



CORONAVIRUS (COVID-19)

QUÉ es Y CÓMO PROTEGERSE

CORONAVIRUS (COVID-19)

- COVID-19 es una enfermedad respiratoria altamente contagiosa.
- Las personas de todas las edades pueden infectarse
- Los signos y síntomas incluyen tos, fiebre y dificultad para respirar
- Las personas con enfermedades cardiovasculares, afecciones respiratorias o diabetes, o aquellas que tienen 60 años o más tienen un riesgo mucho mayor, y deben tener especial cuidado en seguir las pautas.
- En casos más graves, la infección por COVID-19 puede causar neumonía, síndrome respiratorio agudo severo y, a veces, la muerte.
- Actualmente no hay cura o vacuna para COVID-19.

www.medicinesforhumanity.org

SINTOMAS



Fiebre



Tos



Falta de aliento

¿CÓMO SE TRANSMITE EL COVID-19?

Este virus es transmitido por gotitas respiratorias que pueden pasar de una persona infectada con a otros por:

- Estornudos y tos
- Toque físico, como darse la mano
- Tocando superficies con los gérmenes y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca
- COVID-19 se puede transmitir en TODAS las áreas sin importar el clima.



¿CÓMO PUEDE EVITAR ENFERMARSE?

- Lávese las manos regularmente con jabón y agua corriente o un desinfectante a base de alcohol durante al menos 20 segundos:
 - Después de toser o estornudar
 - Al cuidar a los enfermos
 - Antes, durante y después de preparar la comida
 - Antes de comer
 - Después de usar el baño
 - cuando las manos están sucias
 - Después de manipular animales o desechos animales



- Evite el contacto físico al saludar. Agitar o asentir en su lugar.

- Cuando tosa o estornude, cúbrase la boca y la nariz con un codo o pañuelo flexionado



- Distanciarse al menos 1 metro

- No tocarse los ojos, la nariz o la boca. Esto propaga gérmenes.

- Evite escupir en público.

- No asiste eventos públicos

- ¡Quédese en casa!

QUÉ HACER SI SE ENFERMA

Los síntomas generalmente aparecen entre 2 y 14 días. Una persona es contagiosa 2-3 días después de la exposición y cuando muestra síntomas. Casi todas las personas que contraen COVID-19 tienen fiebre. Controle su temperatura cuando experimente otros síntomas.

Quédese en casa y aléjese a 1 metro de los demás. Cubra su tos y estornudos con un codo flexionado. Lavarse las manos con frecuencia. Trata tus síntomas y controla tu salud.

No existe un medicamento específico para tratar COVID-19. Los antibióticos no funcionan contra el virus. Puede tratar sus síntomas para obtener alivio. Aumente los líquidos y descanse.



Si se enferma o experimenta dificultad para respirar, busque ayuda médica de inmediato.

Muchas personas contraen COVID-19, pero solo tienen síntomas leves y luego mejoran. Quédate en casa y no expongas a los demás. Evite visitar un centro de salud a menos que su enfermedad se vuelva grave.

Las mujeres que están amamantando y enfermas con COVID-19 deben considerar la extracción y pedirle a otra persona que alimente al bebé para evitar la propagación de gérmenes.

La leche materna NO puede transferir el virus, pero sí ayuda a un bebé a crecer fuerte y combatir enfermedades.

*Por Favor
Mantengase Seguro*

CUANDO UTILIZAR UNA MÁSCARA

Las personas sanas NO necesitan usar una máscara.

Las máscaras solo deben ser usadas por personas que cuidan a personas con COVID-19 o por personas que están enfermas con los síntomas.

Usar una máscara puede ayudar a limitar la propagación de la enfermedad, ¡pero una máscara sola no detiene la infección!

Las máscaras solo funcionan bien cuando se usan con un lavado de manos frecuente y adecuado.



CONOZCA LOS HECHOS NO SE ASUSTE.

Recuerde que todos debemos ayudar a prevenir la propagación de esta enfermedad. Eso significa tomar medidas para estar seguro, incluso si se siente saludable y no cree que ha estado expuesto.

Para obtener más información, visite a su trabajador de salud comunitario local.