

## SIGNOS Y SÍNTOMAS



**Fiebre**



**Falta de aire  
y malestar general**



**Tos**

## FORMAS DE CONTAGIO

### **Por contacto estrecho**

(a menos de 2 metros de distancia)



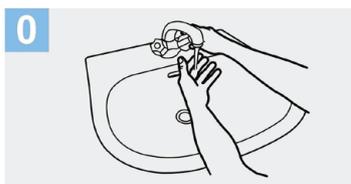
### **Por medio de las secreciones**

de los ojos, nariz o de la boca

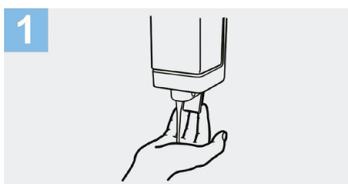
## PREVENCIÓN

### Lavado de manos con agua y jabón

Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado de manos debe durar al menos 40-60 segundos siguiendo estos pasos:



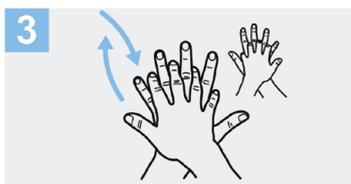
**0** Mójese las manos con agua;



**1** Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



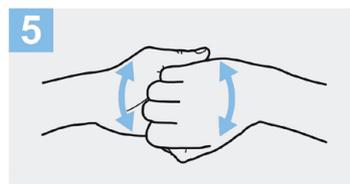
**2** Frótese las palmas de las manos entre sí;



**3** Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



**4** Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



**5** Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



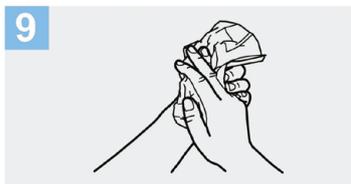
**6** Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



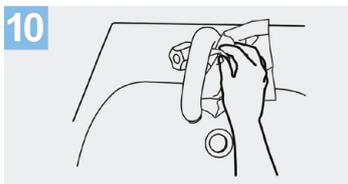
**7** Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



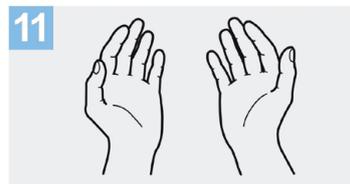
**8** Enjuáguese las manos con agua;



**9** Séquese con una toalla desechable;



**10** Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



**11** Sus manos son seguras.

## PREVENCIÓN

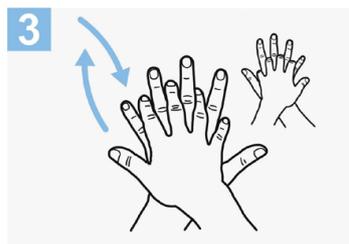
### Lavado de manos con soluciones a base de alcohol



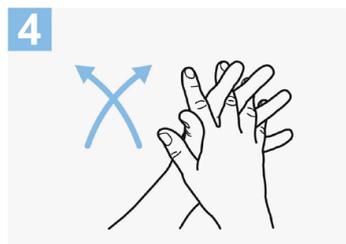
**1a** Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



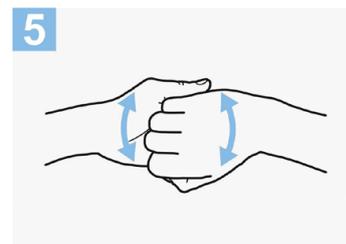
**2** Frótese las palmas de las manos entre sí;



**3** Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



**4** Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



**5** Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



**6** Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



**7** Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



**8** Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito: OMS

#### El lavado de manos debe darse principalmente

- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, picaportes, etc.
  - Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
  - Después de ir al baño o de cambiar pañales.

## PREVENCIÓN

### Adecuada higiene respiratoria

#### Cubrirse la nariz y la boca

con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar.

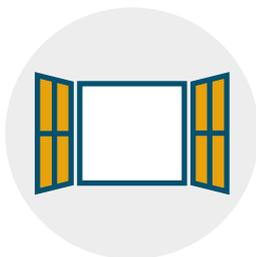


#### Usar el cesto de basura

más cercano para desechar los pañuelos utilizados.

#### Limpiarse las manos

después de toser o estornudar.



### Ventilación de ambientes

Asegurar el recambio de aire mediante la abertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.

### Uso de barbijos

Recomendado para:

- Personas que presentan síntomas de infección respiratoria: fiebre junto a tos, dolor de garganta o dificultad respiratoria.
- Personal de salud que atiende a personas con síntomas de enfermedad respiratoria.

## PREVENCIÓN

### Otras recomendaciones generales

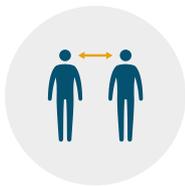


**En caso de presentar síntomas relacionados con la enfermedad** dar aviso a la autoridad sanitaria. No entrar en contacto con otras personas.



**Todas aquellas personas que ingresaron al país proveniente de países con transmisión**, deben cumplir aislamiento durante 14 días desde la fecha de ingreso al país. Estas medidas incluyen aquellos que hayan ingresado previamente a estas recomendaciones. Es importante que no salgan de su casa ni tomen contacto con otras personas y que ante la presencia de algún síntoma consulten inmediatamente al sistema de salud.

La misma consideración anterior aplica para **quienes hayan estado en contacto con un paciente diagnosticado** con Coronavirus o que convivan con personas que hayan viajado a los países de circulación activa.



Se recomienda restringir **las reuniones o encuentros presenciales masivos**. En ese sentido, se sugiere la utilización de las nuevas tecnologías para establecer instancias de formación o de contacto mediante plataformas virtuales o videoconferencias.



**Extremar las tareas de desinfección** diaria en los ambientes de trabajo y en el hogar.



**No auto medicarse**

**La prevención es una responsabilidad individual,  
con un beneficio colectivo.**