

CORONAVIRUS

¿Qué es un coronavirus?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfrío común hasta enfermedades más graves. El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19.

¿Qué es la COVID-19?

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

¿Cómo se propaga la COVID-19?

Una persona puede contraer la COVID-19 por el contacto con otra persona que esté infectada por el virus.

- La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotitas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o estornuda.
- Estas gotitas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.
- También pueden contagiarse si inhalan las gotitas que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser o estornudar. Por eso es importante mantenerse a más de 1 metro de distancia de una persona que se encuentre enferma.

No hay datos que indiquen que los animales de compañía o mascotas como los gatos y los perros puedan propagar el virus causante de la COVID-19.

¿Cuáles son las medidas de prevención?

Hay varias precauciones que se pueden adoptar para reducir la probabilidad de contraer o de contagiar la COVID-19:

- **Lavate las manos a fondo y con frecuencia usando agua y jabón o con alcohol en gel.**

Lavarse las manos con agua y jabón o usando un desinfectante a base de alcohol mata los virus que pueda haber en las manos. Hacerlo especialmente:

- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
- Después de ir al baño o de cambiar pañales. **Mantén una buena higiene de las vías respiratorias.** Eso significa cubrirse la boca y la nariz con el codo doblado o con un pañuelo de papel al toser o estornudar. El pañuelo usado debe desecharse de inmediato en cesto/recipiente de residuos..

Los virus se propagan a través de las gotitas. Al mantener una buena higiene respiratoria estás protegiendo a las personas que te rodean de virus como los del resfrío, la gripe y la COVID-19.

- **Ventilá los ambientes.**

La ventilación de ambientes cerrados, sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas, debe hacerse por lo menos dos veces por día para permitir el recambio de aire.

- **Mantén una distancia mínima de 2 metros entre vos y cualquier persona que tosa o estornude.**

Cuando alguien tose o estornuda, despiden por la nariz o por la boca unas gotitas que pueden contener el virus. Si está demasiado cerca, puede inhalar las gotitas y con ellas el virus de la COVID-19, si la persona que tose tiene la enfermedad.

- **Evitá tocarte los ojos, la nariz y la boca.**

Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus. Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca. Desde allí, el virus puede entrar en tu cuerpo y causarte la enfermedad.

- **Limpiar cuidadosamente las superficies y desinfectar los objetos que usás con frecuencia.**

Correcto lavado de manos



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.

Crédito: OMS

¿Quiénes deben usar barbijos?

El uso de barreras protectoras personales como los barbijos solo está recomendado para:

- Personas que presentan síntomas de infección respiratoria: fiebre junto a tos, dolor de garganta o dificultad respiratoria.
- Personal de salud que atiende a personas con síntomas respiratorios.

No se recomienda el uso de barbijos de manera rutinaria en trabajadores y trabajadoras que atienden al público.

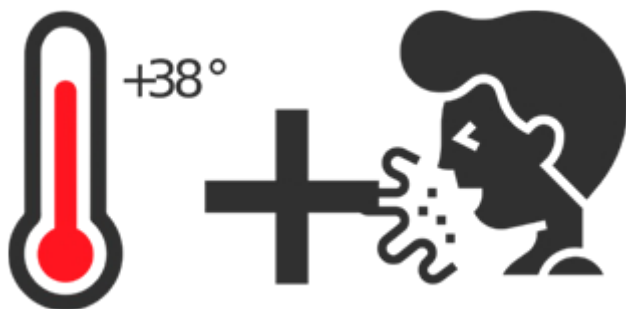
¿Cuáles son los síntomas del coronavirus COVID-19 y cuándo estar alertas?

Los síntomas más comunes son fiebre, tos y dolor de garganta. Algunas personas pueden presentar dolores, congestión o goteo nasal o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual.

La mayoría de las personas se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial.

Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave.

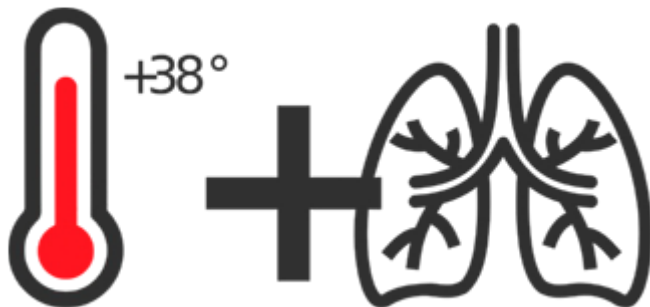
En un porcentaje menor de casos puede ocasionar la muerte.



Fiebre y tos



Fiebre y dolor de garganta



Fiebre y dificultad para respirar

¿Existe alguna vacuna, medicamento o tratamiento para la COVID-19?

Todavía no. Hasta la fecha, no hay ninguna vacuna ni medicamento antiviral específico para prevenir o tratar la COVID-2019. Sin embargo, los afectados deben recibir atención de salud para aliviar los síntomas. Las personas que presentan casos graves de la enfermedad deben ser hospitalizadas. La mayoría de los pacientes se recuperan con la ayuda de medidas de apoyo.

Es importante no automedicarse y recordar que los antibióticos no son eficaces para prevenir o tratar la COVID-19.

¿Cuánto dura el periodo de incubación de la COVID-19?

El «período de incubación» es el tiempo que transcurre entre la infección por el virus y la aparición de los síntomas de la enfermedad. La mayoría de las estimaciones respecto al periodo de incubación de la COVID-19 oscilan entre 1 y 14 días.

Recomendaciones para escuelas

Del Ministerio de Salud de la Nación

- Continuar con el ciclo escolar establecido.*
- Reforzar las recomendaciones de prevención de infecciones respiratorias:
 - Lavarse frecuentemente con agua y jabón o utilizar soluciones a base de alcohol.
 - Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al estornudar o toser.
 - Ventilar los ambientes.
 - Limpiar frecuentemente las superficies y los objetos que se usan con frecuencia.
 - No automedicarse.
 - Consultar inmediatamente al sistema de salud, siguiendo las recomendaciones de la ciudad, para saber cómo hacer correctamente la consulta.
- Ante la presencia de fiebre y síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta o dificultad para respirar) se recomienda no asistir al establecimiento escolar.
- En caso de niños o niñas o personal del establecimiento, que regresen de viaje desde áreas con transmisión de coronavirus, aunque no presenten síntomas, se sugiere permanecer en el domicilio sin concurrir y evitar el contacto social por 14 días.

*Sujeto a modificaciones que puedan surgir a partir de nuevas medidas que establezcan las autoridades sanitarias y de educación.

Fuentes:

Organización Mundial de la Salud

Organización Panamericana de la Salud

Ministerio de Salud de la Nación

Ministerio de Salud, Desarrollo Social y Deportes de la Provincia de Mendoza