

CORONAVIRUS 2019: MEDIDAS DE PREVENCIÓN

Infectología aplicada al deporte

Servicio médico CeNARD

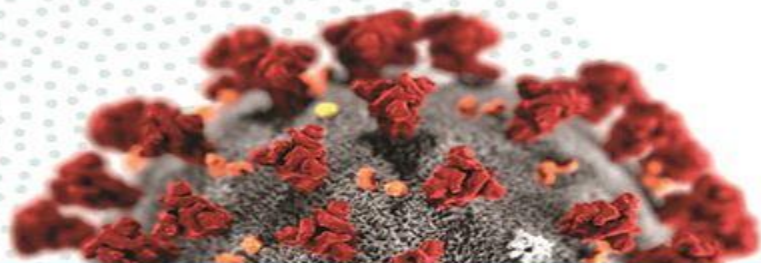
12-03-2020

COVID-19

ENFERMEDAD POR EL CORONAVIRUS 2019

CONÓCELO.

COVID-19 es una enfermedad respiratoria nueva que se identificó por primera vez en Wuhan, China. Actualmente, la propagación se da principalmente **de persona a persona.**



OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
OFICIA REGIONAL PARA LAS Américas

Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.paho.org/coronavirus

CONÓCELO.

SÍNTOMAS*



GOTEO NASAL



TOS



DOLOR DE GARGANTA

SÍNTOMAS
COMUNES



PIEBRE ALTA



NEUMONÍA



INSUFICIENCIA RESPIRATORIA AGUDA

CASOS
GRAVES

*Los síntomas podrían aparecer de **1 a 12 días** después de la exposición al virus.

OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
OPERA REGIONAL PARA LAS Américas

Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.paho.org/coronavirus

Personas de todas las edades pueden ser infectadas por el nuevo coronavirus.

Personas de la tercera edad y personas con condiciones médicas preexistentes (como asma, diabetes, enfermedades cardiovasculares) parecen ser vulnerables a enfermarse más severamente con el virus.

La OMS recomienda a las personas de todas las edades protegerse del virus, por ejemplo, siguiendo buenas medidas de higiene de manos y respiratorias.

¿El nuevo coronavirus afecta solo a las personas mayores o también las más jóvenes son vulnerables?



OPS

#Coronavirus



COVID-19

ENFERMEDAD POR EL CORONAVIRUS 2019

CONÓCELO.

¿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 pueden necesitar oxígeno suplementario y
ventilación mecánica.

COVID-19

ENFERMEDAD POR EL CORONAVIRUS 2019

¿CÓMO SE TRANSMITE?

CONÓCELO.



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



Al tocar objetos o superficies con-
taminadas y luego tocarse la boca,
la nariz o los ojos.

Recomendaciones ante el coronavirus

Si tenés resfrío, fiebre, tos, fatiga o dificultad respiratoria, seguí estos consejos

Lavate las
manos con
jabón y agua



Cubrí tu nariz
y tu boca al
toser o
estornudar



Evitá el
contacto con
personas que
padezcan
enfermedades
respiratorias



Ante cualquier síntoma o duda, llamá al 107



Buenos Aires Ciudad

Vamos Buenos Aires

Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón

¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

 Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



Mójese las manos con agua;



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



Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



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



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



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



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



Enjuáguese las manos con agua;



Séquese con una toalla desechable;



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;



Sus manos son seguras.

Lavarse las manos SIEMPRE

antes de comer, tocarse la boca, ojos o nariz, al manipular alimentos y luego de usar el baño, practicar deportes, estornudar o toser y al tocar mascotas

Desinfectarse las manos si NO hay agua y jabón

¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinfectese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

⌚ Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos



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



Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



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



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



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



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



Una vez secas, sus manos son seguras,

- Usar desinfectante de manos que contenga al menos 60% de alcohol



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente
LAS ALARMAS SONAN PARA UNA ACCIÓN MÁS RÁPIDA

SAVE LIVES
Clean Your Hands

Limpie y desinfecte objetos y superficies

Tabla de dilución de lavandina
5000ppm

Usar en superficies altamente tocadas

Lavandina (40-50gr/cl)	Más	Agua	Envase	Medir
25cc	+	225cc		
50cc	+	450cc		
100cc	+	900cc		
200cc	+	1800cc		
500cc	+	4.500cc		
1000cc	+	9000cc		

- **Objetos y superficies que se tocan con frecuencia:**
escritorios, mesas, manijas de puertas, llaves, materiales del gimnasio, grifos, teléfonos, teclados, camillas, etc.
- **Use limpiador de uso doméstico** y siga las instrucciones del fabricante o utilice una dilución de lavandina en agua.

Limpie y desinfecte los pisos

**Tabla de dilución de lavandina
(40-50gr/cl) a 1000ppm
uso en pisos**

Lavandina (Uso doméstico)	Más	Agua	Envase	Medir
5cc.	+	¼ litro de agua (250cc)		
10cc.	+	½ litro de agua (500cc)		
20cc.	+	1 litro de agua (1000cc)		
100cc.	+	5 litros de agua (medio balde)		
200cc.	+	10 litros de agua		



Fuente: Lic. Silvia Mabel Correa
7 de marzo 2020

Evitar el contacto cercano con personas enfermas

Mantenga una distancia de al menos 1 metro de cualquier persona que presente síntomas respiratorios



Evite tocar los ojos, nariz y boca con las manos sin lavar



COVID-19

ENFERMEDAD POR EL CORONAVIRUS 2019

PREPÁRATE.



Cúbrete la boca con el antebrazo cuando tosas o estornudes, o con un pañuelo desechable, luego tíralo a la basura y límpiarte las manos.

OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD

Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.paho.org/coronavirus

COVID-19

ENFERMEDAD POR EL CORONAVIRUS 2019

ACTÚA.



Evita compartir vasos, platos u otros artículos de uso personal y limpia y desinfecta los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia.



Si has viajado a áreas donde circula el virus o has estado en contacto cercano con alguien que lo tiene y presentas fiebre, tos o dificultad para respirar, busca atención médica de inmediato. No te automediques.

OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
OPCNA REGIONAL PARA LAS Américas

Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.paho.org/coronavirus

Puede personalizar sus objetos personales



Si está enfermo llame al 107 desde su casa



- Si presenta fiebre, tos o dificultad para respirar, no venga al trabajo y desde su casa, solicite asistencia médica telefónica, refiriendo si tuvo viajes o contactos recientes.
- No se automedique.

COVID-19: Medidas de prevención y control



Lavarse las manos con frecuencia



Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia.



Evitar el contacto cercano con personas enfermas.



Si presenta fiebre, tos o dificultad para respirar, no venga al trabajo y desde su casa, solicite asistencia médica telefónica.



Si tiene tos o estornudos no contagie a otros.



Si detecta a una persona enferma, haber transitado por áreas de circulación viral o contacto con caso confirmado, recuerde que debe hacer la consulta médica de inmediato, refiera antecedentes de viaje y evite el contacto social.

CORONAVIRUS 2019: MEDIDAS DE PREVENCIÓN Conclusiones

**ES RESPONSABILIDAD DEL CADA UNO DE NOSOTROS
DAR EL EJEMPLO**

Y

**HACER CUMPLIR LAS RECOMENDACIONES MÉDICAS EMITIDAS POR
LAS AUTORIDADES SANITARIAS PARA
CUIDARNOS ENTRE TODOS**

09 de marzo de 2020