

INFORMACIÓN COVID-19

¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD LLAMADA COVID-19?

- Es una enfermedad respiratoria causada por un nuevo coronavirus llamado SARS-CoV-2.
- Se llaman coronavirus, porque bajo el microscopio electrónico se observa que tienen una cubierta con forma de corona.
- Por ser un nuevo virus, ninguna persona tiene defensas contra esta enfermedad.
- Este tipo de virus puede no ocasionar ningún síntoma o presentar enfermedades como un resfriado común hasta enfermedades respiratorias más graves, que pueden ocasionar la muerte.

TRANSMISIÓN.

El Covid-19 se transmite de una persona infectada a través de gotas de saliva que expulsa al toser o estornudar.

Si tocas objetos o superficies contaminados y después tus manos tienen contacto con tus ojos, nariz, o boca, te puedes contagiar.

El 80 % de las personas contagiadas presentarán la enfermedad en forma leve o asintomática y el 20% podría requerir hospitalización.

SÍNTOMAS.

- Fiebre.
- Tos Seca.
- Estornudos.
- Malestar en general.
- Dolor de cabeza.
- Dificultad para respirar.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN.

- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o utilizar gel antibacterial con base de alcohol al 70%.
 - ✓ Después de tocar cualquier superficie o de intercambiar algún objeto.
 - ✓ Después de toser o estornudar.
 - ✓ Después de ir al baño.
 - ✓ Antes, durante y después de preparar alimentos.
 - ✓ Después de tocar animales.
 - ✓ Antes y después de cuidar a personas enfermas.
 - ✓ Después de realizar o recibir un pago, utilizar un cajero o usar una terminal para pagar con tarjeta.
 - ✓ Al entrar, durante y al salir del transporte público.
 - ✓ Cuando las manos se vean sucias.
 - ✓ Antes de comer.
 - ✓ Cuando creas que las manos se pueden haber contaminado.

- Al toser o estornudar, utilizar el estornudo de etiqueta, que consiste en cubrirse la nariz y noca con un pañuelo desechable.
- No escupir, si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura; después lavarse las manos.
- No tocarse la cara con las manos sucias, sobre todo nariz, boca y ojos.
- Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso común en casas, oficinas, sitios cerrados, transporte, centros de reunión, etc. Ventilar y permitir la entrada de luz solar.
- Quedarse en casa cuando se tienen enfermedades respiratorias y acudir al médico si presenta alguno de los síntomas (Fiebre mayor a 38° C, dolor de cabeza, dolor de garganta, escurrimiento nasal, etc.).
- Evitar en lo posible contacto con personas que tengan enfermedades respiratorias.

#SANA DISTANCIA

La Jornada Nacional Sana Distancia pide a la población:

- Mantener una distancia de al menos 1.5 metros de los demás.
- No acudir a centros comerciales, parques, cines, eventos masivos o sitios de aglomeración, si no es necesario.
- Extremar los cuidados a las personas mayores de 60 años.
- No saludar de beso, mano o abrazo.
- Suspensión de actividades no esenciales.
- Suspensión de clases.

H. Escuela Naval Militar No.701

Col. Reforma. C.P.68050

Tel. 5162149

E-mail:

comunidadespromotorasoax@gmail.com