



Semillas de Cambio

Herramientas para cultivar la participación adolescente



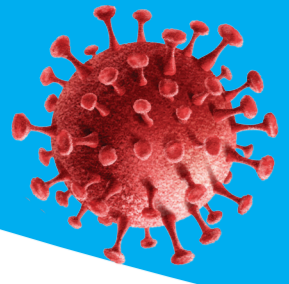
Estrategia Para Aprender a Cuidarnos

RED DE PARTICIPACIÓN
ADOLESCENTES
EN MOVIMIENTO
POR SUS DERECHOS



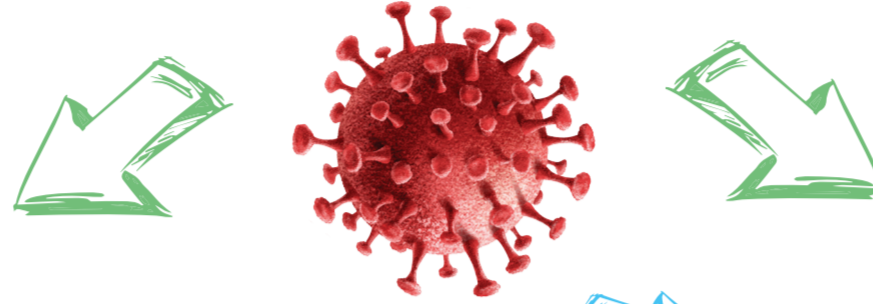
unicef 

para cada infancia



¿Qué es el CoronavirusCOVID-19.....

EL COVID-19 es un nuevo virus que provoca enfermedades respiratorias y pueden llegar a ser leves o severas, como la gripa.



➔ ¿Cómo se transmite?

Se transmite cuando una persona contagiada tose o estornuda y expulsa partículas del virus que entran en contacto directo con otras personas, o por medio de objetos impregnados que las personas tocan con las manos y luego se frotan ojos, nariz y boca. Es muy poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de dos metros

➔ ¿Cuáles son los signos y síntomas?

En la mayoría de los casos se ha presentado fiebre, tos y dificultad para respirar. Si la enfermedad no se trata a tiempo, estos síntomas pueden agravarse



➔ ¿Qué hago para evitar el contagio?

- ✓ Lavarse las manos es la mejor forma porque disminuye un 50% la posibilidad de infectarse
- ✓ Evitar estar cerca de personas que tienen síntomas de gripa
- ✓ Mantener más de dos (2) metros de distancia con personas enfermas
- ✓ Evitar tocarse la boca, nariz y ojos antes de lavarse las manos
- ✓ Desinfectar con alcohol objetos o superficies que se tocan constantemente
- ✓ Mantener la vivienda o lugar de trabajo ventilado
- ✓ No se recomienda el tapabocas en personas que no tienen síntomas de gripa

➔ ¿Cómo se trata el COVID-19?

No tiene tratamiento específico para curarlo. Como toda gripa, la mayoría de personas mejoran con medidas generales como abundante líquido, medicamentos para la fiebre y quedarse en casa hasta curarse completamente. Los casos severos deben buscar atención médica inmediatamente

