

Mitos del nuevo coronavirus COVID-19

MITO

¿Enjuagarse la nariz con solución salina y hacer gárgaras con enjuague bucal, pueden prevenir el contagio del nuevo coronavirus?

REALIDAD



NO. No hay evidencia de que estas prácticas protejan a las personas de contraer el nuevo coronavirus.

Fuente: OMS <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>



GOBIERNO DE
MÉXICO

[f](#) [v](#) [@](#) [@SaludDGPS](#)

Mitos del nuevo coronavirus COVID-19

MITO

¿La vacuna contra la
Influenza también
protege del nuevo
coronavirus?

REALIDAD



NO. La vacuna contra la influenza no brinda protección contra el nuevo coronavirus, este es tan nuevo y diferente que necesita su propia vacuna. Aunque la vacuna contra la influenza no es efectiva para el COVID-19, vacunarse es muy recomendable para proteger la salud.

Fuente: OMS <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>



GOBIERNO DE
MÉXICO

 @SaludDCPS

¿Por qué acudir al médico cuando tengo síntomas de infección respiratoria?

- Tendrás un **diagnóstico correcto**
- Te indicarán el **tratamiento adecuado**
- Evitarás **complicaciones**



Fuente: www.cdc.gov/es/disasters/diseases/respiratoryic.html



GOBIERNO DE
MÉXICO

f t i @SaludDGPS

¿Por qué usar el estornudo de etiqueta?

- Los **virus viajan** a través de las gotitas de saliva que se expulsan al **hablar, toser o estornudar** hasta a un **metro y medio de distancia**
- Se **evita contagiar** a otras personas
- **Limita la liberación** de gotitas de saliva al medio ambiente
- Evita que las **manos se contaminen** con saliva



Fuente: [www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/influenza-\(seasonal\)](http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/influenza-(seasonal))



GOBIERNO DE
MÉXICO

f t i @SaludDGPS

¿Por qué mantener una higiene adecuada de los entornos?

- **Los virus** pueden ser destruidos con **jabón y cloro**
- Las **superficies** pueden estar **contaminadas** con gotitas de saliva



Fuente: www.cdc.gov/es/disasters/diseases/respiratoryic.html



GOBIERNO DE
MÉXICO

f t i @SaludDGPS

¿Cuándo cambiar el cubreboca?

- 1 Si se humedeció
- 2 Si te lo pusiste en el cuello, en la cabeza o lo retiraste por alguna otra razón
- 3 Si está roto o desgastado
- 4 Después de visitar a un enfermo

No lo reutilices



GOBIERNO DE
MÉXICO

Facebook Instagram YouTube @SaludDGPS

COVID-19

Como personas mayores de 60 años somos más vulnerables a presentar complicaciones graves por el nuevo coronavirus, que podemos prevenir siguiendo estas medidas básicas:



¿Qué puede hacer mi familia?

- Si algún familiar presenta síntomas, pide que mantengan contacto telefónico en lugar de visitar y arriesgar un contagio.
- Si alguien te ayuda a realizar actividades diariamente, planifica quién te puede apoyar si esta persona se enferma.
- Cuando te visiten, evita el contacto directo y saludar de beso/abrazo.
- Mantén una distancia de al menos 1.5 m.
- Pídeles que vayan a comprar tus alimentos y provisiones para que no tengas que salir.



¿Qué puedo hacer yo?

- Al toser o estornudar, cubre tu boca y nariz con un pañuelo desechable o utiliza el ángulo interno del brazo.
- Lávate las manos entre 10 y 20 veces al día con agua y jabón durante por lo menos 20 segundos, sin olvidar la muñeca.
- O bien usa soluciones a base de alcohol gel al 70%.
- Desinfecta superficies con cloro de uso doméstico diluido en agua por lo menos una vez al día. Diluye una cucharada (10 mL) de cloro por cada litro de agua.
- Recuerda que aún no hay medicamentos específicos para esta enfermedad. No te automediques.
- No te toques la cara, ojos o nariz. Si necesitas hacerlo, lávate las manos antes.



Síntomas leves

Si presentas cualquier síntoma común, es recomendable quedarte en casa hasta que pase la enfermedad.

- Tos seca
- Fiebre mayor a 38°
- Dolor de garganta
- Dolor de cabeza
- Dolor abdominal
- Fatiga
- Diarrea
- Esgurrimiento nasal



Síntomas graves

Si presentas síntomas graves, es importante que recibas atención médica. Antes de acudir a tu unidad, marca al 800 2222 668.

- Dificultad para respirar
- Falta de aire
- Dolor persistente en el pecho
- Ir al baño más de 5 veces al día
- Confusión
- Presencia azul en los labios o cara
- Somnolencia
- Delirio



Si vives o asistes a una unidad de cuidado (asilo, residencia geriátrica o centro de día), asegúrate de seguir estas medidas, así como las indicaciones del personal de la unidad.

Si tienes una enfermedad crónica, ten medicación suficiente para los próximos tres meses.



Llama a la línea
800 2222 668

Personal calificado te atenderá y resolverá tus dudas

NO OLVIDES TENER A LA MANO TU NÚMERO DE SEGURIDAD SOCIAL

¿SABES ESTORNUDAR CORRECTAMENTE?

¡Evita contagiar a los demás con los virus que expulsas al estornudar o toser!



Cubre tu boca con un pañuelo desechable y tíralo a la basura.



¡Nunca con las manos!
... o utiliza el ángulo interno del brazo



Después lava tus manos con agua y jabón.



GOBIERNO DE
MÉXICO

[f](#) [t](#) [@](#) [v](#) @SaludDGPS

Nuevo coronavirus **COVID-19**

Medidas de prevención

Lavarse las manos con jabón y agua frecuentemente o bien, usar soluciones a base de alcohol gel al 70%

Cubrirse la nariz y boca al toser o estornudar, con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo

Evitar el contacto directo con personas que tienen síntomas de resfriado o gripe



Fuente: Organización Mundial de la Salud - OMS y Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades



GOBIERNO DE
MÉXICO

f t @ @ @ @SaludDGPS

Mitos del nuevo coronavirus COVID-19

MITO

¿El ajo puede prevenir la infección del nuevo coronavirus?

REALIDAD



NO. El ajo es un alimento saludable, pero no hay evidencia de que comer ajo proteja a las personas del nuevo coronavirus.

Fuente: OMS <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>



GOBIERNO DE
MÉXICO

Facebook Instagram YouTube @SaludOCPS

Mitos del nuevo coronavirus COVID-19

MITO

¿Los antibióticos pueden prevenir y tratar el nuevo coronavirus?

REALIDAD



NO, el COVID-19 es un virus, los antibióticos no funcionan contra virus, por lo tanto, no deben usarse como un medio de prevención o tratamiento.

Fuente: OMS <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>



GOBIERNO DE
MÉXICO

[f](#) [t](#) [@](#) [v](#) @SaludDCPS

Mitos del nuevo coronavirus COVID-19

MITO

¿Perros y gatos pueden transmitir el nuevo coronavirus?

REALIDAD



Actualmente **NO** hay evidencia de que los animales como perros o gatos puedan infectarse con el nuevo coronavirus, aunque siempre es una buena idea lavarse las manos con agua y jabón después del contacto con las mascotas.

Fuente: OMS <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>



GOBIERNO DE
MÉXICO

Facebook Instagram YouTube Twitter @SaludDGPS

Mitos del nuevo coronavirus COVID-19

MITO

¿Se puede contagiar el nuevo coronavirus al recibir un paquete de China?

REALIDAD



NO. Las personas que reciben paquetes o cartas de China no corren el riesgo de contraer el nuevo coronavirus, los coronavirus no sobreviven por mucho tiempo en objetos, como cartas o paquetes.

Fuente: OMS <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>



GOBIERNO DE
MÉXICO

[f](#) [v](#) [@](#) [v](#) @SaludDCPS

Mitos del nuevo coronavirus COVID-19

MITO

¿El nuevo coronavirus solo afecta a las personas mayores?

REALIDAD



El virus COVID-19 puede contagiar a personas de todas las edades, sin embargo las personas adultas mayores y las personas con enfermedades crónicas, pueden ser más susceptibles a enfermarse gravemente.

Fuente: OMS <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>



GOBIERNO DE
MÉXICO

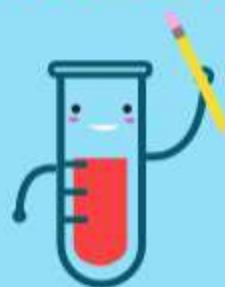
[f](#) [t](#) [@](#) [v](#) @SaludDGPS

Mitos del nuevo coronavirus COVID-19

MITO

¿El nuevo coronavirus se diagnostica con una prueba rápida?

REALIDAD



Positivo

Negativo

NO. El nuevo coronavirus únicamente se confirma a través de una prueba de laboratorio, llamada PCR.

Fuente: Lineamiento Estandarizado para la Vigilancia Epidemiológica y por Laboratorio de Enfermedad por 2019-nCoV_2020_02_07



GOBIERNO DE
MÉXICO

Facebook Instagram YouTube @SaludDOPS