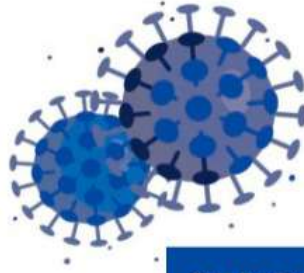


# Que debes saber do novo coronavirus?

Os coronavirus son virus que circulan entre os animais. Porén, estes virus tamén poden afectar os humanos.

O novo coronavirus identificouse na China a finais de 2019 e é unha nova cepa que non se vira antes nos seres humanos.



Os **síntomas** máis comúns da enfermidade provocada polo coronavirus (COVID-19) son:

**FEBRE**



**TOSE**



**SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE**



## TELÉFONO DE INFORMACIÓN PARA A CIDADANÍA

# 900 400 116

## Medidas para protexernos do coronavirus



Lavar as mans frecuentemente.



Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca.



Ao tusir, **cubrir a boca cun pano desbotable** ou contra o brazo co cóbado flexionado.



En caso de ter síntomas respiratorios, **evitar o contacto próximo** con outras persoas.

**AO CHEGAR DUNHA ÁREA DE RISCO OU ENTRAR EN CONTACTO CUNHA PERSOA QUE VEÑA DESTA**



**SÍNTOMAS**

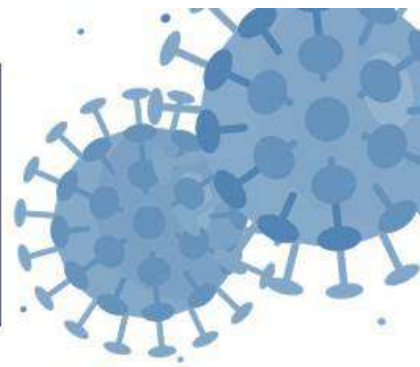


**NON ACUDIR** directamente ao Hospital nin ao C. de Saúde

**CONTACTAR TELEFONICAMENTE co 061**



# ¿QUE LLE DIGO AOS RAPACES E RAPAZAS SOBRE O CORONAVIRUS?



Podes comezar preguntándolles que saben sobre o coronavirus. Resposta a todas as súas dúbidas de maneira sinxela e transmitindo calma.

1. É un novo virus que se descubriu na China en decembro do 2019

2. Os síntomas máis frecuentes son:



FEBRE



TOSE



SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE

Normalmente os casos presentan síntomas leves

3 Recórdalles que está no seu poder o feito de protexerse. ¿Cómo?



Lava as máns frecuentemente con auga e xabón

Ao toser ou esberrar cubre a boca e o nariz co cóbado flexionado ou cun pano que deberás tirar no lixo



Evita tocar os ollos, o nariz e a boca, xa que facilitan a transmisión

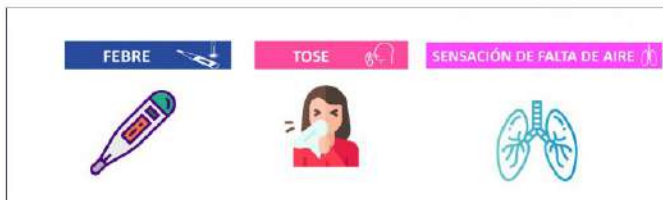
Se te atopas mal, avisa a un adulto



É un momento importante para ensinalles boas medidas de hixiene para toda a súa vida.

# NOVO CORONAVIRUS: QUE FACER?

SE PRESENTAS OS SEGUINTE SINTOMAS:



Se estiveches fai pouco tempo en zona de risco ou tiveches contacto cunha persoa que sexa un caso probable ou confirmado



Fica na casa e chama ao teléfono habilitado  
900 400 116

O 112 e un teléfono de urxencias.  
O seu bon uso depende de todos e todas

## DEBO FACER USO DA MASCARILLA?

A Poboación xeral non precisa uso de mascarillas

As mascarillas axudan a previr a transmisión do virus de QUENES ESTAN ENFERMOS

Os profesionais sanitarios indicarán o uso de mascarillas naquelas situacións nas que se considere preciso





# Técnica do lavado de mans con auga e xabón



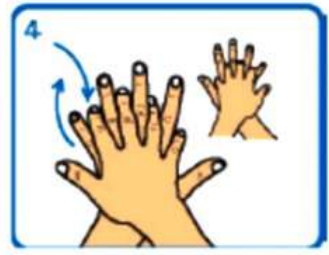
1 Humedecer as mans



2 Aplicar suficiente xabón



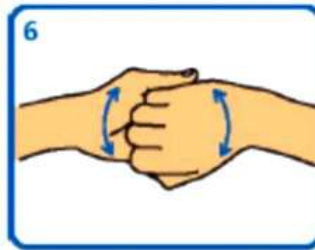
3 Fregar palma sobre palma



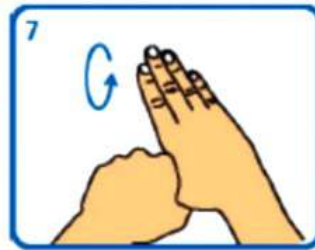
4 Fregar palma sobre dorso cos dedos entrelazados e viceversa



5 Fregar palma sobre palma cos dedos entrelazados



6 Fregar o dorso dos dedos sobre a palma oposta



7 Fregar os polgares mediante un movemento rotatorio



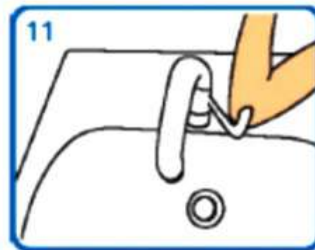
8 Fregar as xemas dos dedos sobre a palma da man contraria cun movemento circular



9 Fregar cada pulso coa man oposta



10 Adarar con auga



11 Pechar a billa co cóbado ou ben cunha toalla desbotable



12 Secar cunha toalla de papel desbotable



13 Este proceso debe levar entre 40 e 60 seg

Adaptado de NHS e World Health Organization Guidelines on Hand Hygiene in Health Care