



INSTRUCCIONES SOBRE DISTRIBUCIÓN DE CARTELERÍA Y DIFUSIÓN DE RECOMENDACIONES

Una de las recomendaciones generales que es importante para la prevenir la propagación de los virus es distribuir, en los centros de trabajo, materiales informativos (p.e. posters, infografías, folletos...) sobre las medidas principales de prevención.

Para ello, se adjuntan los posters e infografías a imprimir y distribuir, junto con estas instrucciones para su correcta distribución y colocación.

Como información general, en los centros de trabajo se debe imprimir y poner en los tablones, salas de reuniones, pasillos, salas de profesores y otras zonas de paso los siguientes carteles:

AVISO relacionado con la enfermedad por NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)

Información a los viajeros procedentes de zonas de riesgo

En relación con la enfermedad por el nuevo coronavirus (COVID-19), si usted procede de zonas de riesgo **A SU LLEGADA A ESPAÑA** deberá seguir las siguientes recomendaciones:

- Si tiene un buen estado de salud puede realizar su vida habitual (familiar, laboral, ocio y/o escolar).
- Vigile su estado de salud durante los 14 días siguientes a su salida de zonas de riesgo.
- Si durante este periodo presenta una sintomatología compatible con una infección respiratoria aguda, como
 - fiebre,
 - tos o
 - sensación de falta de aire,deberá quedarse en su domicilio o alojamiento y

Contactar telefónicamente con el 112

En esa llamada, informe de los antecedentes de su viaje y los síntomas que presenta

Para más información puede visitar la página web del Ministerio de Sanidad: <https://www.mscbs.gob.es>



Preguntas y respuestas sobre el nuevo coronavirus (COVID-19)

6 marzo 2020 versión 2

¿QUÉ ES EL NUEVO CORONAVIRUS?

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan sólo a animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas.

El nuevo coronavirus SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y se ha detectado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China. Todavía hay muchas cuestiones que se desconocen en relación a la enfermedad que produce: COVID-19.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE COVID-19?

Los síntomas más comunes incluyen fiebre, tos, y sensación de falta de aire. En algunos casos también puede haber síntomas digestivos como diarrea y dolor abdominal. La mayoría de los casos presentan síntomas leves.

En casos más graves, la infección puede causar neumonía, dificultad importante para respirar, fallo renal e incluso la muerte. Los casos más graves generalmente ocurren en personas de edad avanzada o que padecen alguna enfermedad crónica, como enfermedades del corazón, del pulmón o problemas de inmunidad.

¿CÓMO SE TRANSMITE EL NUEVO CORONAVIRUS?

Parece que la transmisión es por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma. Su contagiosidad depende de la cantidad del virus en las vías respiratorias. Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca. Parece poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de uno o dos metros. Con el conocimiento actual, las personas que no presentan síntomas no transmiten la enfermedad.

¿CUÁLES SON LAS ZONAS DE RIESGO?

Según la evolución de la situación, las zonas de riesgo pueden ir variando.

Se puede consultar el mapa de zonas de riesgo en:

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/areas.htm>

¿EXISTE UN TRATAMIENTO PARA EL COVID-19?

No existe un tratamiento específico, pero se están empleando algunos antivirales que han demostrado cierta eficacia en estudios recientes. Si existen muchos tratamientos para el control de sus síntomas por lo que la asistencia sanitaria mejora el pronóstico.

Al ser una infección producida por virus, los antibióticos no deben ser usados como un medio de prevención o tratamiento.



¿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](https://twitter.com/sanidadgob)



Nuevo coronavirus: recomendaciones sobre viajes

NO se recomienda viajar a zonas de riesgo a no ser que sea estrictamente necesario.

Si ya has estado en una zona de riesgo y presentas estos síntomas durante los siguientes 14 días:



Quédate en casa y llama al teléfono habilitado en tu Comunidad Autónoma

El 112 es un teléfono de atención de urgencias. Su buen uso depende de todos

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)



Qué debes saber del nuevo coronavirus

Los coronavirus son virus que circulan entre los animales pero algunos de ellos también pueden afectar a seres humanos.

El nuevo coronavirus fue identificado en China a finales del 2019 y es una nueva cepa que no se había visto previamente en humanos.

Síntomas

FIEBRE

TOS

SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE

Si presentas alguno de estos síntomas y has viajado a una zona de riesgo, contacta telefónicamente con tu servicio de salud.

La desinformación y los prejuicios frente al coronavirus generan discriminación. Hagámonos frente.

Infórmate en las fuentes oficiales.



Prevención

Medidas generales de prevención de este y otros virus respiratorios

En caso de sufrir una infección respiratoria, evitar el contacto cercano con otras personas

Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable

Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca

Lavarse las manos frecuentemente

En cualquiera de los viajes, sigue estas recomendaciones de prevención a regiones



Transmisión

VÍA GOTAS RESPIRATORIAS

Periodo de incubación estimado 2-14 días



ecdc.europa.eu/en/news/coronavirus-china

Qué debes saber del nuevo coronavirus

Los coronavirus son virus que circulan entre los animales pero algunos de ellos también pueden afectar a seres humanos.

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

FIEBRE

TOS

SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE

La desinformación y los prejuicios frente al coronavirus generan discriminación

Hagámonos frente

AL LLEGAR DE UN VIAJE DESDE UNA ZONA DE RIESGO

Viaja normal en familia, con amigos y en el ambiente cotidiano laboral

Observa síntomas durante los siguientes 14 días

Si síntomas

VÍA NORMAL (no es necesario tomar medidas)

CONTACTA TELEFÓNICAMENTE CON SERVICIOS DE SALUD

Medidas generales de prevención de este y otros virus respiratorios

En caso de sufrir una infección respiratoria, evitar el contacto cercano con otras personas

Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable

Evita tocarse los ojos, la nariz y la boca

Lavarse las manos frecuentemente

Si quieres más información <https://www.mscbs.gob.es/>



¿Qué les digo a niños y niñas sobre el coronavirus?

Puedes comenzar preguntándoles qué saben sobre el coronavirus. Responde a todas sus preguntas de manera sencilla y transmitiendo calma.

1 Es un nuevo virus que se descubrió en China en diciembre de 2019

2 Los síntomas más frecuentes son:



FIEBRE

TOS

SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE

Normalmente los casos presentan síntomas leves

3 Recuérdales que está en su poder protegerse. ¿Cómo?



Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable y tíralo a la basura



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión



Si te encuentras mal, avisa a un adulto

Es un momento crucial para enseñarles buenas medidas de higiene para toda su vida.

6 marzo 2020





En los aseos:

LAVARSE LAS MANOS

PARA PROTEGERSE Y PROTEGER A LOS DEMÁS

¿POR QUÉ?

La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus

¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?

- Tras estornudar, toser o sonarse la nariz
- Después del contacto con alguien que estornuda o tose
- Después de usar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias
- Antes de comer

¿CÓMO DEBO LAVARME LAS MANOS?




www.msbs.gov.es

En los aseos de alumnos:

¡Lávate las manos!

Lavarse las manos de forma correcta, con agua y jabón, elimina los microbios que están en ellas y ayuda a prevenir las enfermedades

¿Por qué? causan infecciones gastrointestinales, conjuntivitis en los ojos, catarros, gripes, infecciones en heridas, gérmenes y bacterias

¿Cuándo?

- Antes de cocinar y comer
- Después de acariciar a mascotas
- Antes y después de usar el WC
- Antes y después de cuidar a una persona enferma
- Cuando se está enfermo después de estornudar, sonarse la nariz o toser
- Después de jugar en la calle
- Después de usar transporte público
- Antes de tocar a bebés
- Siempre que las manos estén visiblemente sucias

¿Cómo? sólo te llevará 40 segundos

Mejorate las manos con agua y jabón

Enjabónate muy bien la palma, el dorso, entre los dedos y las uñas

Actúate bien los restos del jabón y si es necesario repite el proceso

Sécate bien con una toalla de papel

¡Comparte esta información con tu familia!



¡Así me lavo bien las manos!

Solo tarda 40 segundos.

Me mojo las manos con agua y jabón

Me enjabono muy bien la palma, el dorso, entre los dedos y las uñas

Me aclaro bien los restos del jabón y si es necesario repito el proceso

Me seco bien con una toalla de papel

¡Comparte esta información con tu familia!

