

TECNICA DEL LAVADO DE MANOS

1

Humedece tus manos con agua.



Usa jabón para eliminar los gérmenes.

2

3

Frota tus manos por 15 o 20 segundos.

- Palmas
- Entre los dedos
- Dorso
- Muñecas



Enjuágalas retirando completamente el jabón.

4

5

Sécalas con papel desechable.



Cierra la llave del agua y recuerda abrir la puerta con el mismo papel que te secaste.

6



Definiciones:

Epidemia:

Se habla de una epidemia cuando una enfermedad ataca a una gran parte de una comunidad, sin salir de un territorio, como lo explica el diccionario médico de la Real Academia Española: Una epidemia "es una enfermedad que se propaga durante algún tiempo por un país, afectando simultáneamente a un gran número de personas."

Pandemia:

La OMS considera una pandemia a las nuevas enfermedades que se propagan mundialmente o entre dos o más países; es decir, se produce una pandemia cuando un virus desconocido o una nueva cepa de los virus conocidos se extiende en varios países del mundo debido a la falta de defensas contra él. La ONU afirma que la mayoría de las pandemias han sido provocadas por virus gripales provenientes de los animales.

Cualquier duda:



722 2 26 42 00
Ext. 145 y 189



Correo Electrónico
s.saludsuteym@live.com

Dirección
Urawa No. 127, Col. Progreso
Delegación San Sebastián
C.P. 50150, Primer Piso.



SINDICATO ÚNICO DE TRABAJADORES DE LOS PODERES,
MUNICIPIOS E INSTITUCIONES DESCENTRALIZADAS
DEL ESTADO DE MÉXICO
S.U.T.E.Y.M.

Herminio Cahue Calderón
Secretario General

Información general sobre el
NUEVO CORONAVIRUS



El uso de guantes NO reemplaza el lavado de manos

El 31 de diciembre de 2019, las autoridades de salud de la ciudad de Wuhan, provincia de

Hubei, China, informaron sobre la presencia de

27 casos de Síndrome

Respiratorio Agudo de causa

desconocida. Las primeras infecciones

se han asociado a un mercado de mariscos y

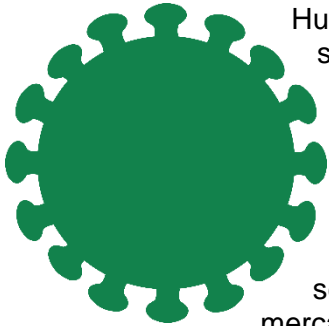
animales, cerrado ahora, donde también se vendían animales salvajes.

El 7 de enero de 2020, las autoridades chinas informaron de la presencia de un nuevo coronavirus (hasta ese momento, llamado 2019-nCoV) identificado como posible causante.

El 13 de enero, el Ministerio de Salud Pública de Tailandia reportó el primer caso confirmado por laboratorio del nuevo coronavirus en un paciente de 61 años, residente de Wuhan, China.

El 14 de enero, Japón informó de la presencia de un caso de neumonía con antecedente de viaje a Wuhan, que se confirmó por laboratorio para coronavirus COVID-2019.

El 21 de enero, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU. informaron el primer caso confirmado en el continente Americano. El paciente cuenta con antecedente de viaje a Wuhan, China. El 11 de febrero, la Organización Mundial de la Salud en consulta y colaboración con la Organización Mundial de Sanidad Animal (OIE) y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), denominó al nuevo coronavirus como "COVID-19", abreviatura de "enfermedad por coronavirus 2019", por sus siglas en inglés.



¿Qué son los CORONAVIRUS?

Los coronavirus son una familia de virus que causan enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades respiratorias más graves, estas circulan entre humanos y animales.

¿Cómo se transmite el nuevo CORONAVIRUS?

Se ha confirmado que el nuevo coronavirus se puede transmitir de persona a persona.

El nuevo coronavirus se transmite de una persona infectada a otras, a través de gotitas de saliva expulsadas al toser y estornudar, al tocar o estrechar la mano o al tocar un objeto o superficie contaminada con el virus.

¿Quiénes están en riesgo de enfermar del nuevo CORONAVIRUS?

Personas de cualquier edad que presenten enfermedad respiratoria leve o grave, y que 14 días antes del inicio de síntomas:

- * Haya estado en contacto con un caso confirmado o bajo investigación de COVID-19,
- * Viajó o estuvo en China, Hong Kong, Corea del Sur, Japón, Italia, Irán o Singapur, que son países que tienen transmisión local comunitaria de COVID-19.

¿Qué podemos hacer para protegernos del nuevo CORONAVIRUS?

Aunado a las acciones que el sector salud realiza, la población juega un papel importante para reducir la probabilidad de exposición y transmisión del virus, por ello debemos realizar las medidas de higiene personal y del entorno.

- * **Lavarse las manos frecuentemente** con agua y jabón o utilizar soluciones a base de alcohol gel al 70%.
- * **Al toser o estornudar, utilizar el estornudo de etiqueta**, consiste en cubrirse la nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo.
- * **No escupir**. Si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable y tirarlo a la basura; es muy importante que después de escupir se lave las manos.
- * **No tocarse la cara con las manos sucias**, sobre todo nariz, boca y ojos.
- * **Limpiar y desinfectar** superficies y objetos de uso común en casas, oficinas, sitios cerrados, centros de reunión, etc., ventilar y permitir la entrada de luz solar.
- * Quedarse en casa cuando se tienen enfermedades respiratorias y acudir a recibir atención médica si se presenta alguno de los síntomas.
- * **Evitar en lo posible contacto con personas que tengan enfermedades respiratorias.**