

CORONAVIRUS

INFORMACIÓN PARA PROTEGERNOS
Y PROTEGER A LOS QUE QUEREMOS.



NOS
CUIDAMOS
JUNTOS

¿QUÉ ES UN CORONAVIRUS?

- ★ Es una amplia familia de virus, que existe hace mucho tiempo. Los distintos tipos pueden afectar animales o humanos.
- ★ En los humanos puede causar afecciones respiratorias que van desde un resfrío común a cuadros más graves.
- ★ La enfermedad COVID 19 es producida por un nuevo tipo de Coronavirus descubierto recientemente en China, llamado SARS-CoV-2.
- ★ Los virus no se consideran organismos en sí mismos, requieren entrar a la célula de otro ser vivo para replicarse.

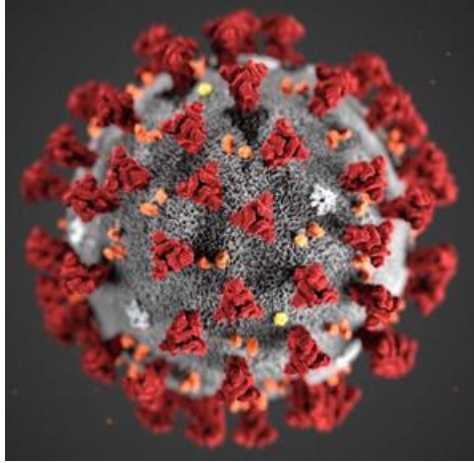
¡Un virus no puede replicarse en el ambiente por sí sólo!

Por eso al quedarnos dentro de casa durante el período crítico, el virus no encontró huéspedes para sobrevivir



Bien hecho!

Coronavirus

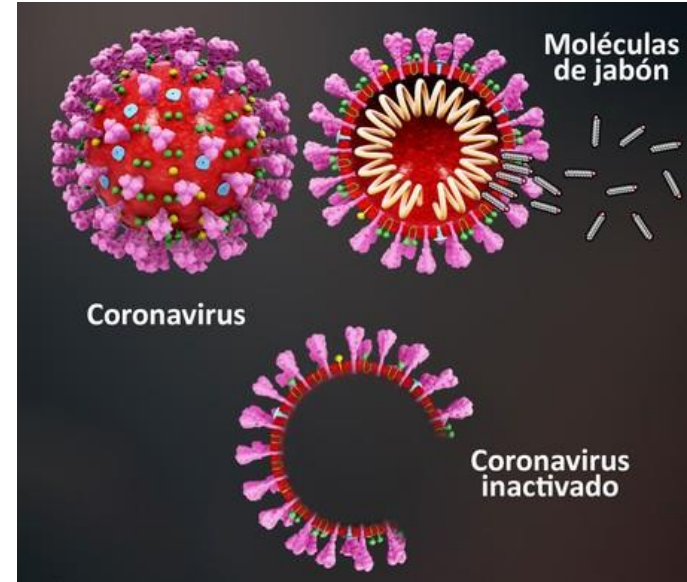


Su nombre hace referencia a la estructura en forma de picos que presenta. Esos picos son las proteínas a través de las cuáles se une y penetra en la célula del organismo vivo.

Pero a su vez tiene una envoltura lipídica (grasa).

¡Es por esto que el lavado de manos con jabón o la aplicación de alcohol es tan eficaz!

Ambos disuelven esta membrana protectora, afectando la integridad del virus e impidiéndole unirse a las células para reproducirse.



¡LAVATE LAS MANOS !

Por su composición química el jabón es aún más eficaz que otros geles desinfectantes preparados a base de alcohol.

Es importante frotar las manos a fondo durante 20 segundos.

¡Cualquier jabón es bueno!



¡¡LAVATE BIEN LAS MANOS!!



Moja las dos manos con **agua**



Coge **jabón** líquido en abundancia



Frota bien las **palmas** entre sí



Entrelaza las manos para limpiar bien el **espacio entre los dedos**



Frota el **dorso de la mano** contra la palma de la otra, entrelazando los dedos



Cierra la mano y frota el **dorso de los dedos** con la palma de la otra



Frota los **pulgares** haciendo movimientos rotatorios con la palma de la otra mano



Frota los **dedos** y las **uñas** con la palma de la otra mano



Frota las **muñecas**



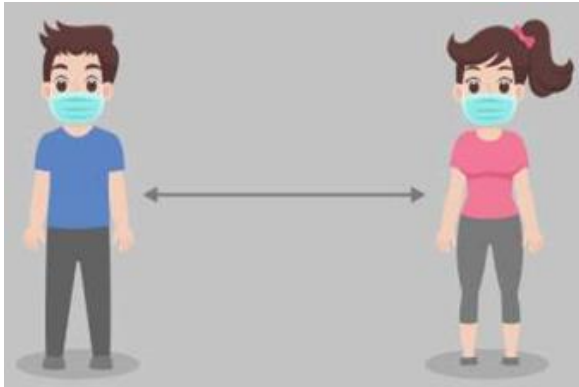
Enjuágate bien con agua y **sécate** las manos con papel de un solo uso

¿CÓMO LO ADQUIERO?

El virus entra a nuestro organismo a través de las mucosas de boca, ojos y nariz.

Transmisión por microgotas, generadas por una persona infectada al toser, estornudar o hablar.

Una persona asintomática puede contagiar, pero los gotitas emitidas al hablar no llegan lejos. Éstas se expanden más cuando tosemos o estornudamos.



- ★ Distanciamiento físico.
- ★ Usar tapabocas.
- ★ Cubrir tos y estornudo con pañuelo desechable o pliegue de codo.
- ★ Aislamiento preventivo ante la presencia de síntomas.



¿CÓMO LO ADQUIERO?

Transmisión por contacto. El virus no nos afecta si se posa sobre la piel, debe ingresar al organismo. Pero nuestras manos pueden tocar superficies infectadas y “portar el virus”. Por eso:

- ★ Evitar tocarse rostro (o el tapabocas).
- ★ Lavado frecuente de manos con agua y jabón, para eliminar cualquier germen que puedan estar “transportando”.
- ★ Si no tengo acceso a agua y jabón... usar alcohol en gel o alcohol al 70 %.
- ★ Higiene de espacios y superficies más frecuente y con productos adecuados, especialmente los que habitualmente tocamos con las manos (pestillos, barandas, botoneras, celulares)



¿CÓMO ACTÚA EN MI CUERPO?

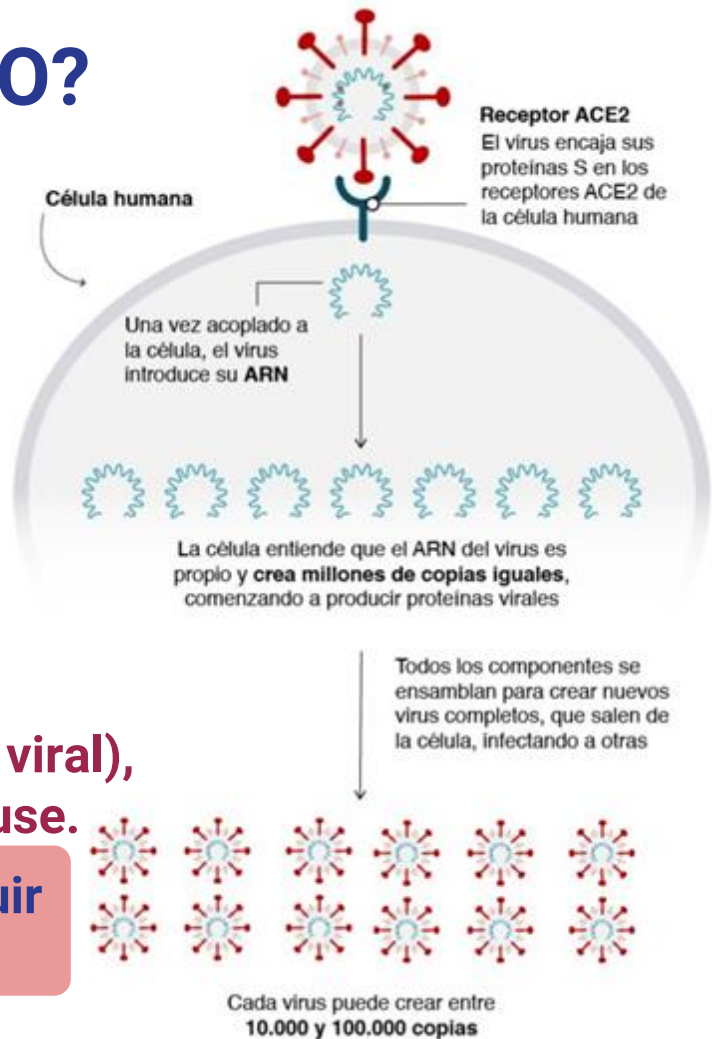
Una vez en las mucosas, el virus se acopla a la célula, ésta reproduce el ARN del virus como si fuera el propio y el virus comienza a replicarse.

El Coronavirus SARS-CoV-2 (COVID 19) tiene como particularidad una alta tasa de replicación.

Los nuevos virus salen de la célula, infectando otras, llegando así a todo el tracto respiratorio y generando los distintos síntomas.

Si menos virus entran a mi cuerpo (menor carga viral), menos se replicará y menor será el daño que cause.

¡¡Extremá medidas preventivas para disminuir la carga viral en caso de contagio!!



¿QUÉ SÍNTOMAS PRODUCE?

- ★ La enfermedad tiene un período de incubación que puede ir de 1 a 14 días, aunque la aparición de síntomas luego de la infección se da en general entre los 4 y 7 días.
- ★ De los casos informados, el 80% de los infectados cursan asintomáticos o con síntomas leves, 15% presenta enfermedad moderada y requiere internación, y 5% presenta enfermedad grave e ingresa a CTI.
- ★ La letalidad va desde 0,3 a 3 %. Esto se debe en parte a la virulencia (capacidad de dañar) de este virus en particular, a condiciones previas de los pacientes, y también a la saturación de los sistemas sanitarios.

¿QUÉ SÍNTOMAS PRODUCE?



FIEBRE



TOS



SECRECIÓN
NASAL



DOLORES
CORPORALES



DOLOR DE
GARGANTA



DIFICULTAD
PARA
RESPIRAR



PÉRDIDA DEL
SENTIDO DEL OLFATO

Los síntomas son muy variables, y similares a otras infecciones respiratorias estacionales tan frecuentes.

- ★ Secreción y congestión nasal, estornudo.
- ★ Dolor de garganta.
- ★ Tos seca.
- ★ Malestar general, decaimiento, dolor corporal.
- ★ Fiebre
- ★ Disminución del gusto (hipogusia) u olfato (hipoosmia).
- ★ Dificultad para respirar (esto puede significar mayor gravedad del cuadro)

SI TENÉS ALGUNO DE ESTOS SÍNTOMAS:



PONETE TAPABOCAS.

NO SALGAS DE TU CASA Y PROCURÁ AISLAMIENTO PREVENTIVO DENTRO DE LA MISMA.

(Evitá cercanía con las personas con las que convivís hasta recibir el diagnóstico del médico)



CONSULTÁ CON EL MÉDICO.

Si los síntomas no son graves (dificultad para respirar) consultá en forma telefónica, evitá ir a los centros de salud.



FIEBRE



TOS



SECRECIÓN NASAL



DOLORES CORPORALES



DOLOR DE GARGANTA



DIFICULTAD PARA RESPIRAR



PÉRDIDA DEL SENTIDO DEL OLFATO



DIAGNÓSTICO

- ★ Luego de la valoración médica, si se considera que el cuadro es compatible se indicará el HISOPADO NASOFARÍNGEO, mediante el cual se busca el ARN del virus.
- ★ La muestra se toma introduciendo un cotonete por el orificio nasal.
- ★ El resultado demora 48-72 hs en general (puede variar), y durante ese tiempo se debe permanecer en aislamiento. ¡Si resultara positivo debemos evitar contagiar a otros!
- ★ Es probable que si el resultado es negativo, o en la valoración médica inicial se hizo diagnóstico de otra patología, nos indiquen de todas formas permanecer en nuestros hogares.

NO debemos concurrir a centros educativos, trabajos, hacer o recibir visitas si tenemos cualquier síntoma respiratorio

Tengamos en cuenta que la indicación del estudio en el caso de los niños es diferente, no se les solicita salvo casos específicos. Y además la toma de la muestra en menores de 5 años es mediante otra técnica (aspiración).

TRATAMIENTO

- ★ No hay un tratamiento específico para COVID 19, como en la mayoría de los virus de este tipo.
- ★ No existe vacuna aún.
- ★ En pacientes internados se está probando la eficacia de algunos medicamentos ya existentes, y se realiza el tratamiento específico de las complicaciones.
- ★ La gran mayoría cursará la enfermedad en su casa. La principal indicación es extremar aislamiento y medidas de prevención de contagio.
Y el tratamiento de los síntomas para sentirnos mejor.
 - Descansar.
 - Mantener una buena hidratación.
 - Tomar analgésicos/antipiréticos si los necesitamos

Estas son indicaciones generales, siempre seguir las indicaciones específicas del médico

RECORDÁ:



Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Es importante fortalecer la práctica de acciones para el cuidado de la salud y así evitar el contagio de enfermedades respiratorias, como las que a continuación se anuncian:

Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o utilizar gel con base de alcohol al 70%.

Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Al toser o estornudar, utiliza el estornudo de etiqueta, que consiste en cubrirse la nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo.

Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



No tocarse la cara, la nariz, la boca y los ojos con las manos sucias.

Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso común en: casas, oficinas, sitios cerrados, transporte, centros de reunión, etc.

Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Quedarse en casa cuando se tienen enfermedades respiratorias y acudir al médico

Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Resistencia de la Organización Mundial de la Salud



Evitar en lo posible el contacto con personas que tengan enfermedades respiratorias

Resistencia de la Organización Mundial de la Salud

Y ASÍ NOS CUIDAMOS TODOS