

## Medidas de prevención frente al Coronavirus

**La actual crisis sanitaria ha llevado a tomar nuevas medidas de seguridad y potenciar las de higiene. Tal y como recomienda la OMS y muchos portales de protección como [luchacontravirus.com](http://luchacontravirus.com)**

Ya son más de dos meses sumidos en una crisis sanitaria causada por el Covid-19; una crisis a la que poco a poco se le va poniendo freno pero que por delante se ha llevado la vida de miles de personas, además de cientos de miles de contagiados —muchos de ellos sanitarios contagiados mientras llevaban a cabo su labor—.

A pesar de que las cifras de contagios y fallecidos van poco a poco descendiendo, aún es muy importante tomar ciertas medidas preventivas para evitar contagiarse por el coronavirus, como recomiendan desde [infografias.com](http://infografias.com). Con la vuelta a la actividad y el paso a la «nueva normalidad» es muy importante seguir manteniendo en mente cierta información y elementos clave para protegerse del virus. ¿Cuáles son los síntomas de la enfermedad?

Lo primero que todo el mundo debería conocer son los síntomas más comunes de la enfermedad, esencial para tomar precauciones desde que se detectan los primeros síntomas. Entre los síntomas más habituales están la fiebre, la tos y la sensación de falta de aire; en algunos casos también se han dado ciertos problemas digestivos como diarrea o dolor abdominal. También se han observado otros síntomas como la pérdida de olfato o del gusto.

¿Cómo se transmite la enfermedad?

En todo este tiempo se ha comprobado que se trata de una enfermedad con una velocidad de contagio alta. El mecanismo principal de la transmisión es por medio de las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma. Estas secreciones son las que pueden infectar a otra persona si entran en contacto con su nariz, ojos o boca. No es probable la transmisión por el aire a distancias mayores de dos metros, de ahí que esta distancia sea la marcada como separación entre personas para garantizar la seguridad.

Infografía sobre medidas de prevención frente al coronavirus

Ante la falta de una vacuna o un antiviral que sea efectivo contra la enfermedad, el remedio más efectivo es tomar ciertas medidas de seguridad con las que prevenir el contagio. En la siguiente infografía están recogidas algunas de las medidas más efectivas y que han sido recomendadas por la Organización Mundial de la Salud. Entre ellas destacan:

En el caso de tener fiebre y algunos de los síntomas nombrados anteriormente, es necesario aislarse y no entrar en contacto con ninguna persona.

Al toser o estornudar, hacerlo siempre sobre el hueco del codo. De esta forma se evita que las gotas con posibles virus lleguen a otras personas.

Evitar tocarse los ojos, nariz o boca con la mano, ya que son una puerta de entrada del virus. Aunque el coronavirus no se infecta por contacto con la piel, sí que se puede transmitir con las manos si éstas tocan las partes del cuerpo por las que sí es posible contagiar .

Tener mucha higiene de manos. Lavarse de forma frecuente las manos con agua y jabón durante 20 o 30 segundos. Como alternativa, se pueden utilizar geles hidroalcohólicos.

Mantener un distanciamiento social de 2 metros.

Por último pero no menos importante, mantener una correcta limpieza diaria en los hogares también es importante para estar protegidos contra el coronavirus, tal y como recomiendan en la revista de Decoracion 2.0.

Uso correcto de las mascarillas

Además de lo comentado anteriormente para evitar contagios, en los últimos días se ha establecido como obligatorio el uso de mascarillas desechables o quirúrgicas para evitar entrar en contacto con las gotitas que contienen el virus y también para evitar infectar a otras personas. En este sentido, es muy importante una correcta colocación de la mascarilla.

La siguiente infografía resume de manera visual los pasos a seguir para colocar correctamente la mascarilla. En resumen:

Lavarse bien las manos antes de colocarla.

Cubrir con ella boca, nariz y barbilla.

No tocar la mascarilla mientras está puesta.

Si la mascarilla se humedece, tirarla y utilizar otra.

A la hora de retirarla, hacerlo por las gomas y nunca entrar en contacto con el tejido.

Si siempre se tienen presentes estas recomendaciones que ofrecen diferentes portales como luchacontravirus.com, el riesgo de infectarse o infectar se reducirá considerablemente.

**Datos de contacto:**

David

926574085

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Industria](#) [Farmacéutica](#) [Sociedad](#) [E-Commerce](#) [Ocio para niños](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>