

Realmente aterrador

# Relatos de la infección del nuevo coronavirus

## Sobre el nuevo coronavirus

Es una especie de resfriado viral.

La fiebre, el dolor de garganta y la tos a menudo perduran por un tiempo (alrededor de una semana) y muchas personas se quejan de pasar por un fuerte embotamiento, pero algunas personas no presentan síntomas.

Se dice que el período de incubación desde el contagio hasta presentar los síntomas es de 1 a 12,5 días (muchas veces de 5 a 6 días).

Y el contagio es por gotitas respiratorias o contacto cercano.

## Las secuelas

En todo el mundo, muchos informes afirman que a pesar de haber recuperado de la etapa más aguda de la enfermedad, después de la hospitalización y concluido el tratamiento, hay personas que presentan aún continuos síntomas (secuelas) después de sufrir la infección.

Se sabe que incluso personas de síntomas leves pueden padecer secuelas más adelante.

Según informes nacionales e internacionales recibidos hasta el momento, una de cada tres personas infectadas por el nuevo coronavirus ha experimentado padecer al menos de uno o más síntomas de las secuelas.

Entre las más frecuentes se encuentra la fatiga, asfixia, dolor de pecho, malestares y tos.

La duración varía según los síntomas, aunque afirman que podría ser desde varias semanas hasta 6 meses.

< Ejemplo de las secuelas >



Embotamiento



Asfixia



Dolor de pecho



Tos



Pérdida de cabello



PTSD



Insomnio



Trastorno de la memoria



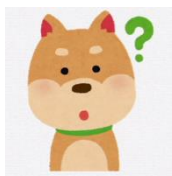
Poca concentración



Depresión

Método de prevención

Es de mucha importancia evitar contagiarse del nuevo coronavirus. Ver la página siguiente para conocer las medidas preventivas.

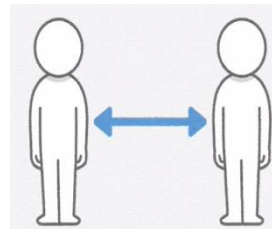


# Puntos para prevenir la propagación de una nueva infección por coronavirus

## Evitar las 3C.

Evitar en absoluto los lugares CERRADOS (espacios de mala ventilación), lugares CONGLOMERADOS ( donde muchos se encuentran reunidos ), contacto CERCANO ( que al estirar los brazos no llegue alcanzarlos ya sea si mantiene o no una conversación con los mismos) , si las tres escenas ocurren en el mismo tiempo el riesgo de propagación es mucho mayor.

Ventilar con frecuencia el ambiente y mantener mas de 2 metros de distancia entre los demás.



## Usar una mascarilla limpia.

Si todos usan la mascarilla puede prevenirse la difusión.  
En casa también usar la mascarilla.  
Reemplazar por una limpia a diario.



## Lavar con frecuencia las manos, gárgaras.

Usar jabón y lavarse con frecuencia las manos, también desinfectar con alcohol.



## Evite compartir la misma toalla.

No compartir la misma toalla.  
La toalla debe ser personal.

## Evite diálogos al comer.

## Separar la comida usando vajillas pequeñas.

En lo posible trate de evitar diálogos durante las comidas.

Evite compartir la vajilla y para separar usar las vajilla pequeñas.

