

Prevención:



- Lavado frecuente de manos.
- Evitar contacto directo con personas que presenten cuadros respiratorios.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sucias.
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar y luego botarlo a la basura. (si no tiene disponible pañuelo, coloque la boca y nariz en la parte superior de su brazo).
- Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.
- Use tapabocas si tiene tos o un cuadro respiratorio.
- Toda persona que presente síntomas relacionados con infección respiratoria aguda debe abstenerse de asistir a sitios públicos sin las adecuadas medidas de protección personal, y si los síntomas aumentan debe consultar de inmediato a una red de atención médica.
- Es importante que los miembros de la comunidad universitarias se abstengan de asistir a la Universidad Distrital si están con síntomas de infección respiratoria se recomienda consultar de manera oportuna los servicios de salud.

¿Cómo lavarse las manos?

- 1- Humedezca sus manos con abundante agua.
- 2- Enjabone sus manos con el grifo cerrado.
- 3- Comenzar frotando las palmas de las manos.
- 4- Intercale los dedos y frote por la palma y el anverso de la mano.
- 5- Continúe con los dedos intercalados y limpie los espacios entre si.
- 6- Con las manos de frente agárrese los dedos y mueva de lado a lado.
- 7- Tome el dedo "gordito" como en la figura para limpiar la zona del agarre de la mano.
- 8- Limpie las yemas de los dedos frotando contra la palma de la mano.

- 9- Enjuague sus manos con abundante agua (8 seg. aprox.)
- 10- Seque las manos con una toalla desechable o con aire caliente.
- 11- Cierre el grifo con una toalla desechable.
- 12- Listo!!

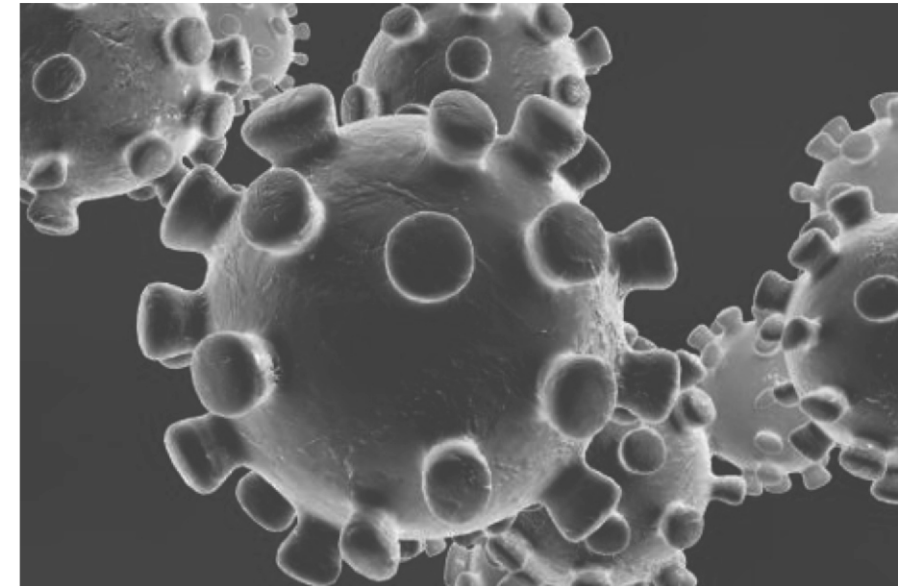
La duración de todo el procedimiento debe ser entre 40 y 60 segundos.



La higienización de manos también se puede hacer con alcohol glicerinado, siguiendo los mismos pasos sugeridos por la Organización Mundial de la Salud para lavado de manos.

Esta medida no reemplaza el lavado de manos, pero sí es una medida preventiva si el estudiante o funcionario no tiene cerca llave de agua o jabón .

CORONAVIRUS



COVID 19

Los coronavirus son una extensa familia de virus, de los cuales algunos pueden ser causa de diversas enfermedades humanas, que van desde el resfriado común hasta el SRAS (síndrome respiratorio agudo severo). La última cepa fue descubierta en la República de China, y se denominó el coronavirus COVID-19. Fue reportado por primera vez en la provincia de Wuhan el 31 de diciembre del 2019. El 30 de enero del 2020 el director general de la Organización Mundial de la Salud, declaró el brote del nuevo coronavirus (COVID-19) como una emergencia de salud pública de importancia internacional.

Vigilado: MinEducación

SG-SST
Subsistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo

Bienestar Institucional
... en las manos de todos.
... con la huella de todos.

Subsistema de Gestión de la seguridad y salud en el trabajo
Aduanilla de Paiba: calle 13 No. 31-75 - Tel. 3 239300 ext. 1612-1634
saludocupacional@udistrital.edu.co



UNIVERSIDAD DISTRITAL
FRANCISCO JOSÉ DE CALDAS

CORONA VIRUS

MITO

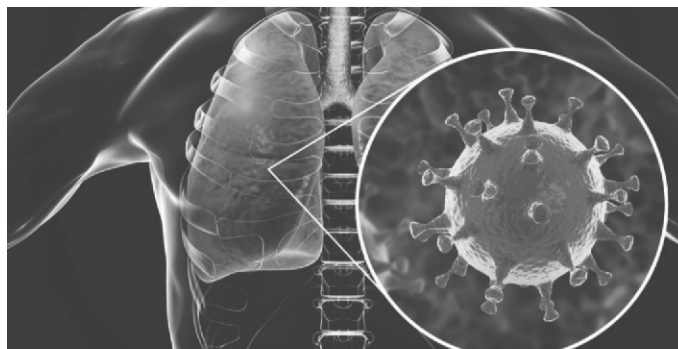
REALIDAD

El corona es el virus más peligroso que existe	La gripe común mata 60 veces más gente por año que el coronavirus
Si me diagnostican coronavirus voy a morir	Solo el 2% de los casos reportados resultaron mortales y la mayoría de ellos estaban asociados a un sistema inmunológico débil
Tengo que comprarme un traje especial y una máscara antigas para estar seguro	Lavarse las manos y estornudar en la flexura del codo son las prácticas más seguras
Tenemos que entrar en pánico y culpar a China por la emergencia y discriminar a todos los asiáticos	El pánico y la histeria reinante están basados en el racismo y la xenofobia, no es evidencia científica. Nada justifica la discriminación
Debo creer todo lo que leo en internet sobre el coronavirus porque todo lo que se publica esta debidamente chequeado y es imparcial	La desinformación y el racismo son más peligrosos que cualquier virus. Busque información basada en hechos, no en ideologías

¿Qué tan peligroso es?



Se considera que su rango de fatalidad es bajo, pues esta entre el 1 y 2% de los casos registrados; se estima que es muy agresivo con personas que tienen alteración de su sistema defensivo, y que cada persona enferma puede contagiar a 1,4 - 2,5 personas en promedio.



Personas en riesgo:

- Viajes recientes a zonas endémicas.
- Contacto con personas infectadas.

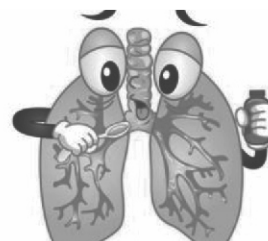


¿Cómo se transmite?

Se transmite por vía respiratoria o por contacto directo con secreciones de personas infectadas al toser o hablar.



PERIODO DE INCUBACIÓN VARIABLE SEGÚN EL INDIVIDUO, ENTRE 1 Y 14 DÍAS.



Síntomas:

Aparece como un cuadro gripal:

- Fiebre.
- Dolor de garganta.
- Tos.
- Congestión nasal.
- Malestar general.
- Dolor de cabeza.



PUEDE PROGRESAR A UN CUADRO NEUMÓNICO QUE SE CARACTERIZA POR:

DIFICULTAD RESPIRATORIA SEVERA Y SEPSIS (INFECCIÓN SISTÉMICA).

Diagnóstico



Pruebas de laboratorio en sangre y en secreción respiratoria.

Tratamiento

Manejo de los síntomas (fiebre, malestar, dolor).

