

Protocolos básicos de protección frente al virus COVID-19



DAE

Dirección de
Asuntos Estudiantiles
Universidad Alberto Hurtado

uah

Universidad
Alberto Hurtado

Consejos de protección básicos frente al Coronavirus (COVID-19)

Fuente: Organización Mundial de la Salud



Lava tus manos frecuentemente, esto matará los virus que puedan estar en tus manos.



Manten distancia social de al menos 1 metro entre personas que presenten síntomas (estornudo, tos).



Evita tocar tus ojos, nariz y boca para prevenir la transferencia de virus de tu mano hacia tu cuerpo.



Estornuda en tu brazo o en un pañuelo desechable para prevenir que las partículas de virus y/o otras enfermedades floten en el aire.



Si tienes fiebre, tos y dificultad para respirar, busca ayuda médica.

Quédate en casa si no te sientes bien. Si tienes algún síntoma, dirígete al servicio de urgencia más cercano alertando sobre ellos.



Consejos de protección al momento de salir para evitar contagio de Coronavirus (COVID-19)

Fuente: Organización Mundial de la Salud

Evita salir en la medida de lo posible, haciéndolo sólo cuando sea estrictamente necesario (como para ir a farmacias, al doctor, o a comprar alimentos).



Evita salir si tienes fiebre y tos. Por lo que recomendamos buscar ayuda médica preventiva.



Manten distancia social de al menos 1 metro entre personas que presenten síntomas (estornudo, tos).



Evita el contacto directo con personas sintomáticas.



Usa guantes para evitar el contacto con superficies contaminadas.



Si decides usar una mascarilla asegúrate de cubrir tu nariz y boca y de no volver a tocarla después de ponértela. Debes botarla inmediatamente después de su uso, porque son de uso único.



Consejos de protección al tratar con pacientes de Coronavirus (COVID-19) en el hogar

Fuente: Organización Mundial de la Salud

Idealmente, la persona sintomática debe estar aislada en un área de la casa donde se mantenga una desinfección regular y aseo constante de los objetos usados por la persona contagiada.



No compartas utensilios con una persona sintomática porque la carga viral puede estar presente en los objetos que ha usado.



Idealmente usa guantes al interactuar con un paciente sintomático. Si no puedes, lava tus manos después de la interacción.



Evita el contacto prolongado con personas sintomáticas, esto se debe a la cantidad de carga viral que pueda quedar en la zona más próxima a la persona sintomática (via aerea).



Manten un control de sus síntomas y evolución, para confirmar si mejora su estado de salud. En caso de empeorar, asiste al servicio de urgencia más cercano declarando el estado de salud del contagiado.



Información recopilada desde la Organización Mundial de la Salud, y el Ministerio de Salud de Chile.

Mantente informado por los canales oficiales del Ministerio de Salud y el Gobierno para conocer el avance y las medidas inmediatas y a plazo que debes considerar para cuidar tu salud y la de tus seres queridos, evitando el contagio.

OMS (Organización Mundial de la Salud)

Orientaciones para el público

<https://bit.ly/2QM6ILa>

Ministerio de Salud de Chile

Plan de acción y protocolo frente al Coronavirus

<https://bit.ly/3dsFyCQ>

