



El es **PANDi**

- Se contagió en la calle
- No lo sabe
- No tiene síntomas

**Ahora es un:
Portador Asintomático No Diagnosticado (PAND)**



A CUANTAS PERSONAS A PUEDE CONTAGIAR UN **PAND**?

Un solo PAND, contagiará mínimo a 3 personas convirtiéndolos en PAND a ellos también, quienes contagiarán a 3 mas cada uno y así sucesivamente.

Es decir que si directamente un PAND contagiare a 3 personas, indirectamente será responsable de innumerables contagiados.



POR QUE SON DEBEMOS EVITAR A TODA COSTA QUE AUMENTEN LOS **PANDs?**

Porque existe un límite de pacientes que se pueden atender a la vez en un país y los PANDs harían que se sobrepase esa cantidad ocasionando un colapso del sistema y provocando muertes a personas que pudieron salvarse fácilmente.

Incluso, él mismo puede ser víctima.



COMO EVITAS CONVERTIRTE EN UN **PAND**?

Lo que mas ha funcionado? mantenerte en tu casa voluntariamente para no contagiarte puede salvar miles de vidas.

Si no es indispensable, NO SALGAS por favor.

Si tienes síntomas, o estuviste en contacto con alguien que los tuvo, SE RESPONSABLE, llama a tu doctor y aíslate de todos los demás.

ESO te puede salvar TU vida y la de los tuyos



Y SI TIENES QUE SALIR?

Para que el sistema de salud no colapse, solo tenemos que reducir los PANDs.

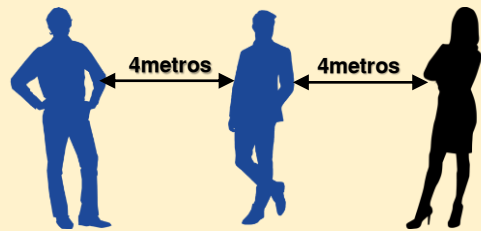
Si debes salir, hazlo, Y RESPETA LAS PAUTAS QUE TE DAREMOS a continuación.

Pero INSISTE en todos los que puedas y recomiéndales a que permanezcan en sus casas.

TU CASA ES 100% SEGURA

QUE MEDIDAS TOMO AL SALIR?

1) Mantén tu distancia. Mientras mas puedas mantenerte a 4m de todos, mejor.



2) Si no puedes mantener distancia, piensa en mascarillas reusables de algodón (como los tshirts) y lentes, un sastre las haría fácilmente con tshirts viejos. 8uds serían suficientes



3) Mantente todo el tiempo aplicando las medidas de higiene, lavando tus manos con agua y jabón por 20 o 30 segundos y evita tocarte nariz, ojos y boca con ellas sin lavar. Si no tienes acceso a un lavamanos, usa un gel desinfectante



QUE MEDIDAS TOMO AL SALIR?

4) Se consciente de todo lo que llevas a tu casa. Lo desechable, deséchalos, lo que sea lavable, lávalo. Las fundas desechables, bótalas o almacénalas aisladas solo para basura. Las fundas reusables deja de usarlas por ahora o lávalas al llegar a tu casa.

5) Crea un protocolo de entrada a tu casa.

- **Quítate los zapatos y llévalos a un área definida para ellos.**
- **Trata de llegar hasta el baño sin tocar nada.**
- **Deposita la ropa sucia en un cesto dedicado para eso en el mismo baño. Ten una funda plástica en el cesto para contaminarlo lo menos posible.**
- **Lávate y ponte ropa limpia.**
- **Ya puedes caminar libremente por tu casa y abrazar a quien quieras**

IMPORTANTE

EVITA RESIGNARTE

No te dejes abrumar por las cifras y entres en un estado de impotencia. **NO SOMOS IMPOTENTES** ante esto, por el contrario, tenemos muchísimo control si lo decidimos.

DEBES CONCIENTIZAR A LOS DEMAS

Si **TODOS** respetamos las recomendaciones esto será 100% manejable. Pero **TODOS** te incluye a ti y a tus conocidos. Por eso es importante que concientices a **TODOS** los que puedas. También aquí, si concientizas 3 y esos concientizan a 3 más cada uno y así sucesivamente, será pan comido.

NO HAY PORQUE ESTRESARSE:

Respetar las recomendaciones desafía nuestra zona de confort, pero no tiene por que ser estresante. Solo debemos acostumbrarnos por unos meses. Nada que nos deba preocupar demasiado si lo piensas bien.