

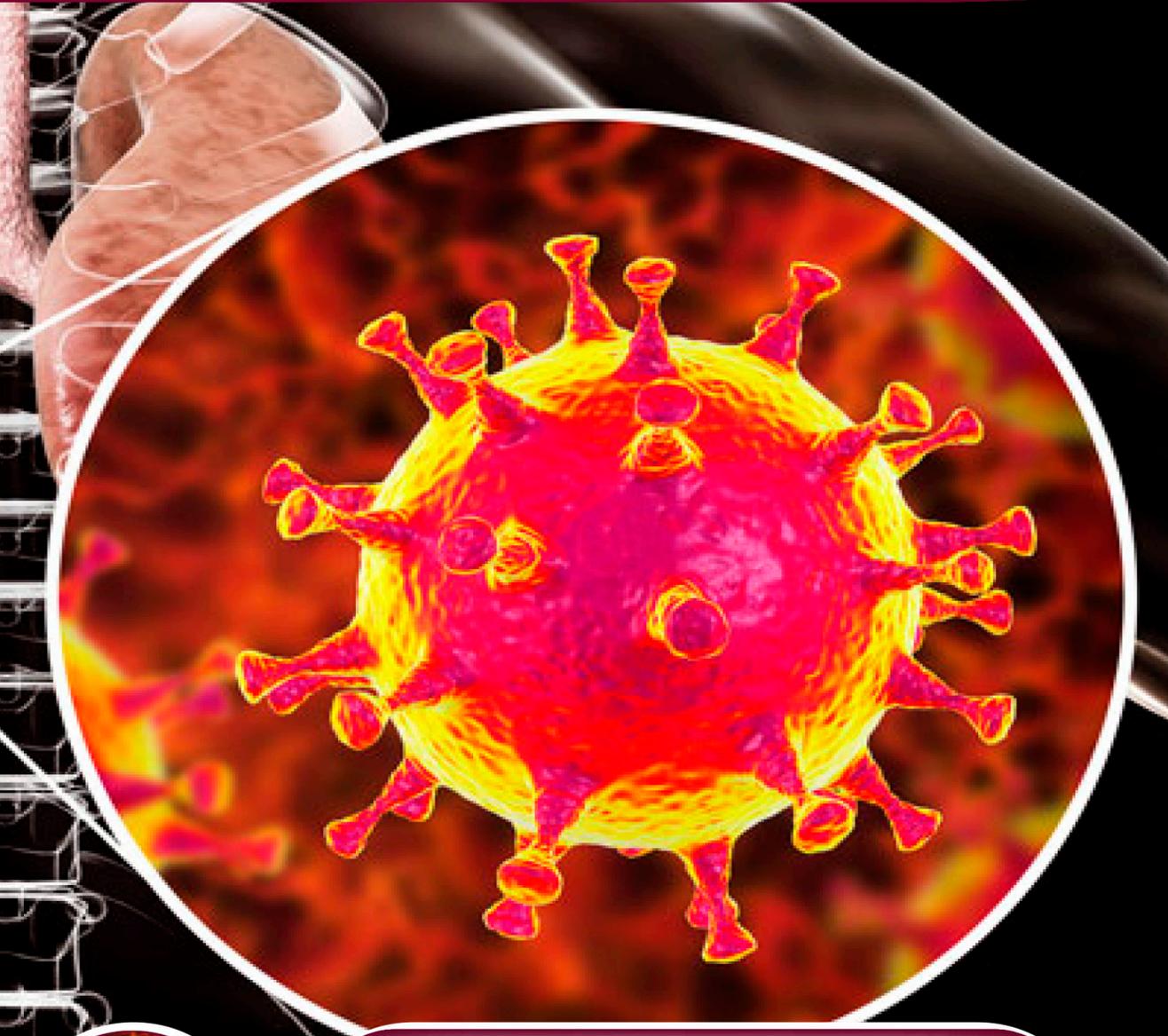


DIRECCIÓN NACIONAL DE SANIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
DIRECCIÓN TÉCNICA DE LA D.N.S.F.F.AA.
DPTO. INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA

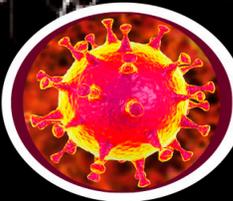
BOLETIN INFORMATIVO **BIG DATA**

BOLETÍN NÚMERO 20 - MAR/ABR 2020

QUÉ DEBEMOS SABER SOBRE **CORONAVIRUS** COVID-19



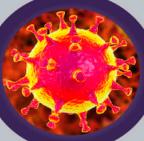
Conócelo para prevenirlo



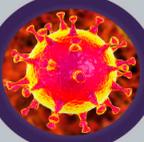
¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS COVID - 19?

ES UNA ENFERMEDAD RESPIRATORIA QUE SE TRANSMITE DE PERSONA A PERSONA , PRINCIPALMENTE POR AQUELLAS QUE YA MUESTRAN SÍNTOMAS, A TRAVÉS DE GOTAS Y EN CONTACTO CON SUPERFICIES CONTAMINADAS.

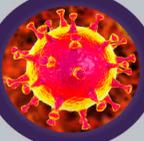
¿CÓMO SE TRANSMITE EL CORONAVIRUS?



Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz y los ojos.



A través de personas infectadas al toser o estornudar.



Por contacto personal cercano con una persona infectada.

¿CUÁLES SON LAS PERSONAS MÁS VULNERABLES?



Adultos mayores de 60 años.



Personas con enfermedades preexistentes como diabetes o cardiopatías e inmunodeprimidos.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

Goteo Nasal



Fiebre

Malestar general



Tos



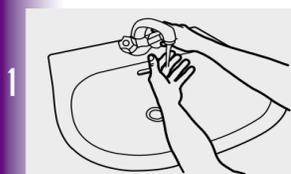
Dolor de garganta

CONSEJOS PARA REDUCIR LA TRANSMISIÓN

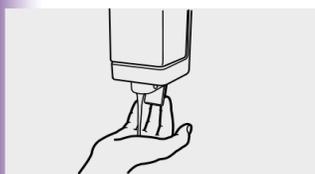
-  **HIGIENE DE MANOS**
Realizar un correcto lavado de manos.
-  **HIGIENE DE SUPERFICIES**
Lave y desinfecte frecuentemente objetos y superficies que sean “tocadas” en el hogar o el trabajo.
-  **RESPIRATORIO**
Tosa o estornude en el hueco del codo o en un pañuelo descartable. Descarte el pañuelo inmediatamente en un contenedor cerrado.
-  **TOCAR**
No se toque la boca, ojos o nariz sin lavarse antes las manos.
-  **AUTO-AISLAMIENTO**
Si tiene síntomas o fue aconsejado por un profesional: quédese en su casa durante 14 días.
-  **DISTANCIA SOCIAL**
Si no debe cuidar de una persona enferma, evite el contacto y la proximidad. Mantenga distancia entre usted y otras personas, en especial respecto de quienes tosan o estornuden.
-  **ASISTENCIA MÉDICA**
Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar: busque asistencia médica rápidamente y describa su historia de viajes o contactos al profesional de la salud.
Si llegó recientemente desde países específicos dentro de los últimos 14 días: solicite asistencia telefónica.
-  **EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL**
Si debe asistir a una persona diagnosticada con enfermedad: use mascarillas, protección ocular y guantes.
-  **SEGURIDAD ALIMENTARIA**
Evite ingerir alimentos crudos o productos animales poco cocidos. Manipule carne cruda, leche o productos animales de tal manera de evitar la “contaminación cruzada” con otros alimentos.

¿CÓMO LAVARSE LAS MANOS CORRECTAMENTE?

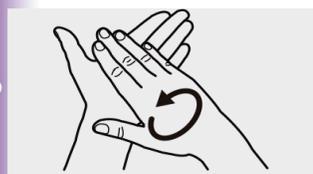
Lavarse las manos con frecuencia, de lo contrario utilizar alcohol en gel. En caso de que las manos estén visiblemente sucias no debe recurrirse al alcohol en gel, se debe efectuar el lavado con agua y jabón



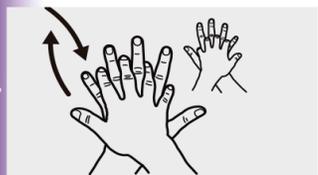
1 Mójese las manos.



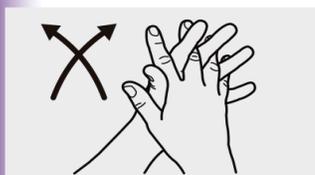
2 Aplique suficiente jabón para cubrir todas las superficies de las manos.



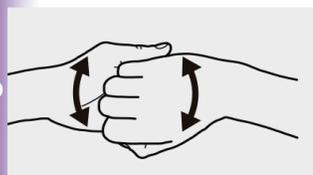
3 Frótese las palmas de las manos entre sí.



4 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



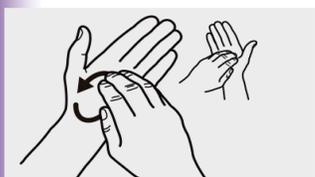
5 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



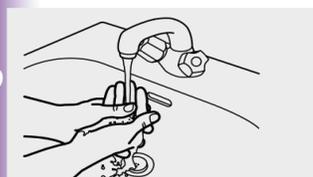
6 Frótese el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos.



7 Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, fróteselo con un movimiento de rotación, y viceversa.



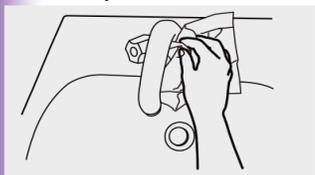
8 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



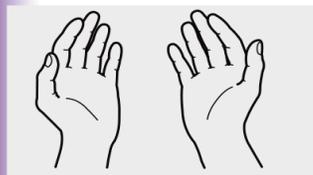
9 Enjuáguese las manos.



10 Séquese las con una toalla de un sólo uso.



11 Utilice la toalla para cerrar el grifo.



12 Sus manos son seguras.

EL LAVADO DEBE DURAR ENTRE 40 Y 60 SEGUNDOS



MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE POSIBLES CASOS DE CORONAVIRUS PARA EL PERSONAL DE LA SALUD

Ante la presencia de un nuevo Coronavirus que afecta a las personas, se recomiendan medidas de prevención y protección. El contacto con el virus puede afectar tanto al personal sanitario como a la población general, por tanto las medidas de prevención son de aplicación universal.



En cuanto al personal de salud

Los elementos de protección personal (EPP) recomendados serán:

Protección respiratoria: Mascarillas quirúrgicas frente a todo paciente con síntomas respiratorios. En casos de procedimientos generadores de aerosol utilizar mascarillas N95.

Gautes: descartables. Se deberán utilizar en actividades de atención al paciente y en laboratorios.

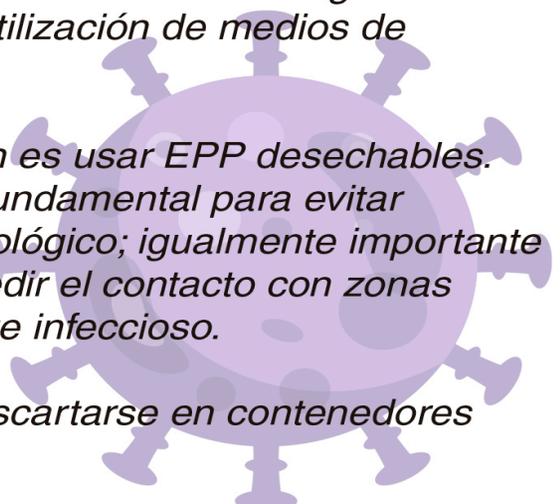
Ropa: es necesaria la protección del uniforme del trabajador de la posible salpicadura de fluidos biológicos o secreciones procedentes del paciente confirmado o en investigación, ante la realización de procedimientos generadores de aerosoles.



➤ Todas las medidas deben garantizar la protección adecuada del funcionario de aquellos riesgos para su salud o su seguridad que no pueden limitarse mediante la utilización de medios de protección colectiva.

➤ De forma general la recomendación es usar EPP desechables. La correcta utilización de los EPP es fundamental para evitar posibles vías de entrada del agente biológico; igualmente importante es la retirada de los mismos para impedir el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso.

➤ Luego del uso los EPP deberán descartarse en contenedores adecuados para residuos infecciosos.



D.N.S.F.F.A.A. Av. 8 de Octubre 3050. Dpto. de Investigación y Docencia
Horario de Atención: De 07:00 a 14:00 hs. Teléfonos: 24876666 int.1390 o 24875226
Equipo de producción: Alf. (N) Monica CORREA JULIANI.
Diseño y Edición gráfica: Sdo. 1ra. Noelia González, Sdo. 1ra. Natalia Paes.

Le invitamos a ingresar a la página:

<https://www.dnsffaa.gub.uy/investigacion-y-docencia> donde podrá visualizar novedades referentes al Departamento y las Actividades Académicas que se desarrollarán en los próximos meses.

RESPONSABLES DE REDACCIÓN:

Tte. 2º (M) Ana Flavia RODRÍGUEZ
Alf. (N) Monica CORREA JULIANI
Sdo. 1ra. Gonzalo ANSELMI

RESPONSABLES DE PRODUCCIÓN:

Alf. (N) Monica CORREA JULIANI
Sdo. 1ra. Noelia GONZALEZ
Sdo. 1ra Natalia PAES

