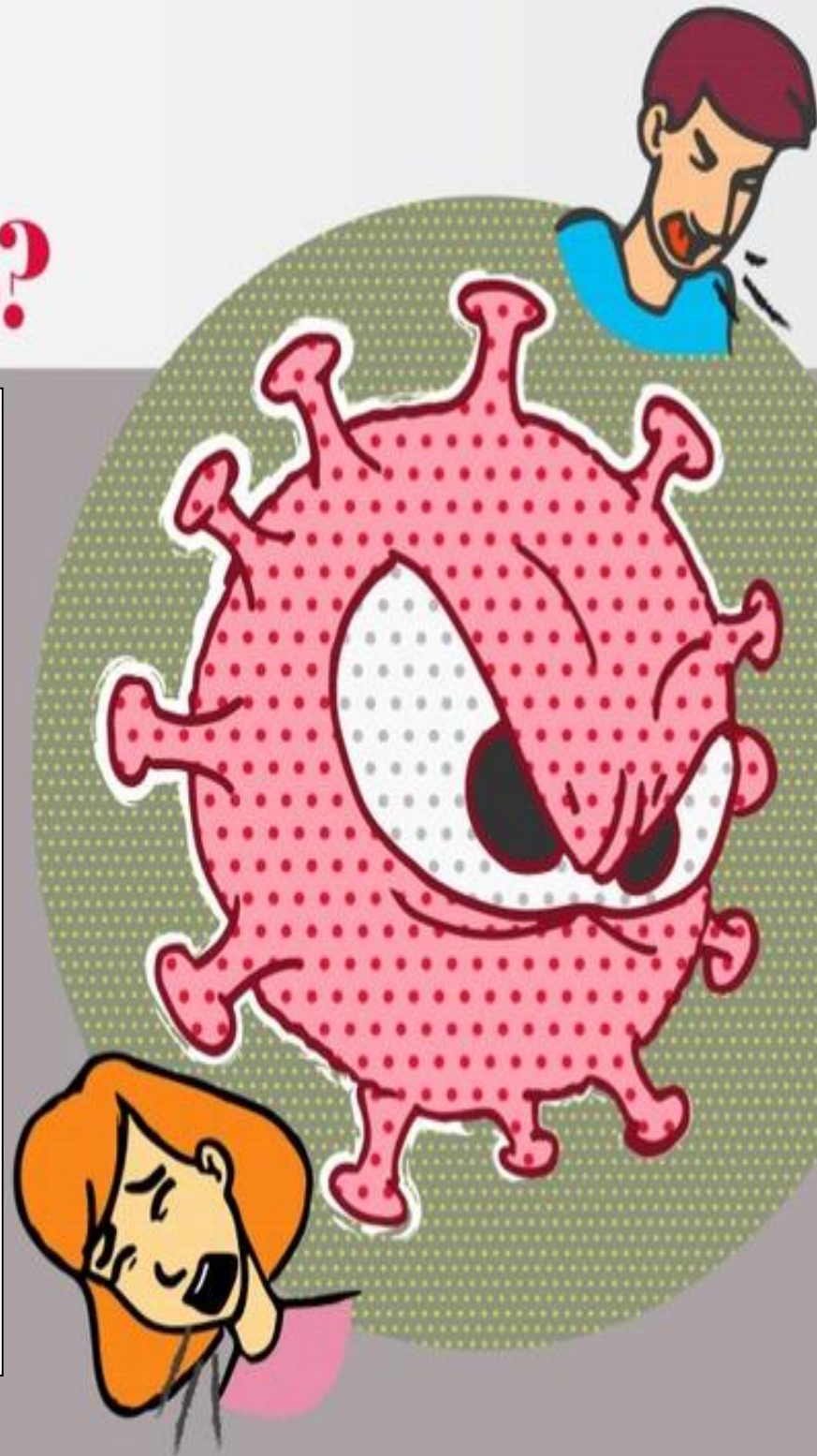




¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS?

INSTITUTO TÉCNICO "ALFONSO LÓPEZ"
Resolución No. 03482 de noviembre 11 de 2020
CODIGO DANE: 154498000085-01. NIT: 890503444-5
Ocaña. Norte de Santander

FOLLETO INFORMATIVO



¿QUE SON LOS CORONAVIRUS?

Familia de virus que producen cuadros que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves.

Los casos más graves generalmente en ancianos o personas que padecen patologías de corazón, pulmón, inmodeprimidos.

Medidas Preventivas

Para prevenir la enfermedad, evitar el contagio o disminuir la propagación de infecciones respiratorias agudas, las instituciones educativas deberán:

- ❖ Implementar rutas de lavado frecuente de las manos con agua y jabón, esto disminuye en un 50% la posibilidad de infectarse. El lavado de manos debe ser de 40 a 60 segundos en especial en los siguientes momentos:
 - Al llegar a la institución educativa
 - Al salir al descanso antes de ingerir alimentos y bebidas
 - Antes de entrar nuevamente al salón
 - Al llegar a casa
 - Después de cualquier actividad física
 - Cuando las manos están contaminadas por secreciones respiratorias después de toser o estornudar y al saludar de mano a otras personas y después de ir al baño
 - En los eventos en que no sea posible el lavado de manos utilizar gel antibacterial.
- ❖ Evitar el contacto y saludar de mano o de beso a personas con gripa o tos.
- ❖ Tapar la boca o nariz cuando va a cambiar de temperatura, principalmente en las mañanas y en las noches
- ❖ Cuando se estornuda o tose, cubrirse nariz y boca con el antebrazo o usar un pañuelo desechable y limpiar las manos después.

- ❖ Los niños mayores de 3 años, desde el inicio de su sintomatología respiratoria deben usar tapabocas y en lo posible no asistir a clases para no exponer a los demás niños y permitir un mejor cuidado en casa.
- ❖ Revisar que se mantengan los esquemas de vacunación completos, de acuerdo con la edad
- ❖ Recomendar a los estudiantes, personal administrativo o docentes, no asistir a la institución educativa y permanecer en casa, ante síntomas de gripa o tos.
- ❖ Mantener a los estudiantes, al personal administrativo o del cuerpo de docentes que presenten cuadros gripales, separados de aquellos que estén sanos, hasta que pueda ir a sus casas. Se recomienda mantener más de dos (2) metros de distancia
- ❖ Recomendar el uso de tapabocas solo cuando se presente síntomas de gripa
- ❖ Utilizar desinfectantes o alcohol para la limpieza de los objetos, superficies zonas y materiales de uso constante; así como la desinfección diaria de áreas comunes como comedores, baños, salas de juegos, salones, auditorios, bibliotecas etc.
- ❖ Recomendar utilización de pañuelos desechables para sonarse
- ❖ No tocarse la nariz, los ojos o la boca
- ❖ Informar a los padres de familia que se debe acudir al médico si los niños presentan alguno de los siguientes síntomas, respiración más rápida de lo normal, fiebre de difícil control por más de dos días, si el pecho le suena o le duele al respirar, somnolencia o dificultad para despertar, ataques o convulsiones, decaimiento, deterioro del estado general en forma rápida.

Trasmisión

- *Contacto con las secreciones respiratorias al toser o estornudar de una persona afectada*

Síntomas

La COVID-19 afecta de distintas maneras en función de cada persona. La mayoría de las personas que se contagian presentan síntomas de intensidad leve o moderada, y se recuperan. Los síntomas más habituales son los siguientes:

- *Fiebre*
- *Tos seca*
- *Cansancio*

Otros síntomas menos comunes son los siguientes:

- *Molestias y dolores*
- *Dolor de garganta*
- *Diarrea*
- *Conjuntivitis*
- *Dolor de cabeza*
- *Pérdida del sentido del olfato o del gusto*
- *Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies*

Los síntomas graves son los siguientes:

- *Dificultad para respirar o sensación de falta de aire*
- *Dolor o presión en el pecho*
- *Incapacidad para hablar o moverse*

Si presentas síntomas graves, busca atención médica inmediata. Sin embargo, siempre debes llamar a tu doctor o centro de atención sanitaria antes de presentarte en el lugar en cuestión.

Lo recomendable es que las personas que sufran síntomas leves y tengan un buen estado de salud general se confinen en casa

Las personas que se contagian empiezan a presentar síntomas en un plazo de 5 a 6 días desde que se infectan, pero pueden tardar hasta 14

La mascarilla

Las mascarillas pueden ayudar a prevenir que las personas que las llevan propaguen el virus y lo contagien a otras personas. Sin embargo, no protegen frente a la COVID-19 por sí solas, sino que deben combinarse con el distanciamiento físico y la higiene de manos. Sigue las recomendaciones de los organismos de salud pública de tu zona.

¿Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar una mascarilla?

- ✓ *Antes de tocar la mascarilla, lávate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.*
- ✓ *Inspecciona la mascarilla para ver si tiene rasgaduras o agujeros.*
- ✓ *Orienta hacia arriba la parte superior (donde se encuentra la tira de metal).*
- ✓ *Asegúrate de orientar hacia afuera el lado correcto de la mascarilla (el lado coloreado).*
- ✓ *Colócate la mascarilla sobre la cara. Pellizque la tira de metal o el borde rígido de la mascarilla para que se amolde a la forma de tu nariz.*
- ✓ *Tira hacia abajo de la parte inferior de la mascarilla para que te cubra la boca y la barbilla.*
- ✓ *Después de usarla, quítate la mascarilla; retira las cintas elásticas de detrás de las orejas manteniendo la mascarilla alejada de*
- ✓ *la cara y la ropa, para no tocar las superficies potencialmente contaminadas de la mascarilla.*
- ✓ *Desecha la mascarilla en un contenedor cerrado inmediatamente después de su uso.*
- ✓ *Lávate las manos después de tocar o desechar la mascarilla. Usa un desinfectante a base de alcohol o, si están visiblemente sucias, lávatelas con agua y jabón.*

Acciones para la identificación de Casos de COVID-19 en el entorno educativo

- ★ Indagar si cuenta con un antecedente de viaje en los últimos 14 días a países donde hay circulación activa del virus o si ha estado en contacto cercano con un caso positivo de COVID-19
- ★ En caso de que esta información sea confirmada es necesario realizar la notificación inmediata a la dirección territorial de salud para verificar los criterios del caso y recibir orientaciones sobre la consulta en centro de salud. En esta fase inicial de la epidemia, una persona con el antecedente de viaje (a áreas de circulación) o exposición, debe acudir al centro médico para que sea valorado y su manejo sea de acuerdo con los lineamientos establecidos por el Ministerio de Salud y protección social y el criterio médico.
- ★ Aislar el estudiante, docente o miembros del personal administrativo hasta que la dirección territorial de salud atienda el caso si la dirección territorial de salud determina que corresponde a un caso sospechoso de Coronavirus, el rector o director rural de la institución educativa, en trabajo articulado con la dirección territorial de salud, direccionaran al estudiante a una institución de salud.



El distanciamiento social solo funciona si todos participamos. Disminuir y prevenir la propagación del virus salvará vidas.



Todos somos responsables de proteger a los que corren mayor riesgo.