified service will be available before Monday March 23, 2020.

## Estado de Emergencia

### P. Ontario se ha declarado en estado de Emergencia, que significa esto?

Un estado de emergencia es una situación en la que el gobierno puede realizar o imponer acciones políticas que normalmente no se permitirían. Se ha declarado un estado de emergencia en Ontario relacionado con la transmisión del COVID-19 y su prevención. El Gobierno de Ontario está ordenando el estado de emergencia para "[utilizar todos los poderes posibles para continuar protegiendo la salud y la seguridad de todas las personas y familias](#)". Esto significa que el Gobierno de Ontario está facultado para establecer reglas que normalmente no se le permitiría hacer. A partir del 17 de Marzo de 2020, estas reglas incluyen: Cierre de los siguientes establecimientos:

- Todas las instalaciones recreativas interiores (centros recreativos, gimnasios, etc.)
- Todas las bibliotecas públicas
- Todas las escuelas privadas (las escuelas públicas ya están cerradas)
- Todos los centros de cuidado infantil con licencia

- Todos los bares y restaurantes, excepto en la medida en que dichas instalaciones brinden comida para llevar y entrega
- Todos los teatros, incluyendo presentaciones en vivo, conciertos y cines.
- Cancelación / prohibición de todos los eventos públicos organizados de más de 50 personas, incluidos los servicios religiosos en lugares de culto.

Puede encontrar más información sobre el estado de emergencia declarada en Ontario en el [Government of Ontario's website](#) en el comunicado [news release](#) del Gobierno de Ontario, incluida información en otros idiomas además del inglés.

#### **AVISO:**

Las nuevas reglas del Gobierno de Ontario con respecto a las reuniones públicas se ocupan de los requisitos legales a partir de hoy, 17 de Marzo de 2020. Consulte las recomendaciones del distanciamiento social (a continuación) para obtener recomendaciones importantes para evitar y reducir la transmisión del COVID-19.

El mensaje actual del gobierno federal es "quedarse en casa" y reducir el contacto cercano con otras personas lo más posible.

Distanciamiento social

## **Distanciamiento Social**

### **P. Que es distanciamiento social?**

- El distanciamiento social es la práctica que reduce deliberadamente el contacto cercano entre las personas. Según los CDC, el distanciamiento social significa:
- fuera de la "configuración de congregación" tanto como sea posible.
- Evitar las reuniones masivas.
- Mantener una distancia de aproximadamente 6 pies / 2 metros de otros cuando sea posible.

### **P. Porque es importante el Distanciamiento Social ?**

El distanciamiento social es necesario para prevenir la transmisión de enfermedades contagiosas como el COVID-19 (coronavirus). COVID-19 puede transmitirse a través de la tos, los estornudos y el contacto cercano. Al minimizar la cantidad de contacto cercano que tenemos con los demás, reducimos nuestras posibilidades de contraer el virus y transmitirlo a nuestros seres queridos y a nuestra comunidad.

### **P. Cuando devo de comenzar el Distancamiento Social?**

Deberías comenzar el distanciamiento social ahora mismo. Es importante comenzar el distanciamiento social para que el COVID-19 no se extienda aún más en la comunidad.

### **P. ¿Para quién es importante el distanciamiento social?**

El distanciamiento social es importante para todos nosotros, pero aquellos que tenemos un mayor riesgo de complicaciones graves causadas por COVID-19 deben ser especialmente

cautelosos con respecto al distanciamiento social. Las personas con alto riesgo de complicaciones son los adultos mayores y las personas con enfermedades médicas crónicas, como enfermedades cardíacas, diabetes y enfermedades pulmonares

### **P. ¿Qué queremos decir con "aplanar la curva"?**

"Acoplar la curva" significa reducir el número de personas que están enfermas a la vez. Si hay muchos casos de COVID-19 a la vez, nuestro sistema de atención médica podría verse sobrecargado. Todo tenemos que hacer todo lo podemos hacer para evitar que el COVID-19 se expanda rápidamente, como el distanciamiento social, ayudará a mantener el número de personas enfermas en un número bajo para que nuestro sistema de atención médica pueda brindar atención a quienes lo necesitan.

## **En la Comunidad**

### **P. Que esta pasando con las escuelas?**

Todas las escuelas financiadas por fondos públicos en Ontario han cerrado por dos (2) semanas adicionales después de las vacaciones de Marzo para ayudar a reducir la transmisión del COVID-19. Esto significa que las escuelas no volverán a abrir hasta el 6 de Abril de 2020.

### **P. Que mas esta cerrado?**

La ciudad de Hamilton ha cerrado bibliotecas y centros de recreación. Más información está disponible en la página web [City of Hamilton](https://www.cityofhamilton.ca).