



COVID-19

RECOMENDACIONES PARA LA PREVENCIÓN

¿Qué es el covid-19?

Es una enfermedad respiratoria cuyo principal medio de propagación es el contacto de persona a persona. En los casos más graves estas infecciones pueden causar neumonía, síndrome respiratorio agudo severo, insuficiencia renal e, incluso, la muerte.

1

Síntomas Comunes

- Dolor de garganta
- Congestión nasal
- Tos

2

Síntomas de Alarma

- Fiebre
- Dificultad para respirar

¿Cómo prevenir?

1

Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o usar un gel a base de alcohol.

2

Cubrirse la boca con el antebrazo al toser o estornudar.

3

Evitar el contacto cercano con personas que tengan síntomas de gripe.

4

Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

5

Evitar compartir vasos, platos u otros artículos de uso personal y limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia.

Ante cualquier sospecha, acuda a su médico de cabecera de su respectivo seguro médico, centros de salud o al Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias y del Ambiente (Ineram)