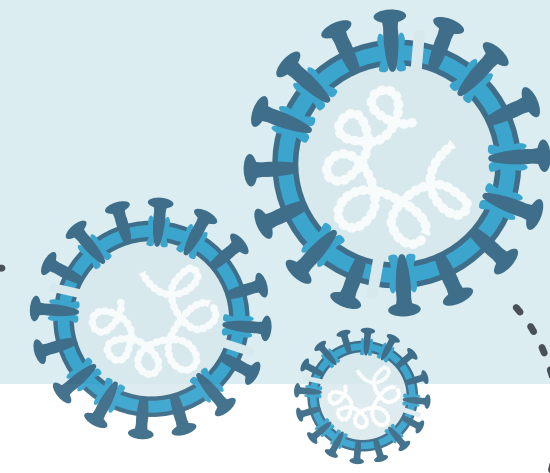


INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA POR CORONAVIRUS (COVID-19)

¿QUÉ ES EL NUEVO CORONAVIRUS?

El SARS-CoV-2 es un nuevo coronavirus, identificado en China el 7 de enero de 2020 y que produce la enfermedad COVID-19.



¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS Y QUÉ TENGO QUE HACER?

Los síntomas más comunes son **fiebre, tos y sensación de falta de aire**. En ocasiones puede haber disminución del olfato y del gusto, escalofríos, dolor de garganta, dolores musculares, dolor de cabeza, debilidad general, diarrea o vómitos.

Las personas que presenten **síntomas** deberán quedarse en una habitación de su domicilio y contactar **telefónicamente o por internet** con su centro de salud o **llamar** al teléfono habilitado **900 12 12 12**.

Si se tiene sensación de falta de aire, dolor torácico, empeoramiento o sensación de gravedad por cualquier otro síntoma, llamar al 112 o al 061.

Existen también casos que no presentan síntomas (**asintomáticos**) y pueden transmitir la **infección**.



FIEBRE



TOS

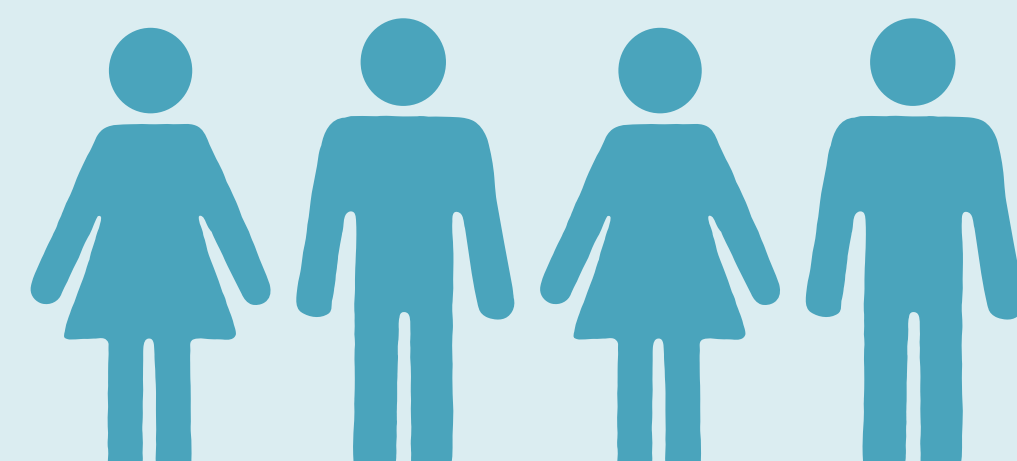


SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE

¿DE QUÉ FORMA SE PUEDE ADQUIRIR LA INFECCIÓN?

Por lo conocido hasta el momento y teniendo en cuenta los mecanismos de transmisión habituales en los coronavirus, **la transmisión se produce por contacto con las partículas respiratorias que se emiten con la tos, el estornudo o el habla de una persona infectada.**

Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca.



¿QUÉ PUEDO HACER PARA PROTEGERME Y PROTEGER A LOS DEMÁS?

REALIZAR LAS MEDIDAS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL FRENTE A ENFERMEDADES RESPIRATORIAS COMO LA GRIPE:



Utilizar mascarilla.
Su uso es obligatorio para las personas mayores de 6 años (salvo las excepciones contempladas en la normativa).



Higiene de manos frecuente (lavado con agua y jabón o solución hidroalcohólica).



Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión.



Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con la cara interna del codo flexionado o con un pañuelo. Desecharlo tras su uso y lavarse las manos.



Mantener una distancia física de seguridad de al menos 1,5 metros con otras personas.



Evitar las 3 "C": espacios cerrados, concurridos, o que impliquen contactos cercanos



Ventilar los espacios cerrados y, siempre que sea posible, reunirse al aire libre.



Tener precaución con las superficies que más se tocan y limpiarlas con regularidad.

¿QUÉ HAGO SI SOY CONTACTO ESTRECHO DE UN CASO COVID-19?

Se considera **contacto estrecho** a quien haya estado en el mismo lugar que una persona diagnosticada de COVID-19, a una **distancia menor de 2 metros y durante más de 15 minutos, desde 48 horas antes del inicio de síntomas o de la realización de la prueba diagnóstica** si la persona es asintomática.

La persona que es **contacto estrecho** debe permanecer en **cuarentena domiciliaria** durante **10 días desde el último contacto, aunque se le haga la prueba y el resultado sea negativo.**



Manténgase actualizado con la información más reciente de fuentes fiables, entre ellas la OMS, el Ministerio de Sanidad y la Consejería de Salud de la Región de Murcia

TELÉFONOS DE INFORMACIÓN Y EMERGENCIAS

☎ **900 12 12 12**

Teléfono de consultas gratuito sobre coronavirus para atender las peticiones y dudas de los ciudadanos. **Servicio 24 horas.**

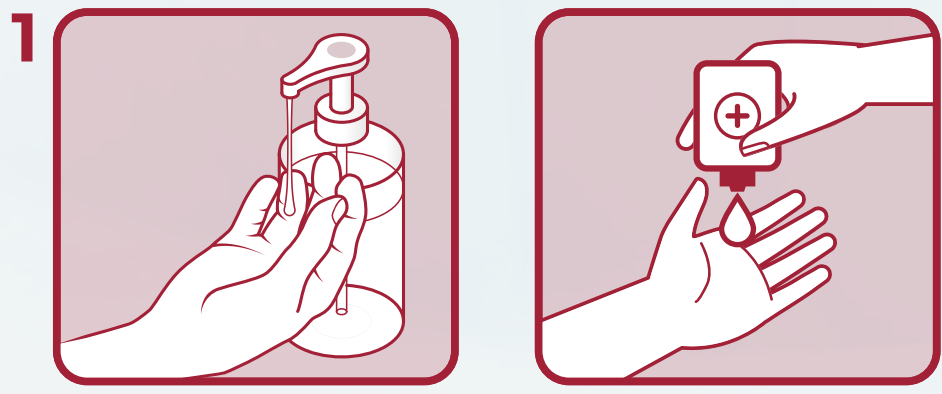
☎ **112**

Servicio 24 horas.
En caso de urgencias.



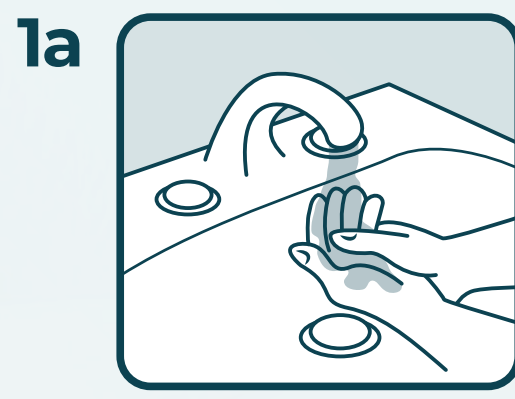
HIGIENE DE MANOS

CÓMO LIMPIARSE LAS MANOS CON DESINFECTANTE ALCOHÓLICO:

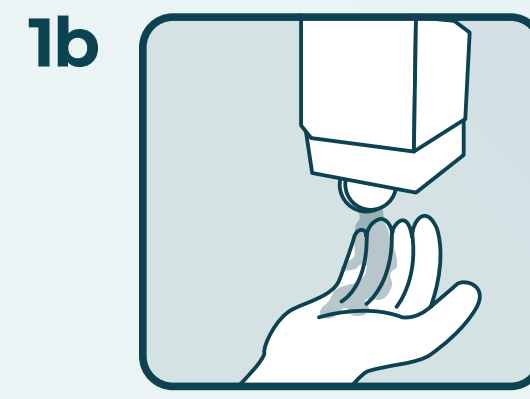


1
Deposite en la palma de la mano una cantidad de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.

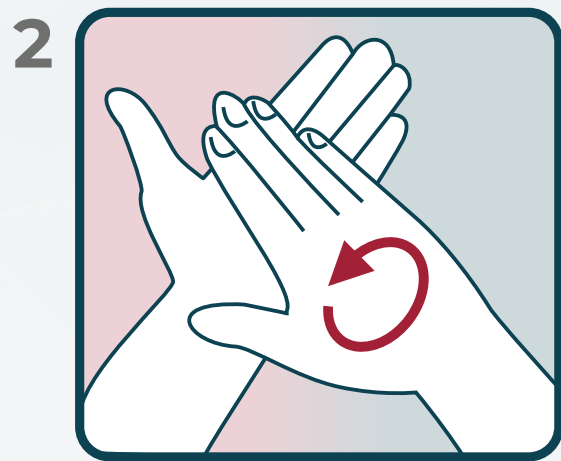
CÓMO LAVARSE LAS MANOS CON AGUA Y JABÓN:



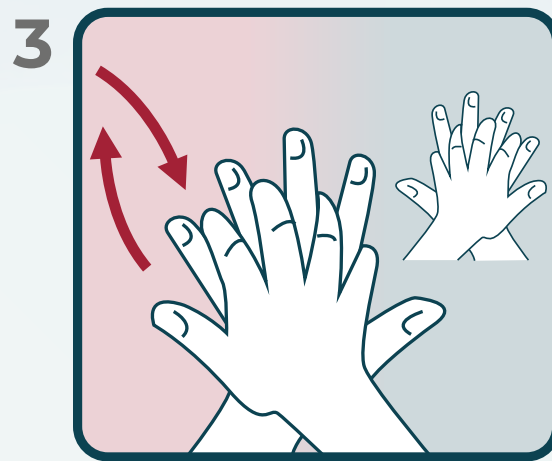
1a
Mójese las manos con agua.



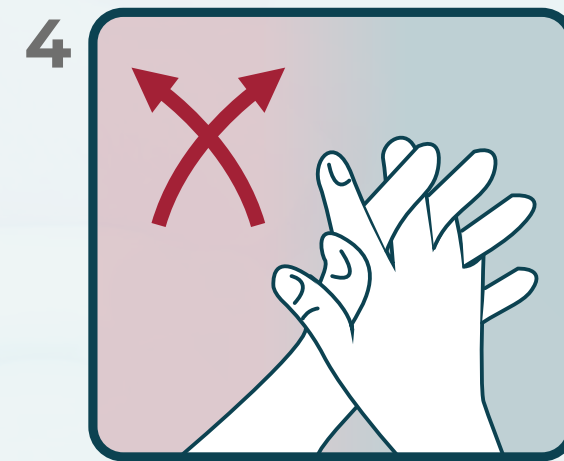
1b
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



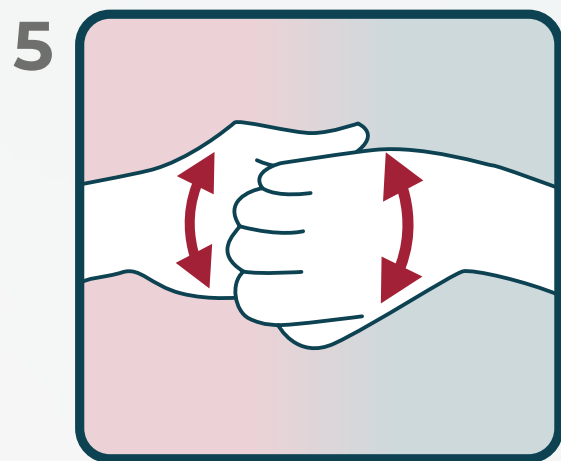
2
Frótese las palmas de las manos entre sí.



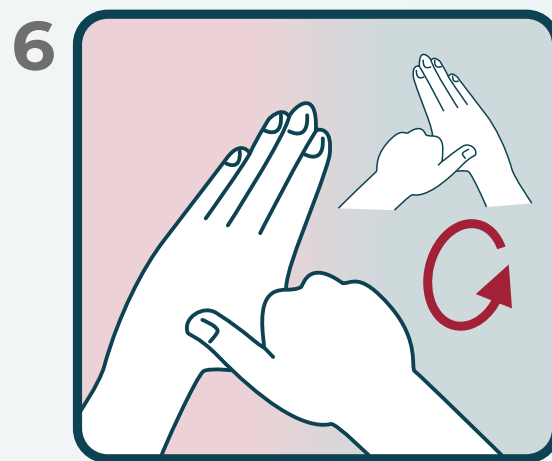
3
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



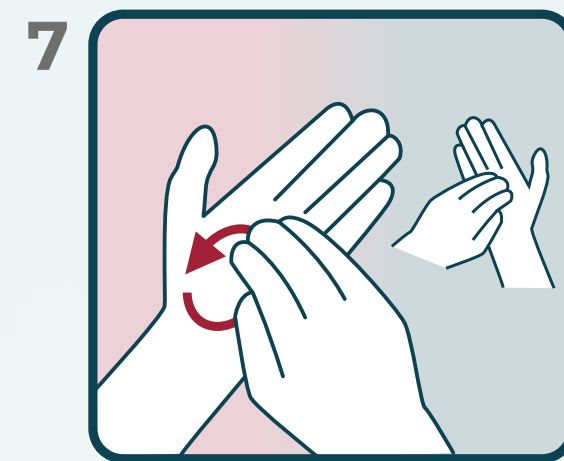
4
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



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, rodeándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



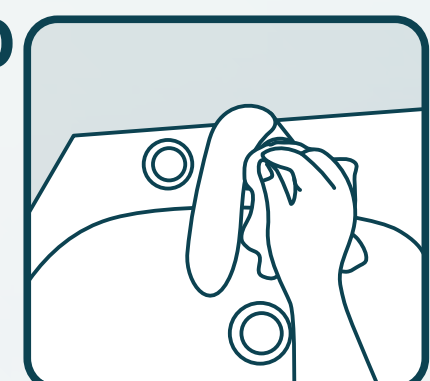
7
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



8
Enjuáguese las manos con agua.



9
Séqueselas con una toalla de un solo uso.



10
Utilice la toalla para cerrar el grifo.



20-30 segundos



8
Una vez secas, sus manos son seguras.



40-60 segundos



11
Sus manos son seguras.