Regleta de prevención Covid-19

1

¿QUE ES EL CORONAVIRUS?

Son una amplia Familia de virus, que pueden causar diversas afecciones humanas, que pueden ir desde un resfriado común hasta el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SRAS)

2

VIAS DE INGRESO AL CUERPO

Por medio de ojos, boca y nariz

3

VÍAS DE TRANSMISIÓN

- Transmisión por contacto y por gotículas: puede transmitirse por contacto directo, indirecto o estrecho con personas infectadas a través de las secreciones contaminadas (por ejemplo, la saliva, las secreciones respiratorias o las gotículas respiratorias) que se expulsan cuando una persona infectada tose, estornuda, habla o canta.
- Transmisión por fómites: Las secreciones respiratorias o las gotículas que las personas infectadas expulsan pueden contaminar las superficies y los objetos, lo que produce fómites (superficies contaminadas)

4

SINTOMAS

Los síntomas más habituales son los siguientes:

Fiebre
Tos seca
Cansancio

Otros síntomas menos comunes son los siguientes:

Molestias y dolores
Dolor de garganta
Diarrea
Conjuntivitis
Dolor de cabeza
Pérdida del sentido del olfato o del gusto

5

CONSECUENCIAS

Los síntomas de COVID-19 a veces pueden persistir durante meses:
Corazón: daño duradero al músculo cardiaco, esto puede aumentar el riesgo de insuficiencia cardiaca

Los pulmones: Daño duradero a los alvéolos. El tejido cicatricial resultante puede llevar a problemas respiratorios a largo plazo.
El cerebro: puede causar accidentes cardiovasculares, convulsiones, y el

síndrome de Guillain-Barré — una afección que causa parálisis temporaria. también puede aumentar el riesgo de desarrollar la enfermedad de Parkinson y la de Alzheimer.

6

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

Al toser o estornudar, cubrirse la boca con el pliegue del codo o pañuelo y desechar
Lavar las manos frecuentemente con agua y jabón, antes de consumir cualquier alimento, antes de tocar la cara o después de tocar elementos o superficies públicas
Uso constante de gel desinfectante a base de alcohol

Mantener una distancia de seguridad entre personas de aproximadamente 1 metro
Informar síntomas por vía telefónica a los centros médicos
Uso constante del tapaboca, cuando vamos a interactuar con una persona y cuando estemos fuera de casa
Evita lugares con aglomeración de personas