

## Guía de medidas de protección

### Para extensionistas del proyecto Ganadería y Clima durante las visitas a predios participantes

Con fecha 13 de marzo de 2020 el Poder Ejecutivo mediante el Decreto N° 93/020 dispuso el estado de emergencia sanitaria nacional ante la pandemia de COVID-19, lo que significó la implementación de medidas como la suspensión de espectáculos públicos. Dicho Decreto refiere también a la necesidad de extremar medidas de desinfección en espacios públicos y privados, así como el distanciamiento social entre toda la población y aislamiento en casos específicos.

Inmediatamente, y conscientes de nuestra responsabilidad con las personas que integran el proyecto Ganadería y Clima, desde el equipo coordinador se elaboró una guía con recomendaciones preventivas orientadas al trabajo en territorio.

El presente documento constituye una guía, de ningún modo pretende sustituir los protocolos definidos oportunamente por los organismos competentes (Ministerio de Salud Pública, Ministerio de Trabajo y Seguridad Social u otros) sino que los complementa.

*Esta guía cuenta con la validación de la representación de la Organización Mundial de la Salud en Uruguay.*



**Ganadería  
y Clima**



Organización de las Naciones  
Unidas para la Alimentación  
y la Agricultura



## Previo a la visita a los productores y productoras:



### Realizar una autoevaluación:

Realizar una autoevaluación para no comprometer la salud de otras personas y la suya propia. Realizar los siguientes chequeos: si usted estuvo en contacto con otras personas que dieron positivo a coronavirus, si tiene cualquier síntoma respiratorio: goteo nasal, tos, fiebre, dolor de garganta, u otros síntomas respiratorios aun leves, si estuvo en el exterior en los últimos 14 días, si se encuentra dentro del colectivo de población vulnerable.

### Contacto telefónico:

Descartar telefónicamente que el productor o productora se encuentren dentro de la población vulnerable o entre quienes deben permanecer en cuarentena obligatoria.

Califican como población vulnerable las personas: diabéticas, asmáticas, que sufren broncoespasmo o enfermedades respiratorias, las personas mayores de 65 años, personas gestantes (embarazo), personas en lactancia, hipertensas, obesas, con patologías cardiovasculares y cerebrovasculares, con Epoc, con inmunodepresión, con vitiligo y en tratamiento de quimioterapia.

La población vulnerable es la que puede desarrollar con mayor frecuencia, cuadros graves. Las medidas de prevención/ protección son muy importantes en los colectivos vulnerables por lo que no se recomienda la visita en estos casos.

Las personas que deben permanecer en cuarentena son aquellas que han llegado desde el exterior del país hace menos de 14 días, quienes estuvieron en contacto directo con personas que dieron positivo al test de coronavirus, quienes manifiestan síntomas como tos seca, fiebre o dificultad para respirar, y quienes dieron positivo al test de coronavirus.

Coordinar la visita con un máximo de 2 personas.

Cel: (598) 092 89 82 13  
ganaderiayclima@mgap.gub.uy





### Preparación de la visita:

Previo a la visita elegir la “ropa de calle”, se recomienda que no sea la misma que la ropa “de casa”. Preferentemente elegir ropa de manga larga. En caso de tener pelo largo, recogerlo. No llevar pulseras, caravanas o anillos.

Evite utilizar transporte público, es preferible el traslado en vehículo propio. Se recomienda limpiar las manijas, llaves, volante, palanca de cambios y freno de mano con agua y jabón o alcohol.

Es conveniente llevar pañuelos o servilletas descartables para cubrir sus dedos al tocar superficies. Si tiene que usar los pañuelos tírelos en una bolsa cerrada en la basura. Y recuerde lavarse las manos con agua y jabón, o usar alcohol luego de tocar objetos o superficies durante la visita.

Si tose o estornuda, cúbrase con el pliegue del codo.



**Ganadería  
y Clima**



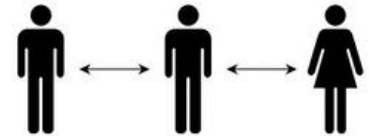
Organización de las Naciones  
Unidas para la Alimentación  
y la Agricultura



## Durante la visita:

No salude al productor o productora con la mano, un beso o un abrazo, puede saludar con un gesto alzando el brazo o inclinando la cabeza.

Mantenga una distancia permanente de 2 metros con las demás personas.



Evite tocarse la cara (en especial la nariz, los ojos y la boca).

Lleve únicamente las pertenencias necesarias (un cuaderno, lapicera, celular), no intercambie estas pertenencias con otras personas.

Evite el ingreso al domicilio del productor o productora. En lo posible mantenga la reunión al aire libre.

Evite el consumo de alimentos fuera de su hogar.

Evite acudir al baño fuera de su hogar. Si debe acudir al baño, recuerde lavar sus manos con agua y jabón, y secarlas con papel descartable.

No comparta vasos, cubiertos, ni bombilla.



Lávese las manos o utilice alcohol en gel luego de tocar cualquier objeto o superficie.

Entre visita y visita lávese las manos con agua y jabón o utilice alcohol en gel. Desinfecte el calzado y las pertenencias personales con desinfectante en aerosol.



**Ganadería  
y Clima**



Organización de las Naciones  
Unidas para la Alimentación  
y la Agricultura



## Al retornar a su hogar:

Sáquese los zapatos a la entrada. Sáquese la ropa exterior y colóquela en una bolsa para luego ser lavada. Se recomienda lavar la ropa “de calle” separada de la ropa “de casa”.

Deje la cartera, el bolso, las llaves, etc. en una caja a la entrada de su casa.



Intente no tocar nada hasta lavarse las manos, muñecas y cara, con agua y jabón. Lave el celular y los lentes con agua y jabón o alcohol.

Limpie las superficies de todo lo que haya traído de afuera, antes de guardarlo, con solución de hipoclorito de sodio.

Recuerde que no es posible hacer una desinfección total, el objetivo es disminuir el riesgo.

## En su hogar:

Descanse, aliméntese bien, hidrátese para mantener las defensas altas.

Ventile su hogar.

Establezca un lugar donde depositar ropa, zapatos, y accesorios a la entrada de su hogar (caja o cesto).

Limpie perillas, picaportes, puertas, teclados, controles con agua con hipoclorito o alcohol.

Evite el contacto personal del saludo.

Lávese las manos y muñecas varias veces al día.

Cel: (598) 092 89 82 13  
ganaderiayclima@mgap.gub.uy

## Otras recomendaciones:

Intente no pagar con dinero en efectivo. En caso de hacerlo, posteriormente desinfecte sus manos.

Evite las aglomeraciones y no permanezca en espacios cerrados y abarrotados. [Acceda aquí a una breve explicación sobre distanciamiento social.](#)

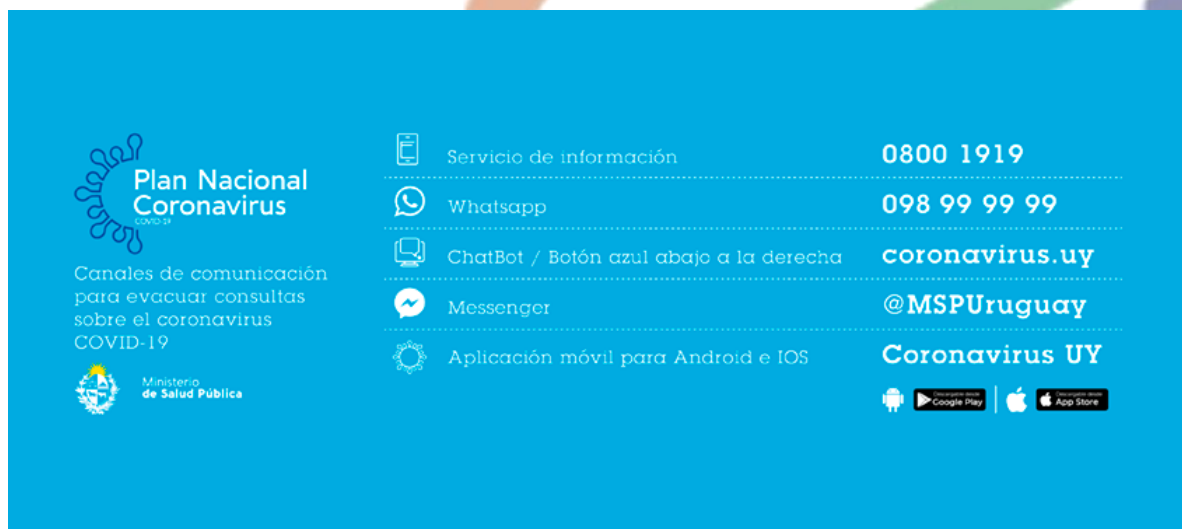
No es necesario usar mascarillas porque no se ha demostrado que protejan a las personas que no están enfermas. Si se utiliza una mascarilla, se deben seguir las prácticas óptimas sobre el modo de llevarla, retirarla y desecharla. [Acceda aquí a una breve explicación sobre la colocación y retiro correcto de la mascarilla.](#)

Recuerde que la mejor medida es mantener una higiene adecuada. [Acceda aquí a una breve explicación de lavado correcto de manos.](#)

Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, solicite atención médica a tiempo, 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 COVID-19 podría ser una de ellas. No subestime los síntomas.

Manténgase informado sobre las últimas novedades en relación con el COVID-19 y siga las recomendaciones de los profesionales sanitarios, sobre la forma de protegerse a sí mismo y a los demás.






Por más información:



**Plan Nacional  
Coronavirus  
COVID-19**

Canales de comunicación  
para evacuar consultas  
sobre el coronavirus  
COVID-19

Ministerio  
de Salud Pública

	Servicio de información	<b>0800 1919</b>
	Whatsapp	<b>098 99 99 99</b>
	ChatBot / Botón azul abajo a la derecha	<b>coronavirus.uy</b>
	Messenger	<b>@MSPUruguay</b>
	Aplicación móvil para Android e IOS	<b>Coronavirus UY</b>

