



Forma Correcta del Lavado de Manos



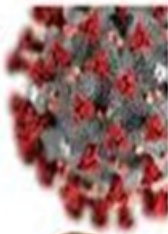
1. Abra la pluma de agua.
2. Aplique jabón.
3. Lave las manos de la parte mas limpia a la mas sucia y entre los dedos.
4. Frote las manos durante 15 a 20 segundos. Limpie la parte posterior de las manos y uñas.



5. Enjuague las manos.
6. Seque las manos con papel toalla.
7. Cierre la llave del agua usando un papel toalla.
8. Eche el papel toalla al zafacon.

Adaptado por la Comisión Intersectorial de Emergencias
CIEI 2020-01-17

MEDIDAS PARA PREVENIR LA PROPAGACIÓN DEL COVID-19



Evite el contacto cercano con personas contagiadas



Procure no tocarse los ojos, la nariz o la boca



Quédese en casa si está enfermo

Recuerda, las manos limpias salvan vidas.



Horario de servicio Centro de Primeros Auxilios

lunes a jueves 9:00am—1:00pm

2:00pm—6:00pm

viernes 8:00am—12:00pm

1:00pm-5:00pm

Fuentes:

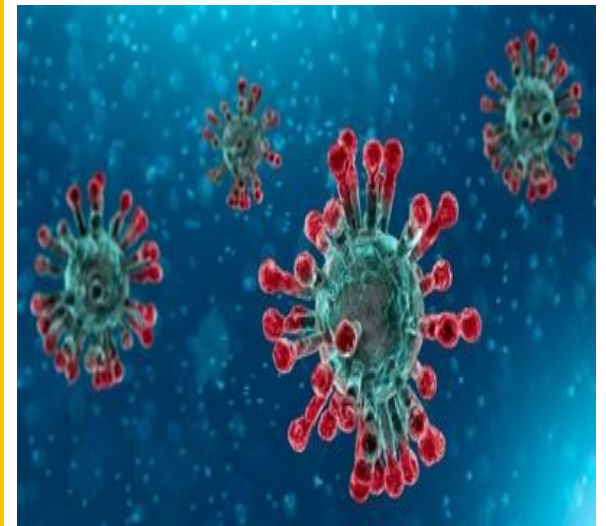


Universidad Interamericana de Puerto Rico

Recinto de Guayama

Centro de Primeros Auxilios

Influenza, Micoplasma y Coronavirus
virus y bacterias con
síntomas similares



Preparado por:

Sra. Arcilia Rivera, MSN

Oficial Centro de Primeros Auxilios

Influenza

¿Qué es la Influenza?

Enfermedad respiratoria contagiosa provocada por los virus de influenza que afecta nariz, garganta y pulmones.



Síntomas

1. Fiebre
2. Tos
3. Dolor de garganta
4. Congestión nasal
5. Dolor muscular
6. Dolor de cabeza

Transmisión

Se transmite por pequeñas gotas al toser, estornudar o hablar. También por superficies u objetos contaminados.

Medidas de prevención

1. Vacunarse anualmente contra la Influenza.
2. Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente por espacio de al menos 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón utilice un desinfectante a base de 60% o más de alcohol.
3. No saludar con besos ni abrazos.
4. Mientras esté enfermo, limite el contacto con otras personas.
5. Quedarse en la casa si está enfermo.
6. Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable. Si utilizó un pañuelo favor descartar inmediatamente y lavar las manos.
7. Evitar tocarse los ojos, boca y la nariz. Esto es debido a que los gérmenes se diseminan de esta manera.
8. Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.

Coronavirus

¿Qué es el Coronavirus ?

Los coronavirus son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves. Aunque no existe un medicamento o vacuna para prevenirla, sus síntomas pueden ser tratados.

Síntomas

1. Fiebre
2. Tos
3. Dificultad para respirar



Transmisión

Actualmente se transmite de persona a persona, mediante gotas al toser o estornudar.

Medidas de prevención

1. Evitar el contacto cercano con personas enfermas.
2. Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente por espacio de al menos 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón utilice un desinfectante a base de 60% o más de alcohol.
3. No saludar con besos ni abrazos.
4. Quedarse en la casa si está enfermo.
5. Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable. Si utilizó un pañuelo favor descartar inmediatamente y lavar las manos.
6. Evitar tocarse los ojos, boca y la nariz. Esto es debido a que los gérmenes se diseminan de esta manera.
7. Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.

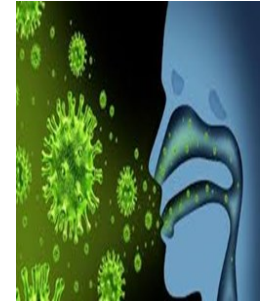
Micoplasma

¿Qué es Micoplasma?

Enfermedad causada por la bacteria micoplasma neumoniae y puede provocar neumonía atípica.

Síntomas

1. Tos seca
2. Dolor de garganta
3. Fiebre
4. Dolor de cabeza
5. Cansancio



Transmisión

Se transmite a través del contacto con partículas de secreción de la nariz y de la garganta de personas infectadas cuando tosen y estornudan.

Medidas de prevención

1. Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente por espacio de al menos 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón utilice un desinfectante a base de 60% o más de alcohol.
2. No saludar con besos ni abrazos.
3. Mientras esté enfermo, limite el contacto con otras personas.
4. Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable. Si utilizó un pañuelo favor descartar inmediatamente y lavar las manos.
5. Quedarse en la casa si está enfermo.
6. Evitar tocarse los ojos, boca y la nariz. Esto es debido a que los gérmenes se diseminan de esta manera.
7. Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.