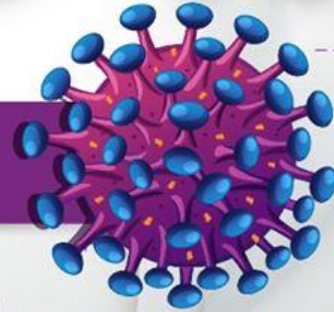


COVID-19

Evita complicaciones respiratorias



* El nuevo coronavirus se llama SARS-CoV-2 y la enfermedad que causa es COVID-19.



¡Tenerlas bajo control es la clave!

► Toma tus medicamentos

► Sigue las recomendaciones del personal de salud

► Mantén una alimentación saludable

Si presentas los síntomas de COVID-19 llama al: **800 900 32 00.**
Para el resto de la Republica Mexicana al: **800 004 48 00.**

MEDIDAS PREVENTIVAS

COVID-19 EN LA SUSPENSIÓN DE CLASES



Evita:

- Salir de vacaciones
- Visitar centros comerciales innecesariamente
- Las salas de cine
- Ir a fiestas

✓ La suspensión de clases es para que nuestros hijos se queden en casa, para su protección y bienestar

**La responsabilidad es de todos,
la salud de tus hijos está en tus manos.**

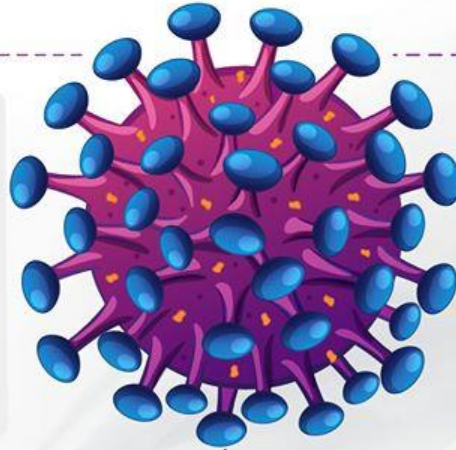
COVID-19

Medidas de prevención en transporte

¿Qué es?

- ▶ Es una enfermedad causada por el coronavirus **SARS-CoV-2**.

Los coronavirus circulan entre humanos y animales (gatos, camellos, murciélagos, etc.) y pueden provocar males respiratorios, desde leves hasta graves.



Transmisión:

- ▶ De una persona infectada a otra, a través de gotas de saliva expulsadas al toser y estornudar, al estrechar la mano o tocar un objeto o superficie contaminada con el virus.



Síntomas:

- ▶ Fiebre.
- ▶ Tos seca.
- ▶ Estornudos.
- ▶ Malestar general.
- ▶ Dolor de cabeza.
- ▶ Dificultad para respirar (casos más graves).



Si presentas alguno de estos síntomas, acude a tu Unidad de Salud más cercana.

#PrevenirEsSalud

Viaja de manera segura

Estornudo de etiqueta



- ▶ Al estornudar o toser, cúbrete la nariz y boca con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.

Lavado de manos



- ▶ Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón, o soluciones a base de alcohol gel al 70% **antes y después** de utilizar el transporte público.

Evita contacto



- ▶ Con personas que tienen enfermedades respiratorias.

No conversar durante el trayecto.

No saludes de beso, mano o abrazo.

No ingieras alimentos durante el recorrido.

RECOMENDACIONES COVID-19



para adultos mayores

- ▶ Evita contacto con personas enfermas de gripa, incluidos familiares. Pídeles que usen cubrebocas, se laven las manos y mantengan una distancia de al menos 1.5 metros entre cada persona.



- ▶ Si tienes un empleado(a) doméstico(a) en la casa, que se lave las manos frecuentemente y NO vaya a trabajar si está enfermo.



- ▶ Evita salir a sitios concurridos como: mercados, plazas o centros comerciales.....



QUÉDATE EN CASA

Si tienes fiebre mayor a 38 °C, tos seca o dificultad para respirar, llama a la línea de atención médica COVID-19 Edomés

800 900 32 00

#PrevenirEsSalud

RECOMENDACIONES COVID-19



para adultos mayores

- Desinfecta tu hogar de forma rutinaria (mesas, barandales, baños, puertas, interruptores, manijas) rociando con una mezcla de 10 mililitros de cloro por cada litro de agua. Limpia con un trapo.
- Si padeces alguna enfermedad como diabetes, hipertensión, asma, cáncer y problemas cardíacos, es indispensable que las tengas bajo control.
- Recuerda que aún no hay medicamentos específicos para esta enfermedad.



QUÉDATE EN CASA

Si tienes fiebre mayor a 38 °C, tos seca o dificultad para respirar, llama a la línea de atención médica COVID-19 Edomés

800 900 32 00

#PrevenirEsSalud

RECOMENDACIONES COVID-19



Grupos de riesgo

Si tienes:

▶ Más de 60 años



▶ Estas embarazada



▶ Estas lactando



Quédate en casa

Si tienes fiebre mayor a 38 °C, tos seca y dificultad para respirar,
llama a la línea de atención médica **800 900 32 00**

#PrevenirEsSalud

¿REALMENTE NECESITO SALIR?

SÍ



- ▶ Lávate las manos frecuentemente.
- ▶ Evita saludar de mano, beso o abrazo.
- ▶ Mantén la distancia recomendada con otras personas (1.5 m).
- ▶ No te toques la cara, ojos y nariz con las manos sucias.

#PrevenirEsSalud

NO



**#Quédate
EnCasa.**