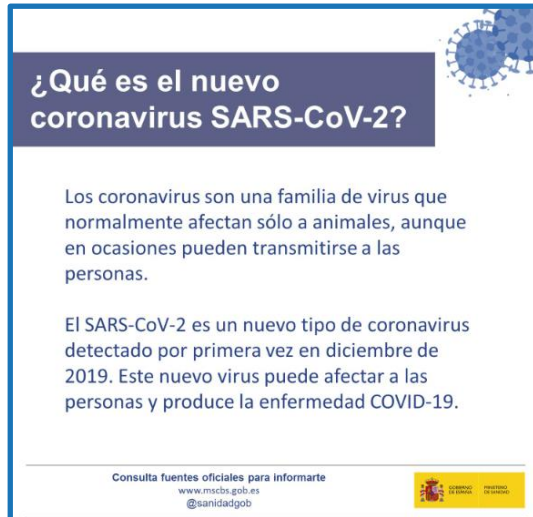


¿Qué es el coronavirus?

¿Cómo se transmite?




¿Qué es el nuevo coronavirus SARS-CoV-2?

Los coronavirus son una familia de virus que normalmente afectan sólo a animales, aunque en ocasiones pueden transmitirse a las personas.

El SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus detectado por primera vez en diciembre de 2019. Este nuevo virus puede afectar a las personas y produce la enfermedad COVID-19.

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob



¿Cómo se transmite el nuevo coronavirus?

La transmisión se produce por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma.

Estas secreciones podrían infectar a otra persona si entrasen en contacto con su nariz, sus ojos o su boca.

Es poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de uno o dos metros.



Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob



¿Cuáles son los síntomas?



¿Cuáles son los síntomas del nuevo coronavirus?

Los síntomas más comunes de la nueva enfermedad por coronavirus (COVID-19) son:

- Fiebre 
- Tos 
- Sensación de falta de aire 

El 80% de los casos presenta síntomas leves

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob



¿Qué podemos hacer para protegernos?

¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?

- Lávate las manos frecuentemente**
- Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión**
- Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado**
- Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralo tras su uso**
- Si presentas síntomas respiratorios evita el contacto cercano con otras personas**

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
 @sanidadgob

¿Debo utilizar mascarilla para protegerme del nuevo coronavirus?

La población general sana no necesita utilizar mascarillas. Los profesionales sanitarios indicarán el uso de mascarillas en aquellas situaciones en las que se considere necesario.

Un uso inadecuado puede contribuir a un desabastecimiento de mascarillas en aquellas situaciones para las que están indicadas.

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
 @sanidadgob

- En caso de pertenecer a algún grupo de riesgo (personas inmunodeprimidas, problemas cardíacos, problemas respiratorios, diabetes o embarazadas), es recomendable que esta situación se comunique a dirección del centro o servicio, por si es necesario en algún momento establecer medidas extraordinarias de prevención.

¿Qué medidas de precaución podemos tomar?

Mantener una higiene de manos e higiene respiratoria:

- Lavar las manos con agua y jabón o utilizar una solución hidroalcohólica.



- Evitar tocar los ojos, nariz y boca si no se tienen las manos limpias.



- Practicar una buena higiene respiratoria: cuando tosas o estornudes tapar la boca y la nariz con un pañuelo de papel y tirarlo a la basura a continuación, o hacerlo contra la flexura del codo.



Documento informativo de prevención frente al COVID-19

- Después de tocar secreciones respiratorias (estornudar, toser, uso de pañuelos) y/o objetos contaminados deberás lavarte bien las manos.



- Si presentas síntomas de infección respiratoria (fiebre, tos, dificultad respiratoria) aléjate de otras personas, manteniéndote por lo menos a 2 metros de distancia.



- Evitar saludos sociales de contacto (besos, abrazos, dar mano,...)

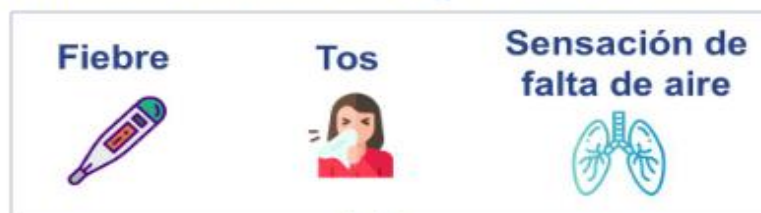


- No se recomienda el uso de mascarillas como medida de protección para las personas que no están enfermas.



¿Qué podemos hacer si sospechamos que hemos estado en contacto con el virus?

Si has estado en zona de riesgo o con alguien que presenta el virus y presentas estos síntomas los siguientes 14 días:



Quédate en casa y llama al **112**

Comunica a dirección de tu centro o servicio las pautas que te hayan dado en el servicio médico, para que se pueda actuar en consecuencia en función de las necesidades de cada caso.

Tengo síntomas, ¿Qué debo hacer?



En caso de *personas usuarias* de Aspnaaes si los servicios médicos han determinado que presenta Coronavirus, además de seguir las prescripciones médicas pautadas, debe comunicar esta situación al centro o servicio al que acude y, por responsabilidad con los demás usuarios y profesionales, no acudir al mismo hasta que los servicios sanitarios lo indiquen.

En caso de *profesionales* de la entidad, si los servicios médicos han determinado que se presenta Coronavirus, además de seguir las prescripciones médicas pautadas, debe comunicar esta situación a dirección del centro o servicio en el que trabaja y, por responsabilidad con las demás personas usuarias y profesionales, no acudir al mismo hasta que los servicios sanitarios lo indiquen.

(*) Los periodos de aislamiento a los que se vean sometidos los trabajadores/as como consecuencia de este virus serán considerados como situación de incapacidad temporal derivada de enfermedad común.

¿Cómo lavar las manos con agua y jabón?

¿Cómo lavarse las manos?

(LÁVESE LAS MANOS SI ESTÁN VISIBLEMENTE SUCIAS)
DE LO CONTRARIO, USE UN PRODUCTO DESINFECTANTE DE LAS MANOS

⌚ Duración del lavado: entre 40 y 60 segundos

| | | |
|---|---|--|
|  |  |  |
| <p>Mojarse las manos</p> | <p>Aplicar suficiente jabón para toda la superficie</p> | <p>Frotar las palmas de las manos entre sí</p> |
|  |  |  |
| <p>Frotar palma izq. contra dorso dcho. entrelazando dedos y viceversa</p> | <p>Frotar palmas entre sí con los dedos entrelazados</p> | <p>Frotar el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la otra y viceversa</p> |
|  |  |  |
| <p>Rodee el pulgar con la otra mano con un movimiento de rotación y viceversa</p> | <p>Frotar la punta de los dedos de una mano contra la palma contraria</p> | <p>Enjuague las manos</p> |
|  |  |  |
| <p>Secarse con papel</p> | <p>Utilice el papel para cerrar el grifo</p> | <p>Las manos están limpias</p> |

¿Cómo limpiarnos las manos con solución hidro-alcohólica?

¿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

1a



Deposite en la palma una dosis suficiente para cubrir toda la superficie

1b



2



Frote las palmas entre sí

3



Frotar palma izq contra dorso dcho entrelazando dedos y viceversa

4



Frotar palmas entre sí con los dedos entrelazados

5



Frotar el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la otra y viceversa

6



Rodee el pulgar con la otra mano con un movimiento de rotación y viceversa

7



Frotar la punta de los dedos de una mano contra la palma contraria

8



Una vez secas las manos son seguras