

¿Por qué es importante quedarnos en casa?

- 1 Es fundamental para reducir la velocidad de transmisión y evitar el colapso del sistema sanitario.
- 2 La batalla no solo está en hospitales y centros sanitarios. Es responsabilidad y disciplina de todos los ciudadanos ayudar a contener la propagación.
- 3 Aunque seas joven y fuerte, puedes ser portador y contagiar a alguien que no goza de la misma salud que tú.
- 4 Es una de las medidas más eficientes para frenar la propagación del virus.
- 5 Recordemos que el virus se expande con facilidad y las personas pueden tenerlo incluso sin saberlo.

Si tienes la oportunidad de hacerlo, [#SanaDistancia](#) [#Coronavirus](#)

#QuédateEnCasa

SOLICITA UNA VISITA MÉDICA A DOMICILIO

SI NECESITAS AYUDA LLAMANOS **951 4119656** ASISTENCIA

Emiliano Zapata No. 316 / Col. Reforma. Oaxaca. (951) 5157200 | 5131169
 Servicio 24 hrs. www.medica2002.com

MEDICA 2002 PREVENIR ES SALUD

CORONAVIRUS PASOS PARA PREVENIR LA DISPERSIÓN DEL VIRUS

1. LAVA TUS MANOS FRECUENTEMENTE
2. EVITA TOCAR TUS OJOS, BOCA Y NARIZ
3. CUBRE TU TOS CON EL ANTEBRAZO O PAÑUELO DE PAPEL
4. EVITAR LUGARES CONCURRIDOS
5. QUÉDESE EN CASA SI SE ENCUENTRA AÚN CON UNA LEVE FIEBRE Y TOS
6. SI TIENE FIEBRE, TOS Y DIFICULTAD DE RESPIRACIÓN, HABLE A SU MÉDICO

Organización Mundial de la Salud

Emiliano Zapata No. 316 / Col. Reforma. Oaxaca. (951) 5157200 | 5131169
 Servicio 24 hrs. www.medica2002.com

MEDICA 2002 PREVENIR ES SALUD

SINTOMAS DEL CORONAVIRUS COVID-19

FUENTE: OMS

¿Cuáles son los síntomas del coronavirus?

Fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden presentar dolores, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas no desarrollan ningún síntoma y tampoco sufren malestar.

Definiciones operacionales para la vigilancia epidemiológica de COVID-19

Caso sospechoso:

Persona de cualquier edad que en los últimos 7 días haya presentado al menos dos de los siguientes signos y síntomas:

TOS, FIEBRE O CEFALEA*

Acompañado de al menos uno de los siguientes signos o síntomas:

- DISNEA (datos de gravedad)
- ARTRALGIAS
- MIALGIAS
- ODINOFAGIA / ARDOR FARINGEO
- RINORREA
- CONJUNTIVITIS
- DOLOR TORÁCICO

Caso confirmado:

Persona que cumpla con la definición operacional de caso sospechoso y que cuente con diagnóstico confirmado por la Red Nacional de Laboratorios de Salud Pública reconocidos en el INDRE**.

* En menores de 5 años la irritabilidad puede sustituir a la cefalea
 ** Se publicará la lista actualizada de Laboratorios validada por INDRE

Las definiciones operacionales están sujetas a cambios y serán actualizadas de acuerdo con la disponibilidad de información adicional, únicamente por el Comité Nacional para la Vigilancia Epidemiológica (CONAVE).

GRUPO TÉCNICO INTERINSTITUCIONAL DEL CONAVE
 MARZO 2020

*Disnea: Dificultad respiratoria o falta de aire.
 Mialgias: Cualquier sensación de dolor aguda, convulsiva y tirante en un músculo.
 Cefalea: Dolores de cabeza
 Artralgias: Dolor de las articulaciones
 Odinofagia: Dolor de garganta

CORONAVIRUS /Covid-19 Flujograma Ciudadano

[#SanaDistancia](#) [#Coronavirus](#)

SI TENGO

- Fiebre de 38 grados
- Tos
- Dolores musculares
- Dificultad para respirar
- Dolor de cabeza
- Dolor en las articulaciones

y además tengo

antecedentes de haber viajado al extranjero y/o haber tenido contacto con un caso sospechoso o confirmado de Covid 19 en los 14 días previos.

¿Cuenta con estos síntomas?

SI: Llamar a los teléfonos de la Unidad de Inteligencia para Emergencias en Salud (UIES)
 516 82 42
 516 12 20
 800 00 44 800

NO: Reforzar medidas de prevención como:
 Lavar tus manos con agua y jabón
 Toser o estornudar en un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo
 Usar gel antibacterial con alcohol al 70%
 Evitar tocarte la boca, nariz y los ojos
 Limpiar las superficies con jabón y cloro

Una brigada UIES te dará información y te indicarán qué hacer o a dónde acudir para toma de muestra, o atención médica inmediata

Si el resultado de la muestra

es positivo: Continúa en aislamiento domiciliario, Vigilar temperatura, Vigilar dificultad respiratoria, Se buscarán a tus contactos para darles seguimiento epidemiológico

es negativo: Reforzar medidas de prevención

Si el cuadro es moderado o severo te enviaremos a una Unidad de Salud para tu atención médica inmediata

516 82 42
 516 12 20
 800 00 44 800

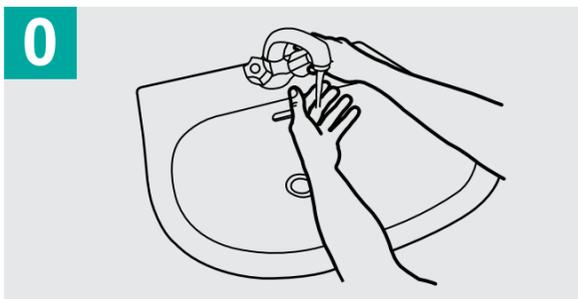
Unidad de inteligencia para Emergencias en Salud (UIES)

¿Cómo lavarse las manos?

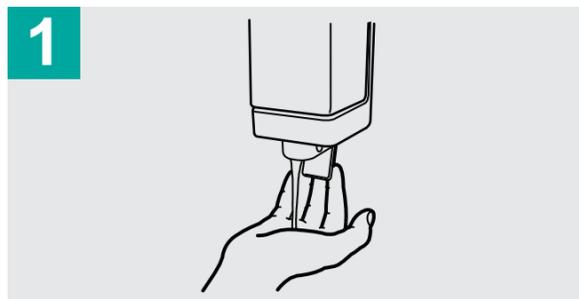


¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias!
Si no, utilice la solución alcohólica

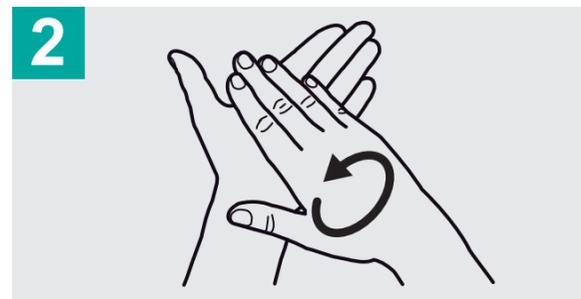
 Duración de todo el procedimiento: **40-60 segundos**



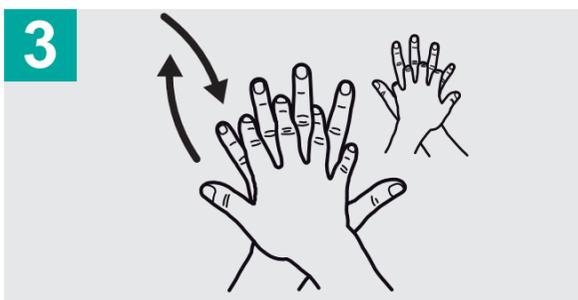
0 Mójese las manos con agua;



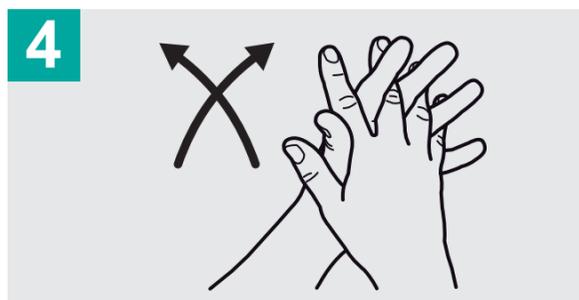
1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



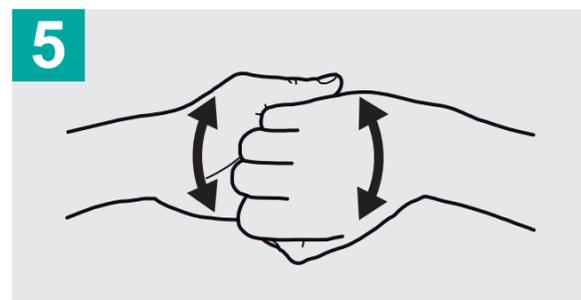
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



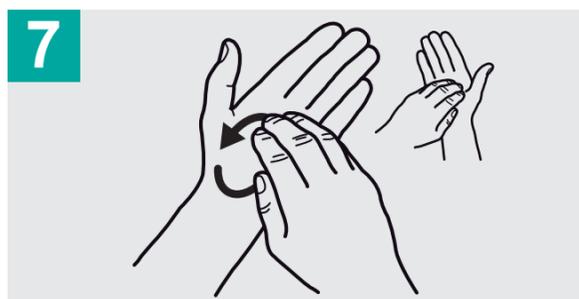
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



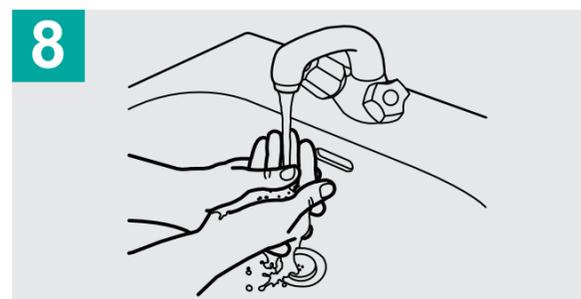
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



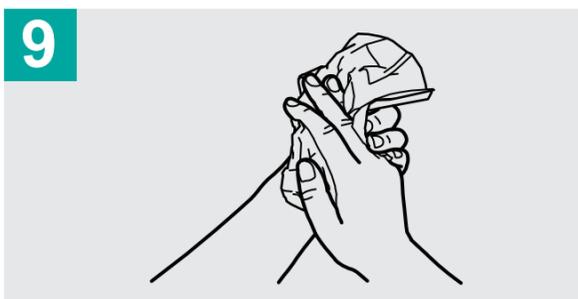
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



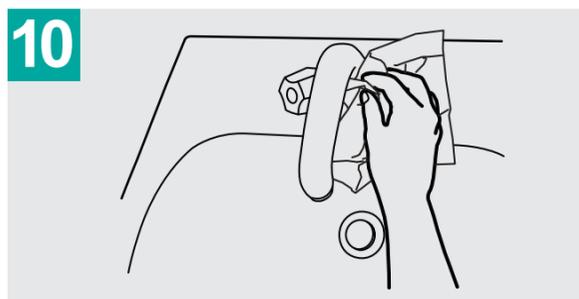
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



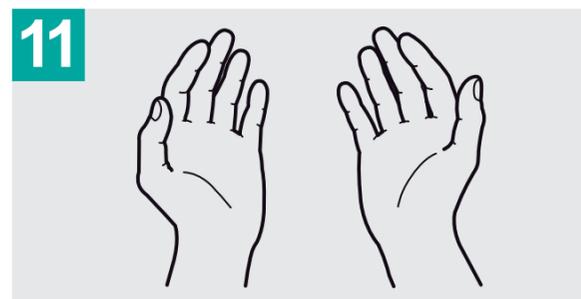
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

