Por Decreto Presidencial 260/2020 publicada en el suplemento del Boletín Oficial 12/03/2020 se declaró la emergencia sanitaria del coronavirus COVID-19, declarada pandemia por la OMS, durante el plazo de un año en Argentina. La provincia de Buenos Aires también por la Resolución 394/2020 recomienda medidas preventivas a los efectos de evitar la propagación de dicho virus.

Según la OMS la COVID-19 sigue afectando principalmente a la población de China, y se van incrementando los brotes en otros países. La mayoría de las personas que se infectan padecen una enfermedad leve y se recuperan, pero en otros casos puede ser más grave. Por eso recopilamos las siguientes medidas para cuidar nuestra salud y proteger a los demás:

- **Lávese las manos frecuentemente:** Lavarse las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón mata el virus si este está en sus manos. Esta medida también puede evitar la propagación de otras enfermedades.

Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado debe durar al menos 40 – 60 segundos. Pruebe con cantar la canción del “Feliz Cumpleaños” dos veces seguidas mientras tanto.

Phoca PDF

Mojarse las manos con agua.

Utilizar una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de ambas manos.

Frotar las palmas

Frotar la palma de una mano contra el dorso de la otra. Repetir procedimiento con ambas manos.

Frotar las palmas de las manos con los dedos entrelazados.

Frotar los dedos palma de la otra. con am

Frotar con un movimiento circular el pulgar de una mano con la palma de la otra. Repetir procedimiento con ambas manos.

Frotar con un movimiento circular los dedos de una mano contra la palma de la otra. Repetir procedimiento con ambas manos.

Enjuagarse con

Secarse las manos con toallas desechables.

Cerrar la canilla con una toalla desechable.

Sus mano

Fuente: Organización Mundial de la Salud

Phoca PDF

Adopte medidas de higiene respiratoria: Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar y usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados. Lavarse las manos luego.

Se recomienda utilizar barbijos para aquellas personas que presentan síntomas de infección respiratoria: fiebre junto a tos, dolor de garganta o dificultad respiratoria y para los trabajadores y trabajadoras de la salud que atienden a personas con síntomas respiratorios.

- **Mantenga el distanciamiento social:** Cuando alguien con una enfermedad respiratoria, como la infección por el 2019-nCoV, tose o estornuda, proyecta pequeñas gotículas que contienen el virus. Si está demasiado cerca, puede inhalarlo.

Se recomienda minimizar las actividades sociales, fundamentalmente lugares cerrados con concurrencia importante de personas.

- **Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca:** Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si se toca los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas, puedes transferir el virus de la superficie a si mismo.
- **Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, solicite atención médica a tiempo:** Siempre que tenga fiebre, tos y dificultad para respirar, es importante que busque atención médica de inmediato, ya que dichos síntomas pueden deberse a una infección respiratoria o a otra afección grave. Los síntomas respiratorios con fiebre pueden tener diversas causas, y dependiendo de sus antecedentes de viajes y circunstancias personales, el 2019-nCoV podría ser una de ellas.

Las autoridades sanitarias recomiendan llamar a la línea 107 (gratuita) si se presentan los síntomas y ha viajado recientemente al exterior o se ha relacionado con personas que lo hicieron.

- **Manténgase informado y siga las recomendaciones de los profesionales sanitarios:** Las autoridades nacionales y locales dispondrán de la información más actualizada acerca de si la COVID-19 se está propagando en su zona. Son los interlocutores más indicados para dar consejos sobre las medidas que la población de su zona debe adoptar para protegerse.

Para personas mayores de 65 años se recomienda reforzar las recomendaciones de prevención de infecciones respiratorias.

Phoca PDF

Prevenir es mejor que curar.

Para más información ir a la fuente: https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public

Para acceder al Decreto 260/2020: https://www.boletinoficial.gob.ar/suplementos/2020031201NS.pdf

Para acceder a las Recomendaciones de la provincia de Buenos Aires ver la Resolución 394/2020: https://normas.gba.gob.ar/documentos/VwyDGXsW.html

---

1153319009

info@consuldar.com.ar

https://www.consuldar.com.ar/

Phoca PDF