

COVID-19

Recomendaciones

OPS/OMS – Argentina
4 de abril de 2020

Contenido

- ¿Conoce al Coronavirus?
- Síntomas
- Transmisión
- Recomendaciones OPS/OMS
 - Lavado de manos
 - Higiene de superficies
 - Uso de barbijos
 - Lugar de trabajo
 - Viajes
- Enlaces de interés

¿Conoce al Coronavirus?

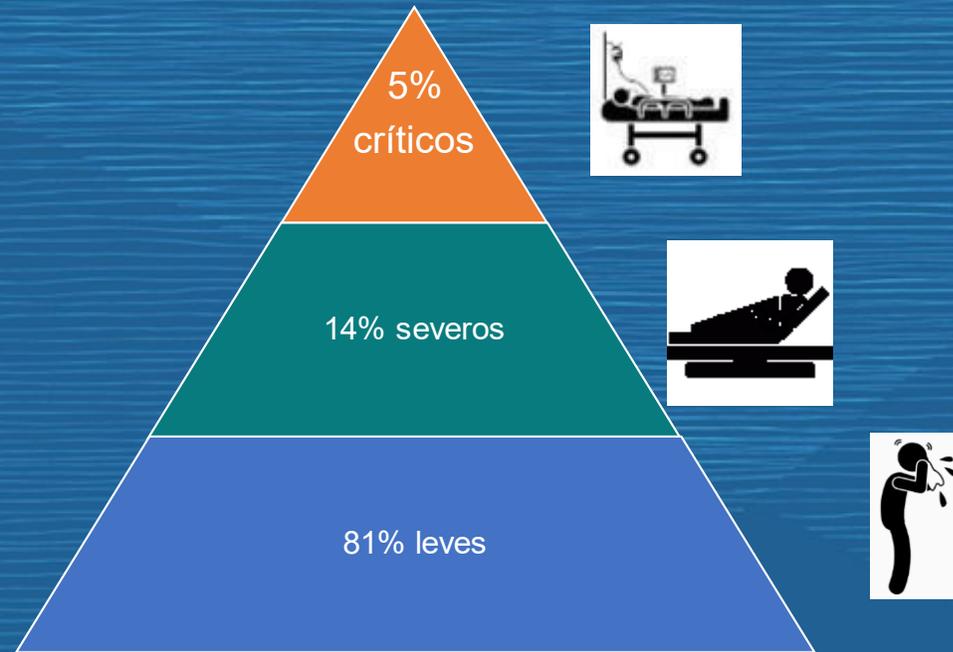
- COVID-19: Enfermedad por el Coronavirus 2019
- **Enfermedad respiratoria** nueva, identificada por primera vez en Wuhan, China.
- Pertenece a la familia de los **coronavirus**, que causan enfermedades de leves a graves en humanos y animales
- Se transmite de **persona a persona** a través de gotas y en contacto con **superficies contaminadas**

¿Qué es el Coronavirus? COVID-19

- Período de incubación: 1 a 12,5 días (media estimada de 5 a 6 días)
- Modo de transmisión: gotitas, contacto y fómites
- Tasa de Letalidad: 2 %
- Probablemente de origen zoonótico

Situación global

Caracterización de casos



Fuente: China CDC Weekly 14.02.20

Síntomas



*Los síntomas podrían aparecer de 1 a 12 días después de la exposición al virus

Mecanismos de transmisión

¿Cómo?

- Por contacto personal cercano con persona infectada
- A través de personas infectadas al toser o estornudar
- Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos



¿Quiénes?

Están en mayor riesgo de enfermarse **gravemente**:

- Adultos mayores de 60 años
- Personas con enfermedades preexistentes como diabetes o cardiopatías

¿Transmisión comunitaria que significa?

Incapacidad de relacionar los casos confirmados a través de cadenas de transmisión para un gran número de casos, o al aumentar las pruebas positivas a través de muestras centinela..

Actualización permanente: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

Recomendaciones



Evita el contacto cercano con personas que tengan síntomas de gripe. Si tenés tos y fiebre, evita el contacto estrecho y busca atención médica tempranamente.

Al toser y/o estornudar, cubrí tu boca y nariz con la cara interna del codo o un pañuelo desechable (desechar inmediatamente).



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

¿Y cómo hacemos?...

Recomendaciones: Lavado de manos



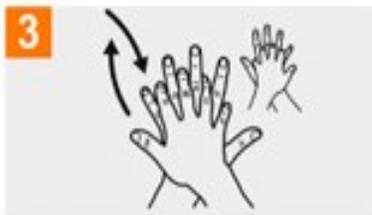
Mójese las manos con agua;



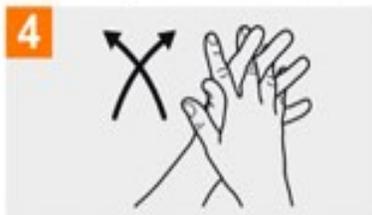
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



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



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



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



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



Enjuáguese las manos con agua;



Séquese con una toalla desechable;



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;



Sus manos son seguras.

Lavarse las manos frecuentemente con **agua y jabón**, siguiendo estos pasos,

Hacerlo durante unos **40 a 60 segundos**

En caso de que no se cuente con agua y jabón, puede optarse por usar **desinfectante** para manos a base de **alcohol** realizando el mismo procedimiento.

Recomendaciones: Higiene de superficies



- Evita compartir vasos, platos u otros artículos de higiene personal y limpia y desinfecta los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia,
- Se sabe por análisis previos, que los coronavirus no sobreviven por mucho tiempo en superficies de objetos, como cartas o paquetes.

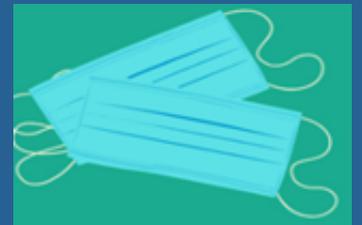
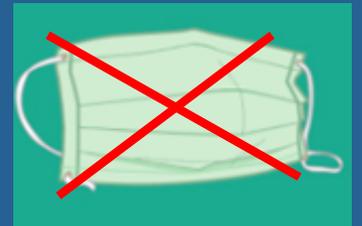
Recomendaciones: Uso de barbijo

NO es necesario utilizar barbijo o mascarilla si no se presentan síntomas respiratorios

Sí se recomienda su uso cuando:

- Se presentan síntomas respiratorios (tos, fiebre, estornudos)
- Se está cuidando a una persona con sospecha de infección por COVID-19

! Debe combinarse con higiene frecuente de manos, evitar tocársela mientras está en uso y aprender a usarla, quitarla y desecharla.



Recomendaciones: Lugar de trabajo

SITIO DE TRABAJO LIMPIO E HIGIENICO

Superficies contaminadas puede ser un mecanismo para transmitir la enfermedad a empleados y clientes.

PROMUEVA BUENA HIGIENE RESPIRATORIA

Despliegue posters con información de higiene respiratoria y combine con charlas de salud ocupacional



PROMUEVA EL LAVADO DE MANOS

Despliegue posters con información sobre el lavado de mano y asegúrese que sus empleados, contratistas y clientes tienen acceso a lavamanos, agua, jabón y toallas desechables.

<https://www.paho.org/arg/images/Gallery/manos/2.jpg?ua=1>

Higiene respiratoria previene la transmisión de COVID-19

Recomendaciones: Lugar de trabajo

Organización de la empresa

Limpio e Higiénico

Superficies (mesas, escritorios, cerraduras) y objetos (teléfonos, teclados) **deben ser limpiados y desinfectados regularmente**

02

Continuidad de Operaciones

Desarrolle un plan de contingencias para la continuidad de sus operaciones

01

Promueva el Lavado de Manos y la higiene respiratoria.

Coloque alcohol en gel y pañuelos de papel en lugares de fácil acceso. Asegúrese que las botellas de alcohol en gel se rellenen regularmente y exista una adecuada deposición de material en canastos de basura

03

Trabajo en Casa

Pida a sus empleados quedarse en casa si tienen fiebre de 37.3 centígrados o más y tos leve

04

Contacte al Ministerio de Salud

05



OPS

Recomendaciones: Lugar de trabajo

Plan de contingencia

01



ASLAMIENTO

Asignación un lugar donde aislar a una persona enferma mientras lleguen las autoridades del Ministerio de Salud

02



CONTACTOS

Identificar aquellos colaboradores en mayor riesgo y brindar apoyo a través de las unidades de salud ocupacional

03



SALUD OCUPACIONAL

Brindar apoyo a través de las unidades de salud ocupacional. **Evitar estigma y discriminación**

04

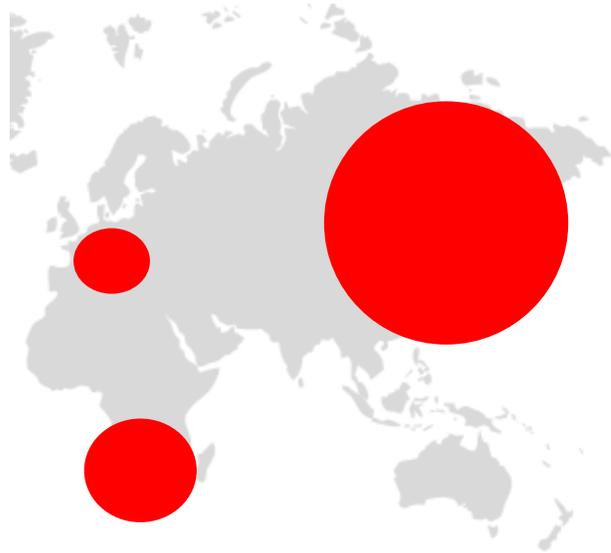


TRABAJAR EN CASA

Previsiones para trabajar desde casa.

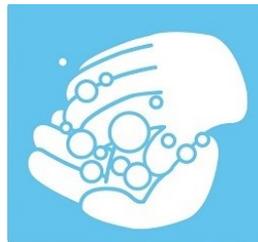
¡Protega a sus colaboradores y clientes!

Recomendaciones: Viaje



Seguir las instrucciones locales

Esto con referencia a restricciones de movimiento, de viaje y de aglomeraciones.



Lavarse las manos
frecuentemente



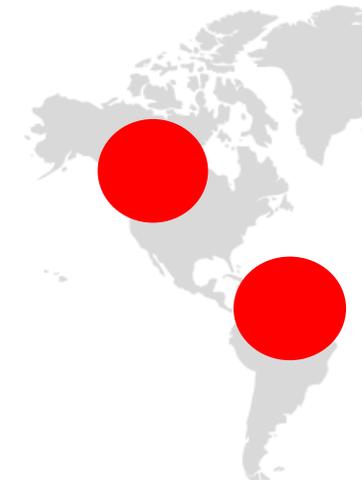
Mantenerse al menos 1 metro de distancia
alejado de personas que tosen o estornudan



Monitoreo individual

Por 14 días monitorear la aparición de síntomas y tomar la temperatura corporal dos veces al día.

Contactar al Ministerio de Salud indicando si desarrolla síntomas y de su historia de viaje



Enlaces de interés

- **Información general:**
<http://www.paho.org/arg/coronavirus>
- **Lavado de manos:**
https://www.paho.org/arg/index.php?option=com_content&view=article&id=811:dia-mundial-lavado-manos&Itemid=295
- **Información para la comunidad:**
https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15718:social-media-postcards-on-novel-coronavirus&Itemid=4206&lang=es
- **Preguntas frecuentes:**
<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>
- **Indicaciones de uso del barbijo:**
<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks>