

# COVID-19

## Cónocelo: ¿QUIÉNES ESTÁN EN MAYOR RIESGO DE ENFERMARSE GRAVEMENTE?



**Adultos mayores  
de 60 años.**



**Personas con  
enfermedades  
preexistentes  
como diabetes o  
cardiopatías.**



**Hasta el momento, no hay  
vacuna ni tratamiento  
específico, solo tratamiento  
de los síntomas.**

**Los casos graves pue  
den necesitar oxígeno  
suplementario y ventilación  
mecánica.**



# 1

# COVID-19

## ¿Quiénes están en mayor riesgo de enfermarse gravemente?



**La enfermedad es causada por el Coronavirus llamado SARS CoV2.**

**Puede Evolucionar a neumonías complicadas SARS (16%) y hasta la muerte (1-3%).**

**¿Cuán peligroso es el nuevo coronavirus (2019-nCoV)?**

**Al igual que con otras enfermedades respiratorias, la infección por 2019-nCoV puede causar síntomas leves como secreción nasal, dolor de garganta, tos y fiebre. Puede ser más grave para algunas personas y puede provocar neumonía o dificultad respiratoria.**

**PREVENCIÓN DE LA COVID-19 EN LA COMUNIDAD**

# COVID-19

## Cóncelo: ¿CÓMO SE PROPAGA LA COVID-19?



Por contacto personal cercano con una persona infectada o a través de personas infectadas al toser o estornudar.



Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.



# 2

# COVID-19

## ¿Cómo se propaga la COVID-19?

Una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala. Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si inhalan las gotas que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1 metro de distancia de una persona que se encuentre enferma.

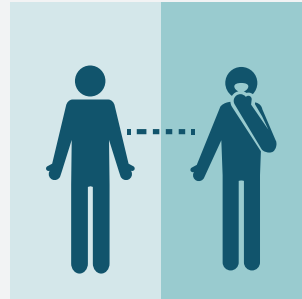
La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre las formas de propagación de la COVID-19 y seguirá informando sobre los resultados actualizados.

# COVID-19

## Cóncelo: RECOMENDACIONES



**Lava tus manos  
con agua y jabón**



**Mantén una  
distancia de 1 metro  
entre tu persona y  
otros.**



**Limpia con  
frecuencia las  
superficies de alto  
contacto**

**Si tienes síntomas:**

**No tengas contacto con otras personas  
solamente usando tapaboca y el mínimo  
necesario.**

**Avisa al personal de salud o llama al  
0800VIGILAN y sigue las indicaciones.**



# 3

## COVID-19

### Recomendaciones

---



- 1.- Evitar los sitios de aglomeración.
- 2.- Usar mascarilla en lugares públicos como mercados, farmacias, abastos.
- 3.- Lavarse las manos con agua y jabón contando cada vez hasta 20, hacerlo con frecuencia o limpiarlas con gel alcoholado.
- 4.- Evitar tocarse ojos, boca, nariz sin previo lavado de manos.
- 5.- Limpieza frecuente de superficies de alto y frecuente contacto (teclados, interruptores, controles, pomos de puerta) con agua y jabón y luego con una solución mezclando una cucharada de cloro por litro de agua.
- 6.- NO besar, abrazar, ni dar apretones de manos, distancia física de 2 metros
- 7.- NO compartir utensilios personales (cubiertos, vasos, pitillos, cepillos de diente, etc).
- 8.- Al estornudar o toser taparse nariz y boca con pañuelo desechable y descartarlo inmediatamente en el cesto de la basura.
- 9.- Estornudar o toser en el ángulo interno del codo, si no se dispone de toalla desechable.
- 10.- No escupir en la calle.

**PREVENCIÓN DE LA COVID-19 EN LA COMUNIDAD**

# COVID-19

## CónoceLO: LIMPIA TUS MANOS ¿CUÁNDO?



Antes de tocarte  
la cara



Después de toser  
o estornudar



Después de ir  
al baño



Antes y después de  
cambiar pañales



Antes de preparar  
y comer alimentos



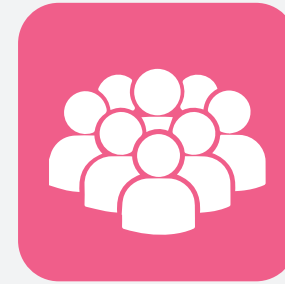
Antes y después de  
visitar o atender a  
alguien enfermo



Después de tirar  
la basura



Después de tocar  
las manijas de las  
puertas



Después de estar en  
lugares públicos  
concentrados

# 4

## COVID-19

### Limpia tus Manos ¿Cuándo?



Lávese las manos a fondo y con frecuencia usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

**¿Por qué?** Lavarse las manos con agua y jabón o usando un desinfectante a base de alcohol mata los virus que pueda haber en sus manos. Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus. Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca. Desde allí, el virus puede entrar en su cuerpo y causarle la enfermedad.

Tanto usted como las personas que les rodean deben asegurarse de mantener una buena higiene de las vías respiratorias. Eso significa cubrirse la boca y la nariz con el codo doblado o con un pañuelo de papel al toser o estornudar. El pañuelo usado debe desecharse de inmediato.

**Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19**

**PREVENCIÓN DE LA COVID-19 EN LA COMUNIDAD**

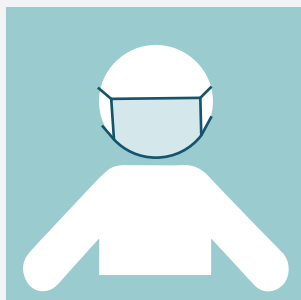


# COVID-19

## Cóncelo: ¿CÓMO PONERSE, USAR, QUITARSE Y DESECHAR UNA MASCARILLA?



1. Lava tus manos con agua y jabón.



2. Cubra la boca y la nariz con la mascarilla, asegúrese que no queden espacios entre su cara y la mascarilla.



3. Evite tocar la mascarilla mientras la usa, si lo hace lávese las manos.



4. Reemplace la mascarilla por una nueva cuando se ensucie o humedezca no reutilice mascarillas de un solo uso.



5. Quítesela por detrás (no toque la parte delantera); deséchela inmediatamente, lávese las manos.



# 5

## COVID-19

### ¿Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar una mascarilla?

- 1.- Antes de ponerse una mascarilla, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.**
- 2.- Cúbrase la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrese de que no haya espacios entre su cara y la máscara.**
- 3.- Evite tocar la mascarilla mientras la usa; si lo hace, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.**
- 4.- Cámbiese de mascarilla tan pronto como esté húmeda y no reutilice las mascarillas de un solo uso.**
- 5.- Para quitarse la mascarilla: quítesela por detrás (no toque la parte delantera de la mascarilla); deséchela inmediatamente en un recipiente cerrado; y lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.**