

Corrientes, 26 de mayo de 2022

## RECOMENDACIONES PARA PREVENIR LA TRANSMISIÓN DEL CORONAVIRUS Y OTROS VIRUS RESPIRATORIOS

Las siguientes medidas deben ser adoptadas como prácticas estándar para la prevención de infecciones respiratorias tales como gripe, coronavirus, entre otros, que se transmiten por gotas de saliva al hablar, toser y estornudar; y que contaminan superficies y objetos en un área de circunferencia de aproximadamente un metro.

- **Disponer de recomendaciones visuales:** poner a disposición del público información sobre la adecuada higiene de manos y la apropiada higiene respiratoria o manejo de la tos ante la presencia de síntomas de una infección respiratoria.
- **Uso adecuado y obligatorio del barbijo** en espacios interiores, incluyendo los ámbitos laborales, educativos, sociales y el transporte público.
- **Asegurar la ventilación de los ambientes:** sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas debe hacerse con regularidad para permitir el recambio de aire mediante la abertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.
- **Desinfección de superficies** con solución desinfectante (lavandina con concentración de 55 gr/litro): debe ser realizada regularmente para minimizar el riesgo de transmisión por contacto: mostradores, barandas, picaportes, puertas, etc. Antes de aplicar cualquier tipo de desinfectante debe realizarse la limpieza de las superficies con agua y detergente.
- **Mantener la higiene adecuada y frecuente de manos** mediante la utilización de soluciones a base de alcohol (por ejemplo, alcohol en gel) y el lavado de manos con agua y jabón.
- **Evitar el uso compartido de utensilios** como ser vaso, cubiertos, bombillas etc.
- **Adecuada higiene respiratoria:** para evitar la diseminación de secreciones al toser o estornudar. Esto es importante, sobre todo, cuando las personas presentan signos y síntomas de una infección respiratoria como resfríos o gripe.
  - Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar.
  - Usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados.
  - Limpiar las manos después de toser o estornudar.
- **Ante la presencia de síntomas**, evitar el contacto con otras personas, no acudir a actividades laborales, sociales, educativas, lugares públicos y evitar el uso del transporte público.
- **Contar con esquemas completo de vacunación** contra el Sars Cov-2
- Si pertenece a la población de riesgo, **contar con dosis de vacuna antigripal anual.**

### ILUSTRACION DEL CORRECTO LAVADO DE MANOS:



**0** Mójese las manos con agua;

**1** Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;

**2** Frótese las palmas de las manos entre sí;

**3** Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

**4** Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

**5** Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

**6** Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

**7** Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;

**8** Enjuáguese las manos con agua;

**9** Séquese con una toalla desechable;

**10** Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;

**11** Sus manos son seguras.

Crédito: OMS

### ILUSTRACION DE LA CORRECTA DESINFECCION DE MANOS:



**1a** Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;

**1b** Frótese las palmas de las manos entre sí;

**2** Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

**3** Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

**4** Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

**5** Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

**6** Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;

**7** Una vez secas, sus manos son seguras.

**8**

Crédito: OMS



**Dra. Angelina Bobadilla**  
DIRECTORA GENERAL DE EPIDEMIOLOGÍA  
Y PATOLOGÍAS REGIONALES