

## ¿Cómo se transmite?

La transmisión se produce por contacto estrecho por las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma

Estas secreciones podrían infectar a otra persona si entrasen en contacto con su nariz, sus ojos o su boca.

Es poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de uno o dos metros.

En la Web del [Ministerio de Sanidad. Consumo y Bienestar social](#) puede encontrarse información actualizada sobre:

- Distribución geográfica de los casos confirmados.
- Procedimiento de actuación frente a casos de infección.
- Recomendaciones para viajeros que se

## ¿Qué puedo hacer para Protegerme?



**Lávate las manos frecuentemente**



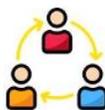
**Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado**



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



**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](http://www.mscbs.gob.es)  
@sanidadgob

## ¿Qué es el coronavirus?

Los Coronavirus son una familia de virus que normalmente afectan sólo a animales, aunque en ocasiones pueden transmitirse a las personas.

El SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus detectado por primera vez en diciembre de 2019. Este nuevo virus puede afectar a las personas y produce la enfermedad COVID-19

## ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas más comunes de la nueva enfermedad por coronavirus COVID-19 son:

Fiebre



Tos



Sensación de falta de aire



**TELÉFONO INFORMACION DEL  
CORONAVIRUS (CASTILLA y LEÓN)**

**900222000**

## MEDIDAS DE HIGIENE

Es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición. Se recomienda:

- ✓ La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. Si las manos están visiblemente limpias la higiene de manos se hará con productos de base alcohólica; si estuvieran sucias o manchadas con fluidos se hará con agua y jabón antiséptico
- ✓ Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos
- ✓ Recoger el cabello largo en una coleta o moño bajo, pudiéndose ayudar de un gorro de quirófano
- ✓ Evitar el uso de lentillas. Si se necesitan gafas, éstas deberán estar fijadas con cinta adhesiva desde el puente de la gafa a la frente
- ✓ Se recomienda retirar el maquillaje u otros productos cosméticos que puedan ser fuente de exposición prolongada en caso de resultar contaminados

## SINTOMAS RESPIRATORIOS

Si tiene síntomas respiratorios debe cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable y tirarlo en un contenedor de basura.

Si no se tiene pañuelo de papel debe toser o estornudar sobre su brazo en el ángulo interno del codo, con el propósito de no contaminar las manos.

- ✓ Si sufre un acceso de tos inesperado y se cubre accidentalmente con la mano, evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- ✓ Toda persona con síntomas respiratorios debe lavarse frecuentemente las manos porque accidentalmente puede tener contacto con secreciones o superficies contaminadas con secreciones.
- ✓ Lavarse las manos con agua y jabón, o con solución a base de alcohol, protege de igual forma y debe realizarse después de estar en contacto con secreciones respiratorias y objetos o materiales contaminados.

## PROTECCION RESPIRATORIA

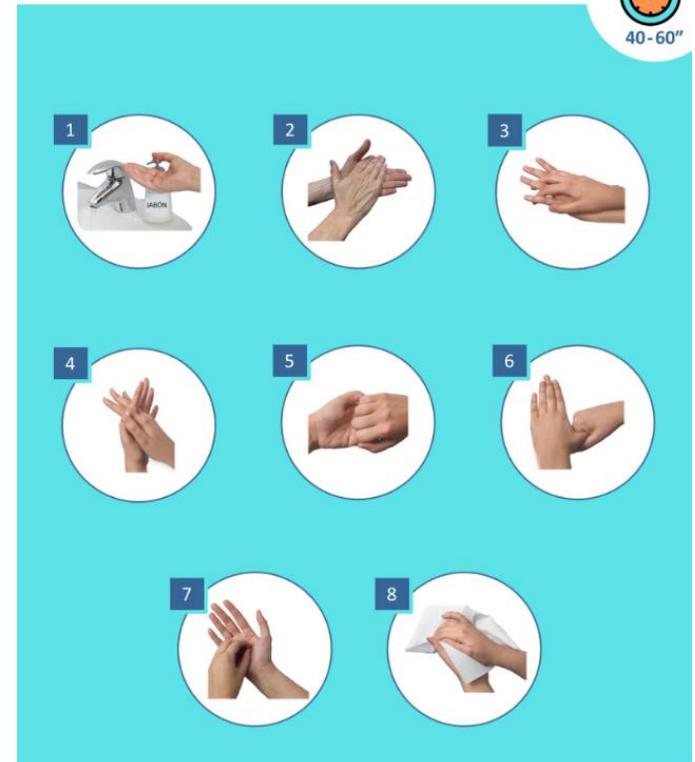
La población general sana no necesita usar mascarillas.

Las mascarillas ayudan a prevenir la transmisión del virus si las llevan los que están enfermos

Con el fin de evitar contagios, los casos confirmados y en investigación deben llevar mascarillas quirúrgicas.

## COMO LAVARSE LAS MANOS

¿CÓMO DEBO LAVARME LAS MANOS?



[www.msbs.gob.es](http://www.msbs.gob.es)

Lavarse las manos es la medida más eficaz para prevenir enfermedades infecciosas.