

Información para los vecinos de Bonete:

Comunicado del Ayuntamiento, datos sobre afectados por el Covid-19 y medidas de prevención

A Y U N T A M I E N T O D E B O N E T E



**#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS**



**#yo
me quedo
en casa**



ÍNDICE



- **Comunicado del Ayuntamiento de Bonete.**
- **Balance actual de infectados por Covid-19 a nivel Nacional, Europeo y Mundial.**
- **Balance de afectados por Covid-19 en España por Comunidades Autónomas.**
- **Medidas de prevención.**
- **Recomendaciones para las compras en establecimientos de alimentación.**
- **Recomendaciones para las compras en las farmacias.**
- **Protege a tu familia, protege a los demás.**





COMUNICADO DEL AYUNTAMIENTO DE BONETE

Vecinos de Bonete el Equipo de Gobierno quiere transmitir su agradecimiento, en esta casi la segunda semana de confinamiento, por todo el esfuerzo que supone cumplir con todas las medidas extraordinarias que se están aplicando, y seguir pidiendo el cumplimiento con buen ánimo.

Dar la enhorabuena porque en Bonete, de momento, no se ha denunciado a nadie por incumplir estas medidas restrictivas.

Hay que seguir en esta batalla contra este virus tan agresivo, sabiendo que somos los soldados de primera línea y que nuestra mejor arma es quedarnos en casa, para así parar el avance del contagio masivo.

Reiterar lo dicho en comunicados anteriores, salir a la calle a lo estrictamente necesario, hacer la compra en cantidad suficiente para tres o cuatro días siempre respetando la distancia mínima de seguridad 1.5 m o mejor aún 2 metros tanto dentro de los establecimientos como en la calle, hacer uso adecuado de guantes y mascarillas, lavado y desinfección continuo de manos y las personas mayores que no salgan.

La Alcaldesa de Bonete

Dña. Josefina Mansilla Ortuño



Comunicado - AYUNTAMIENTO DE BONETE - Cod.1688232 - 27/03/2020

Documento firmado electrónicamente.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://bonete.sedipualba.es/csw/>

Código seguro de verificación: PDNHUR-KDDA6LNC

Pág. 1 de 1

Hash: 51A25E
dX0ZLx2yDjW9e3n
Y3vY355F+66cAyW
E6wJf6eC6E*

Balance actual de infectados por Covid-19

a nivel Nacional, Europeo y Mundial

56.188
casos confirmados en
España

245.039
casos confirmados en
Europa

416.686
casos confirmados en
el mundo

Balance de afectados por Covid-19 en España por Comunidades Autónomas



SECRETARÍA GENERAL DE SANIDAD
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA, CALIDAD E INNOVACIÓN

Centro de Coordinación de Alertas y Emergencias Sanitarias

Actualización nº 56. Enfermedad por el coronavirus (COVID-19).

26.03.20 (datos consolidados a las 21:00 horas del 25.03.2020)

1. SITUACIÓN ACTUAL

Situación en España:

En España, hasta el momento se han registrado 56.188 casos 4.089 fallecidos y 7.015 curados (Tabla 1 y Figura 1). Las Comunidades Autónomas con una mayor incidencia acumulada en los últimos 14 días son La Rioja, Madrid, Navarra y País Vasco (Figura 2 y Figura 3). La distribución por grupos de edad de casos hospitalizados, ingresados en UCI y fallecidos se recoge en la Tabla 2.

Tabla 1. Casos COVID-19, incidencia acumulada (IA) en los últimos 14 días, ingreso en UCI y fallecidos por Comunidades Autónomas en España, 26.03.20 (datos consolidados a las 21:00 horas del 25.03.2020).

CCAA	TOTAL confirmados*	IA (14 d.)	Casos que han precisado hospitalización*	Casos que han precisado ingreso en UCI	Fallecidos	Curados	Nuevos
Andalucía	3.406	38,96	1.626	134	134	77	396
Aragón	1.116	79,43	562	93	48	4	209
Asturias	841	77,84	300	34	27	40	62
Baleares	660	53,23	205	43	17	39	98
Canarias	784	33,01	279	45	24	18	127
Cantabria	671	112,55	300	26	17	14	161
Castilla La Mancha	3.383	160,32	2.162	243	316	95	603
Castilla y León	3.488	141,33	1.515	202	206	308	548
Cataluña	11.592	148,92	7.439	1.021	672	1.697	1.655
Ceuta	10	11,84	2	2	0	0	1
C. Valenciana	3.200	62,50	1.278	230	167	57	584
Extremadura	969	89,39	241	34	58	24	227
Galicia	1.915	69,66	503	86	32	47	262
Madrid	17.166	236,00	12.440	1.221	2.090	3.882	2.569
Melilla	39	46,27	16	2	1	0	1
Murcia	596	38,14	172	36	8	9	119
Navarra	1.411	205,05	649	54	49	35	214
País Vasco	3.946	164,99	1.907	137	180	621	675
La Rioja	995	251,20	316	36	43	48	67
ESPAÑA	56.188	113,03	31.912	3.679	4.089	7.015	8.578

IA: Incidencia acumulada (casos acumulados por 100.000 habitantes)

* Los casos confirmados no provienen de la suma de pacientes hospitalizados, curados y fallecidos, ya que no son excluyentes. Pacientes fallecidos y curados pueden haber precisado hospitalización y por tanto computar en ambos grupos. Los pacientes que han precisado UCI también computan en los pacientes que han requerido hospitalización.

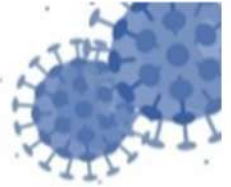


Medidas de prevención



Quédate en casa, ¡y cuídate!

Recomendaciones para personas mayores



Las personas mayores son más vulnerables frente al nuevo coronavirus que el resto de la población. Por eso, para proteger tu salud y la de toda la ciudadanía:



Quédate en casa y sigue estrictamente las medidas de distanciamiento social. Es muy importante evitar el contacto con otras personas. No salgas o reduce tus salidas al mínimo indispensable.

Mantén las medidas de prevención



Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado



Usa pañuelos desechables y tíralos tras su uso

Mantente conectado con tu entorno social



Habla todos los días con alguien: no solo por sentirte acompañado, tu experiencia de vida puede ayudar a muchas personas más jóvenes a sobrellevar esta situación.



Infórmate pero hazlo de fuentes oficiales (institucionales) y elige momentos determinados del día para ello. Aprovecha el resto del tiempo para realizar otras actividades.



Informa de tu estado de salud a familiares y/o amigos. Si te encuentras mal avísalos o contacta con tu centro de salud. Y si tienes sensación de gravedad llama al 112.



En esta situación es normal estar preocupado y sentir ansiedad o miedo. Puedes contar con los servicios de apoyo de tu Comunidad Autónoma o informarte sobre iniciativas comunitarias en tu barrio.

Cuídate y lleva una vida lo más saludable posible



Cuida tu higiene y mantén tus rutinas y horarios



Sigue una alimentación equilibrada y variada



Opta preferiblemente por alimentos no procesados



Bebe agua



Intenta evitar alimentos con alto contenido de azúcares añadidos, grasas o sal.



No fumes, y si lo haces, que sea en la ventana o balcón.



No consumas alcohol

Haz actividad física a diario e intenta no pasar más de dos horas seguidas sentado: puedes caminar mientras hablas por teléfono, realizar tareas domésticas, hacer estiramientos adaptados a tu situación personal o seguir algún vídeo sencillo como los disponibles en www.estilosdevidasaludable.mscbs.gob.es

Al moverte por la casa



Ten cuidado con los obstáculos o mascotas



Usa calzado que no resbale y ten cuidado con el suelo mojado



Mantén una iluminación adecuada

Más información sobre estilos de vida saludable en www.estilosdevidasaludable.mscbs.gob.es

23 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:
www.mscbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS





Recomendaciones para las compras en establecimientos de alimentación



¿Cómo hacer las compras de primera necesidad?

Puedes salir de casa para hacer compras **de primera necesidad** tomando unas sencillas precauciones:



Pueden ir **quienes no presenten síntomas** (tos, fiebre, sensación de falta de aire). Siempre que se pueda, los más frágiles deben quedarse en casa y sólo debe salir una persona



Mantén una distancia mínima de **1-2 metros** y evita las aglomeraciones



Utiliza **guantes de usar y tirar** para elegir fruta y verdura, como venías haciendo hasta ahora



No te toques la cara y **lávate las manos** cuando vuelvas a casa



Pregunta en tu vecindario si alguien necesita ayuda para la compra. Puedes **acercarle la compra a su puerta**, manteniendo la distancia de 1-2 metros



¡Actúa siempre con **empatía y respeto** hacia los demás!



17 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob

**#ESTE VIRUS
LO PARAMOS UNIDOS**



Recomendaciones para las compras en las farmacias

¿Cómo hacer las compras imprescindibles en la farmacia?

Puedes salir de casa para hacer compras **imprescindibles** en la **farmacia** tomando unas sencillas precauciones:



Pueden ir quienes no presenten **síntomas** (tos, fiebre, sensación de falta de aire). Siempre que se pueda, los más frágiles deben quedarse en casa y sólo debe salir una persona



Mantén una distancia mínima de **1-2 metros** y evita las aglomeraciones



Pregunta en tu vecindario si alguien necesita productos de la farmacia. Puedes **dejárselos en su puerta**, manteniendo la distancia de 1-2 metros



No te toques la cara y **lávate las manos** cuando vuelvas a casa



¡Actúa siempre con **empatía y respeto** hacia los demás!



18 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob

**#ESTE VIRUS
LO PARAMOS UNIDOS**



Protege a tu familia, protege a los demás

No subestimes el aislamiento



Es una medida para evitar contagios

**#Quedate
EnCasa**

**Y si
tienes
síntomas**

**#Aíslate
Quédate
en tu
habitación**

Protege a tu familia, protege a los demás

**Consulta cómo aislarte en la web del Ministerio de Sanidad
www.mscbs.gob.es**

25 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob

**#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS**

