

# 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>

