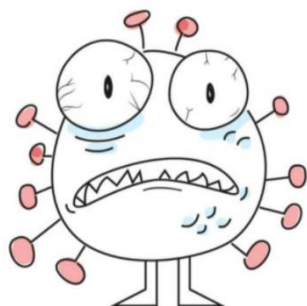


# HABLEMOS SOBRE EL COVID - 19

*El mundo nunca se había enfrentado a una crisis como la de la COVID-19. La pandemia está afectando a comunidades de todo el mundo en todos los aspectos: sanitarios, sociales, económicos, a los cuales se juntan múltiples y profundas crisis estructurales: la pobreza, el hambre, las consecuencias del cambio climático, la injusticia de género, la migración entre otros. Pero es preciso tener en claro en qué consiste este virus, su forma de propagación y los protocolos de bioseguridad para prevenir su contagio.*



## ¿Qué es un coronavirus?

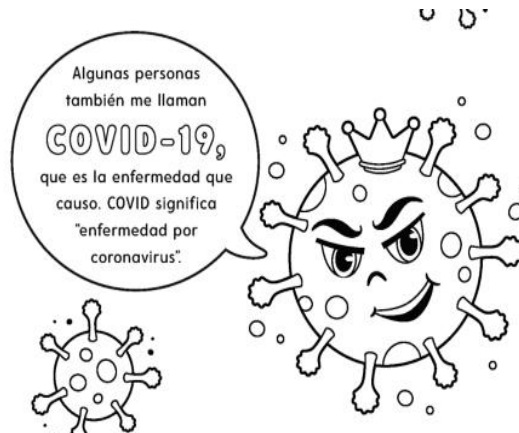
Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19.

## ¿Qué es la Covid-19?

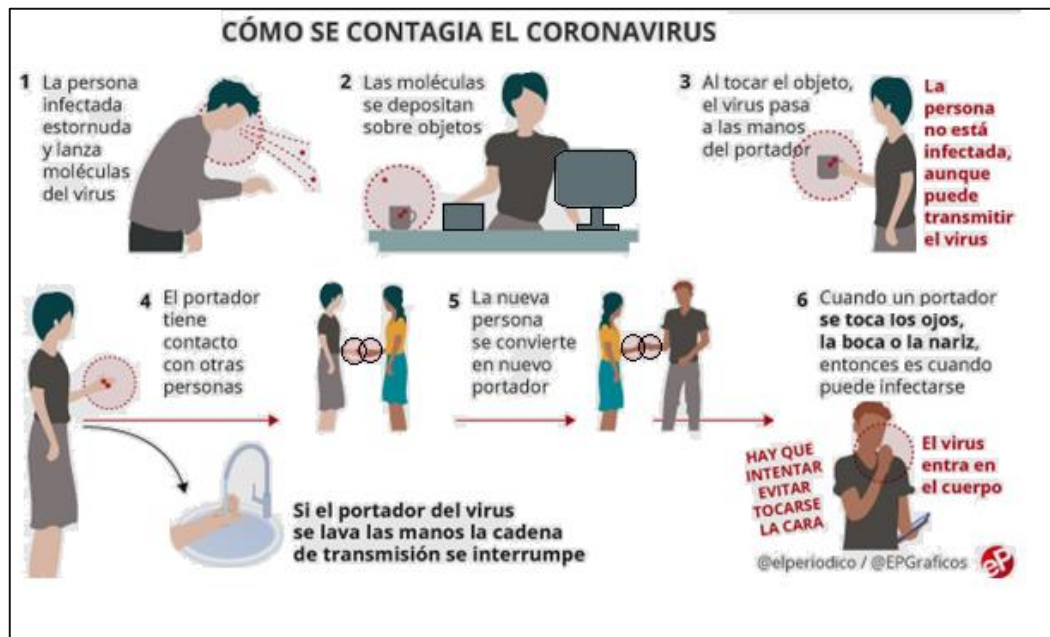
La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Ambos eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

## ¿Cuáles son los síntomas de la COVID-19?

- ☹ Síntomas respiratorios (similares a los de un resfriado)
- ☹ Fiebre (alta temperatura)
- ☹ Tos seca
- ☹ Falta de aliento o cansancio
- ☹ Dificultades respiratorias



En casos más graves, el virus puede causar neumonía o síndrome respiratorio agudo grave (SRAS) que es una forma grave de neumonía, insuficiencia renal y hasta la muerte. En otros casos, algunas personas infectadas no desarrollan ningún síntoma, pero pueden contagiar igualmente al resto de población.

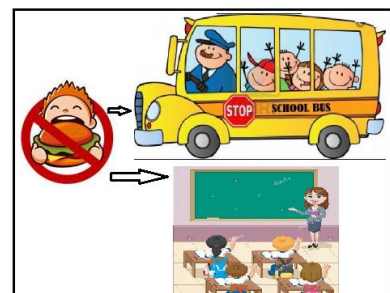
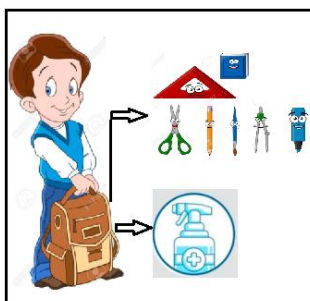


## ¿Qué puedo hacer para protegerme y prevenir la propagación de la enfermedad?

- ☺ Lávese las manos a fondo y con frecuencia usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- ☺ **¿Por qué?** Lavarse las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol mata los virus que pueda haber en sus manos.
- ☺ Mantenga una distancia mínima de un metro entre usted y los demás.
- ☺ **¿Por qué?** Cuando alguien tose, estornuda o habla despiden por la nariz o la boca unas gotículas de líquido que pueden contener el virus. Si la persona que tose, estornuda o habla tiene la enfermedad y usted está demasiado cerca de ella, puede respirar las gotículas y con ellas el virus de la COVID-19.
- ☺ Evite ir a lugares concurridos
- ☺ **¿Por qué?** Cuando hay aglomeraciones, hay más probabilidades de que entre en contacto estrecho con alguien que tenga COVID-19 y es más difícil mantener una distancia física de un metro.
- ☺ Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca
- ☺ **¿Por qué?** Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus. Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca. Desde allí, el virus puede entrar en su cuerpo y causarle la enfermedad.
- ☺ Tanto usted como las personas que lo rodean deben asegurarse de mantener una buena higiene respiratoria. Eso significa cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo al toser o estornudar. Deseche de inmediato el pañuelo usado y lávese las manos.
- ☺ **¿Por qué?** Los virus se propagan a través de las gotículas. Al mantener una buena higiene respiratoria protege a las personas que lo rodean de virus como los del resfriado, la gripe y la COVID-19.
- ☺ Permanezca en casa y aíslese incluso si presenta síntomas leves como tos, dolor de cabeza y fiebre ligera hasta que se recupere. Pida a alguien que le traiga las provisiones. Si tiene que salir de casa, póngase una mascarilla para no infectar a otras personas.
- ☺ **¿Por qué?** Evitar el contacto con otras personas las protegerá de posibles infecciones por el virus de la COVID-19 u otros.
- ☺ Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica, pero en la medida de lo posible llame por teléfono con antelación y siga las indicaciones de la autoridad sanitaria local.
- ☺ **¿Por qué?** Las autoridades nacionales y locales dispondrán de la información más actualizada sobre la situación en su zona. Llamar con antelación permitirá que su dispensador de atención de salud le dirija rápidamente hacia el centro de salud adecuado. Esto también lo protegerá a usted y ayudará a prevenir la propagación de virus y otras infecciones.
- ☺ Manténgase informado sobre las últimas novedades a partir de fuentes fiables, como la OMS o las autoridades sanitarias locales y nacionales.
- ☺ **¿Por qué?** Las autoridades locales y nacionales son los interlocutores más indicados para dar consejos sobre lo que deben hacer las personas de su zona para protegerse.

### ACTIVIDAD

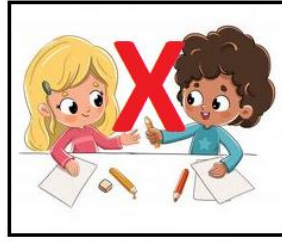
1. A continuación encontrarás unos dibujos que ejemplifican algunos de los protocolos de bioseguridad que debemos tener en cuenta frente a un eventual regreso al colegio gradual, progresivo y seguro (GPS). Escribe debajo del dibujo la norma de seguridad a la que hace alusión:





---

---



---

---



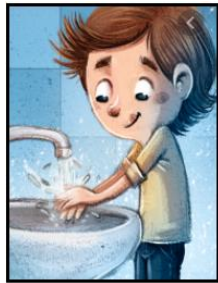
---

---



---

---



---

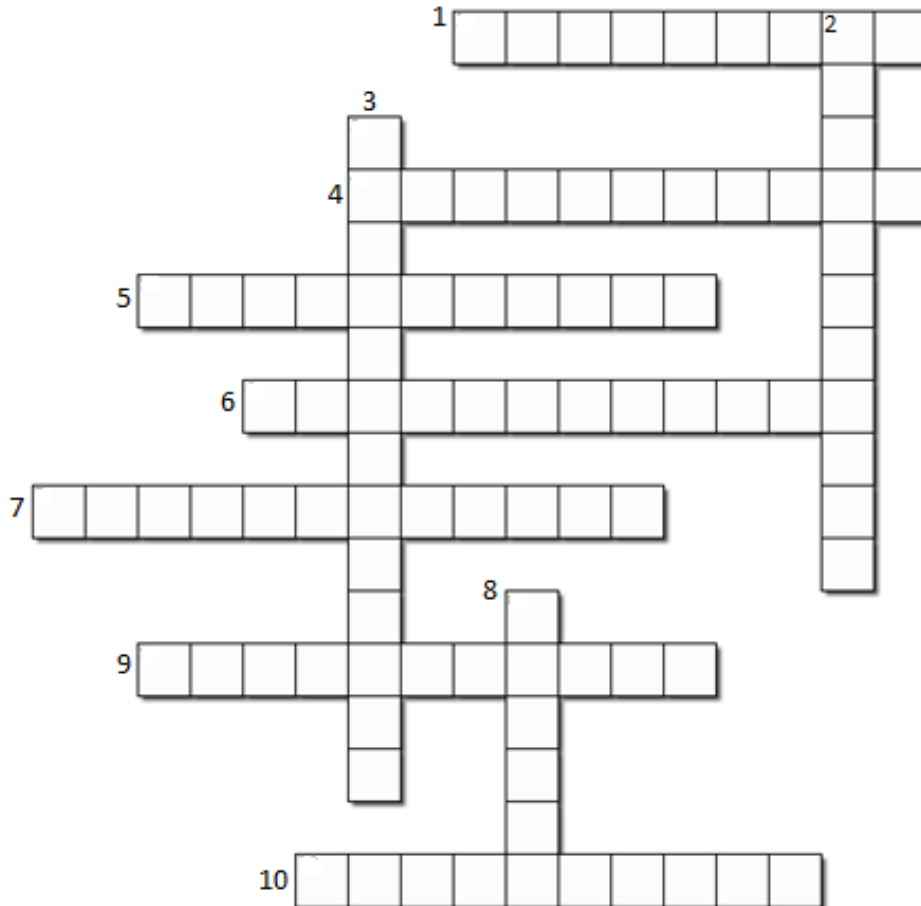


---



---

Ahora realiza el siguiente crucigrama!



Created using the Crossword Maker on TheTeachersCorner.net

### **Horizontal**

1. Máscara autofiltrante que cubre parcialmente el rostro y es utilizada para contener bacterias y virus.
4. Control que realiza la persona a sí misma para detectar posibles síntomas.
5. Separación de un individuo que padece una enfermedad transmisible del resto de las personas
6. Conjunto de medidas preventivas para mantener el control de factores de riesgo biológicos.
7. Eliminación de los gérmenes que infectan o que pueden provocar una infección en un cuerpo o un lugar.
9. Virus que surgen periódicamente en diferentes áreas del mundo y que causan Infección Respiratoria Aguda
10. Medida o disposición que se toma de manera anticipada para evitar que suceda una cosa considerada negativa.

### **Vertical**

2. Tomar medidas para cuidar de nosotros mismos y de nuestras necesidades físicas o mentales.
3. Una de las medidas más eficaces para prevenir el contagio por COVID 19
8. Uno de los síntomas más comunes del COVID 19

No olvides, el virus continúa.  
Cuida tu salud y la de tus  
seres queridos.