

INTERVENCIONES PSICOLÓGICAS EN COVID-19; UN MODELO ACTUAL.

La enfermedad del Covid-19
Se aprecia las conductas de las
personas. La importancia de la
identificación del comportamiento
nos hace una comprensión más
adecuada de la enfermedad. Hay
formas de como prevenir el
Covid-19.

1- HIGIENE DE MANOS

Lavarse las manos previene enfermedades y la propagación de infecciones a otras personas. Lavarse las manos con jabón elimina los microbios de las manos. Ayuda a prevenir infecciones por los siguientes motivos, las personas con frecuencia se tocan las manos, ojos, nariz, y la boca sin darse cuenta.

2- EVITAR CONTACTO PÚBLICO

Ayuda a evitar el contagio con personas que tosen, estornudan o simplemente hablan, porque están expuestas pequeñas gotículas que pueden contener el virus.

3- USO DE MASCARILLA CUANDO CORRESPONDA

Convertir el uso de la mascarilla en una parte normal de su interacción con otras personas para que sean lo más eficaces posibles, es esencial utilizar, guardar, limpiar, y eliminar las mascarillas correctamente.

4- DIAGNOSTICO ANTES DE LOS PRIMEROS SINTOMAS

Es fundamental que mantenga actualizado a su equipo de atención médica sobre el estado de la salud. Debe pedir consejo sobre los próximos pasos sobre cómo debe cuidarse.

5- DETECCIÓN DE CASOS

A las pruebas de PCR se les considera el estándar a seguir para la detección del Covid-19. Son un tipo de prueba de amplificación de ácido nucleico (NAAT), que tiene probabilidades de detectar el virus que las pruebas de antígenos.

6- CUARENTENA (REPOSO Y AISLAMIENTO)

Esto deberá durar 14 días, desde que estuvo en contacto con una persona con Covid-19

7- SEGUIR TRATAMIENTO E INDICACIONES MÉDICAS

Es una descripción de la enfermedad como se va a tratar con un medicamento para controlar y que el paciente o la persona se siente bien.