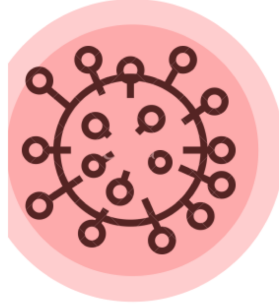


Información sobre **COVID-19**

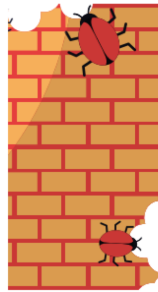


QUE ES UN VIRUS?

- Un virus es una molécula súper pequeña que infecta nuestros cuerpos y luego hace muchas más copias de sí mismo...usando nuestra energía y nuestro cuerpo.
- El virus puede causar diferentes tipos de enfermedades, como:
 - la gripe
 - la viruela
 - el dengue

?PORQUE ES PELIGROSO COVID-19?

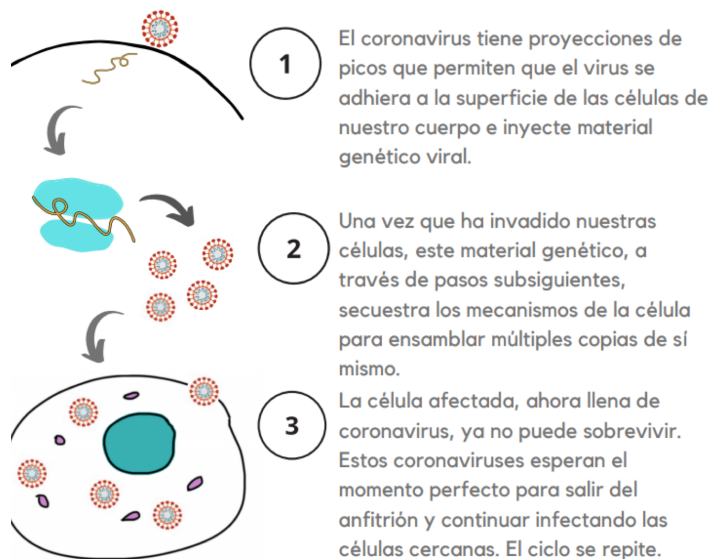
- COVID-19 es especialmente peligroso porque es un virus completamente nuevo.
 - debido a que es un virus nuevo, el cuerpo NO tiene idea cómo combatirlo.



PIÉNSALO ASÍ:

- Tu cuerpo es una pared y sabe cuándo reconocer a sus enemigos (por ejemplo, un resfriado normal) y lo matará antes de que puedan entrar en la pared.
- Pero debido a que no sabe que es el COVID-19, simplemente lo dejarán entrar.
- En el momento que el cuerpo reconozca que es malo, ya habrá creado más copias de sí mismo y se habrá apoderado del cuerpo.

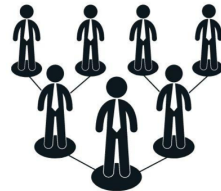
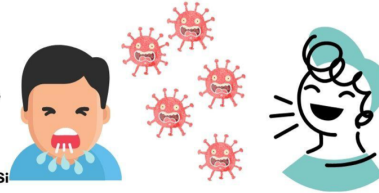
.....MECANISMO DE ACCIÓN.....



Contención de la propagación del coronavirus

¿CÓMO SE PROPAGA EL CORONAVIRUS?

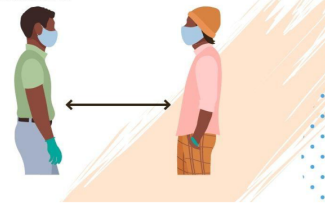
El coronavirus se propaga a través de las **partículas de las gotas que se liberan en el aire cuando una persona infectada tose, estornuda, canta, habla o respira**. Algunas de estas gotitas son visibles, pero la mayoría son invisibles a simple vista. Cuanto más pequeñas sean las gotitas, más probable es que se propaguen en el aire en lugar de caer al suelo. **Si inhalas estas partículas invisibles, entonces estás inhalando el virus, y te infectas.**



DISTANCIAMIENTO SOCIAL Y USO DE MÁSCARAS

¿Por qué es importante?

Cuanto más tiempo pases afuera, y **cuanto más cerca estés de alguien que esté infectado, más probable será que compartas y respire aire contaminado**. Por eso es importante que usted use máscaras y permanezca a 6 pies de distancia. **Al usar una máscara, estás previniendo que las partículas que liberas entren en el aire y potencialmente infecten a alguien más.**



EL PERÍODO DE INCUBACIÓN

¿Cuánto tiempo es contagioso hasta que sus síntomas comienzan a aparecer?

Puede tomar entre 2 y 14 días para que aparezcan los síntomas (ver página siguiente). Durante este período de tiempo, **incluso si no muestra síntomas, todavía está infectado y puede infectar a otras personas.**

Piensa si una persona que no sabía que estaba infectada hizo contacto con 5 personas todos los días durante 7 días. Eso es 35 personas que tienen una alta probabilidad de infectarse, y esas personas hacen contacto con otras personas. Así es como **el virus puede propagarse silenciosamente.**

PREVENCIÓN

1 USE UN MASCAR

La máscara va sobre su boca y nariz. Se recomienda que use mascarillas de dos o más capas que se puedan lavar.



2 LÁVESE LAS MANOS

Lávese las manos regularmente con agua y jabón por lo menos 20 segundos. Evite tocarse la cara con sus manos en lugares públicos. Es aceptable usar alcohol en gel con un contenido de alcohol de 60% o más.

4 MONITOREE SU SALUD DIARIAMENTE

Manténgase alerta sobre su fiebre, tos, falta de respiración, o cualquier síntoma de infección de coronavirus. Tome su temperatura si desarrolla síntomas. No tome su temperatura después de menos de 30 minutos de ejercicio o después de tomar medicinas que bajen su temperatura como acetaminofén (Tylenol).

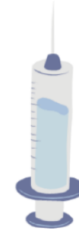


3 EVITE REUNIONES DE 20 PERSONAS O MÁS.

Fuera de su casa, practique el distanciamiento social y mantenga 6 pies de distancia de otras personas que no vivan con usted. Dentro de su casa, evite contacto cercano con personas que estén enfermas.

5 ¡CONSIGA UNA VACUNA CONTRA LA INFLUENZA HOY!

No existe evidencia científica que concluya que la vacuna contra la influenza cause enfermedades serias. Consiga la vacuna contra la influenza para evitar comprometer a su sistema inmune durante una posible ola de infecciones de coronavirus



Proceso de Recuperación

- Varía de 2 semanas a 6 semanas para casos más severos
- Monitorear los síntomas y la salud en general
- Asegúrese de comer comidas saludables y beber muchos líquidos
- Mantenerse en cuarentena



Condiciones Preexistentes

- Pueden complicar el tratamiento y pronóstico
- Mayor probabilidad de enfermedad grave con lo siguiente:
 - Enfermedades del Corazón
 - Inmunidad débil
 - Enfermedad del riñón
 - EPOC



Efectos a Largo Plazo

- 20-50% enfrentaron efectos residuales después de ser hospitalizado/a
- Daño de órganos (riñón, corazón, hígado)
- Estrés psicológico y mental
- Defectos respiratorios y pulmonares



