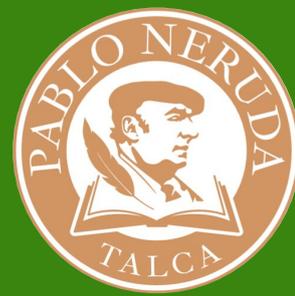
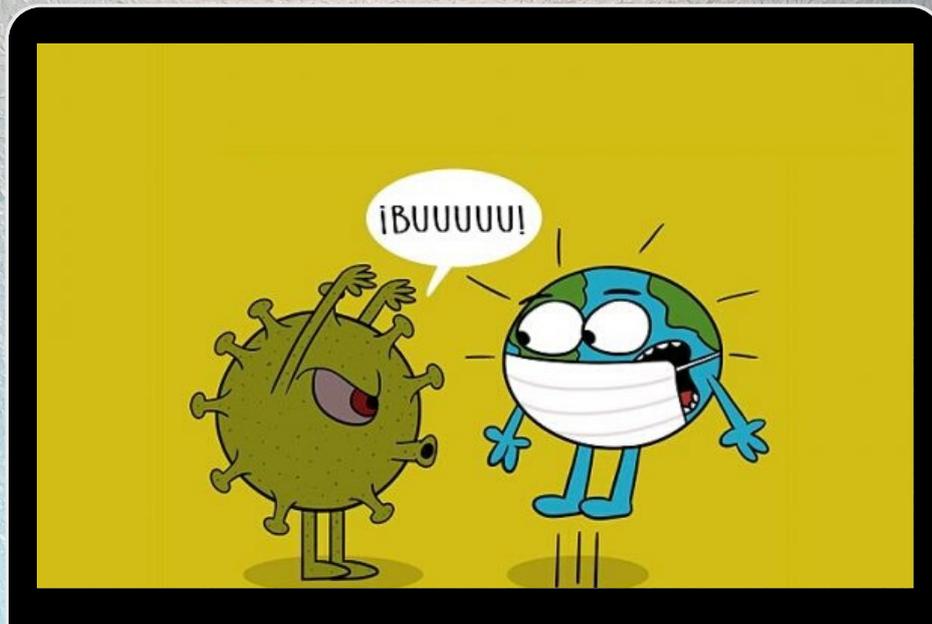


# NERUDA INFORMA

## CONVIVENCIA ESCOLAR



# CORONAVIRUS METE MIEDO



## ¿QUÉ ES Y DE DONDE VIENE ESTE VIRUS?

Polémica a causado el origen del virus, todavía no se descubre de donde proviene el brote.

- **PREVENIR EL CONTAGIO.**
- **SÍNTOMAS DEL VIRUS.**
- **PORQUE ES IMPORTANTE QUEDARSE EN CASA.**
- **CONSEJOS PARA DIVERTIRNOS EN CASA.**

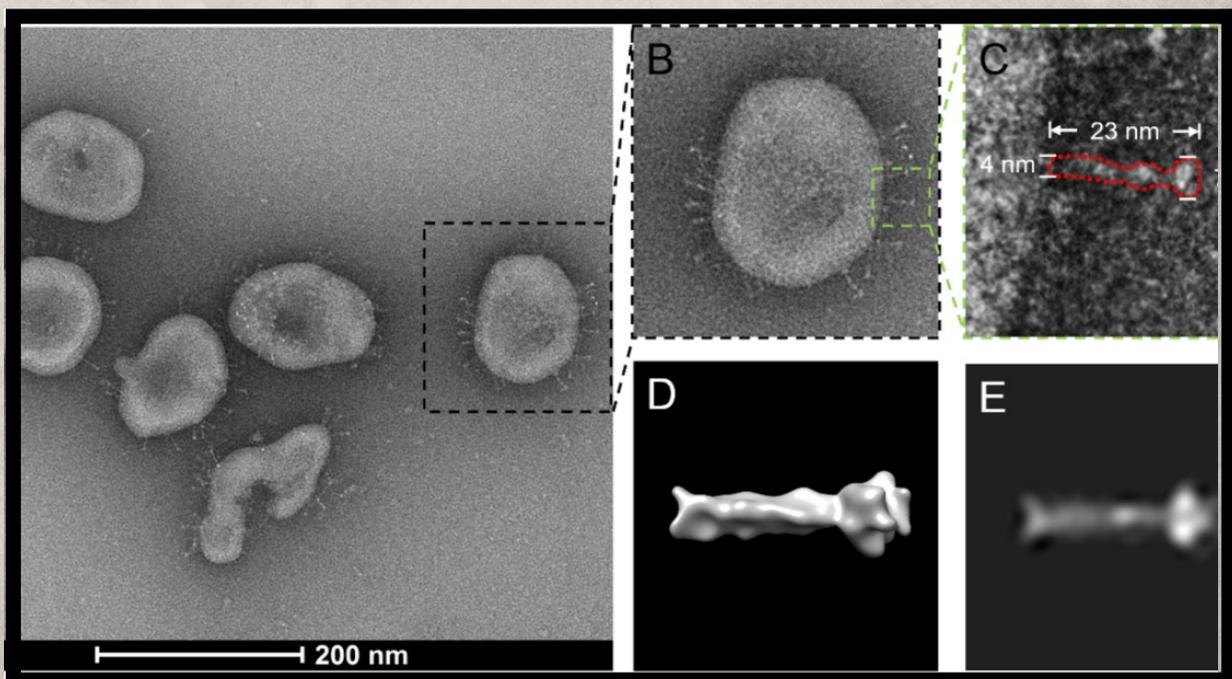
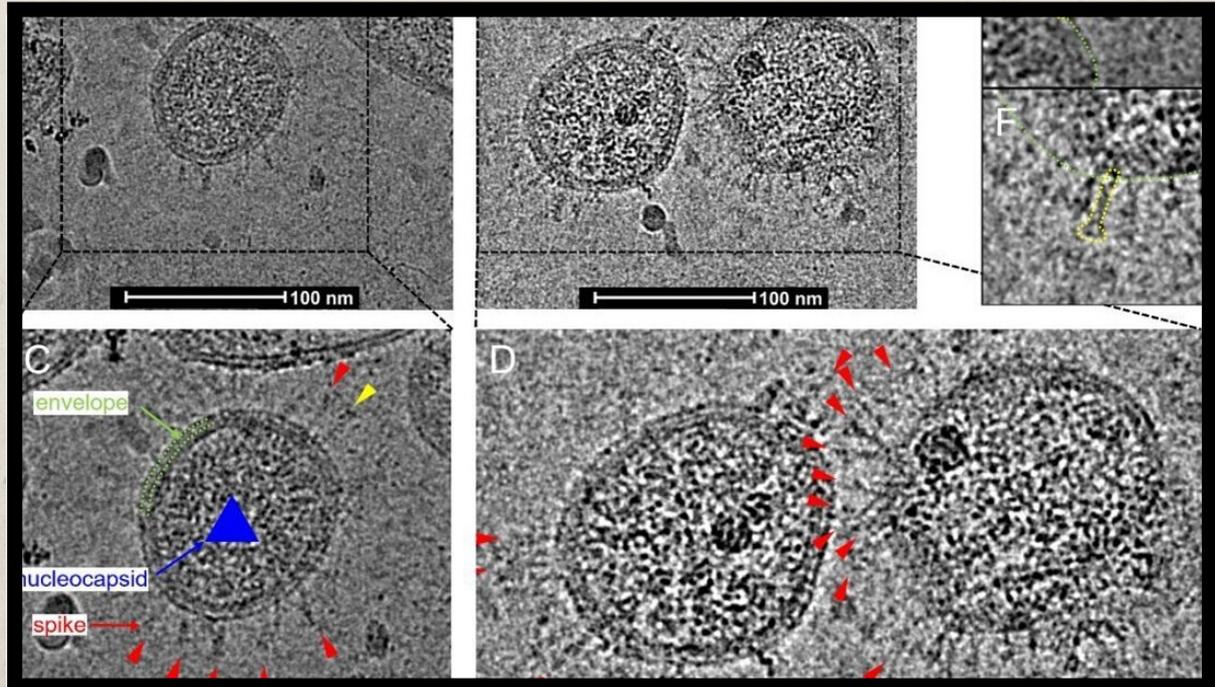


# ¿QUE ES EL CORONAVIRUS?

La familia de coronavirus está compuesta por una serie de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. El último de los coronavirus descubiertos es el **COVID-19**, el que era desconocido antes de que estallara en China a fines del 2019.

**LAS SIGUIENTES IMÁGENES CORRESPONDEN AL VIRUS REAL, MIRADO A TRAVÉS DE UN MICROSCOPIO ELÉCTRICO**

Científicos chinos han captado las primeras imágenes que muestran la apariencia real del nuevo coronavirus .



Esta apariencia es "exactamente igual" a la que el coronavirus "tendría en la naturaleza".

**PARA MAYOR INFORMACIÓN:**

<https://actualidad.rt.com/actualidad/345226-primeras-imagenes-forma-real-coronavirus>

# EL ORIGEN DEL VIRUS

¿DE QUE LUGAR VIENE ESTE VIRUS?

A dos meses y medio del primer caso de coronavirus, aún no sabemos cómo se infectó el paciente cero. La hipótesis original (el virus saltó desde un animal a los humanos en el mercado de Wuhan, China) no se ha podido probar pues el primer infectado no tenía vínculos con ese mercado.



MERCADO DE WUHAN

Allí se vendían pescados, mariscos, especies de fauna salvaje, serpientes, aves y diferentes tipos de carne y animales muertos. El mercado cerró inmediatamente y no se ha abierto desde entonces.



MERCADO DE WUHAN



MERCADO DE WUHAN

Aún quedan varias preguntas por resolver. Pero lo más importante es que no hay datos claros sobre el origen del brote. Investigar la fuente de la enfermedad resulta determinante porque es esencial saber quién o qué infectó al "paciente cero". Comprender las circunstancias específicas, incluidos el comportamiento y las actividades humanas, que condujeron a esta pandemia puede proporcionar pistas sobre los factores de riesgo de futuros brotes.

# ¿COMO NOS AFECTA?

## ¿COMO SE CONTAGIA?

El coronavirus **COVID-19** es una enfermedad infecciosa que puede ser contagiada de diversas maneras.

- Por contacto con otra persona que esté infectada por el virus.
- De persona a persona a través de gotitas procedentes de la nariz o la boca que salen cuando una persona infectada tose o exhala.
- Al tocar objetos o superficies que hayan sido infectadas y luego tocarse los ojos, nariz o boca.
- Contacto físico (como saludar).



## PREVENIR LA PROPAGACION DEL VIRUS EN 07 PASOS

**01 LAVAR LAS MANOS CON FRECUENCIA UTILIZANDO JABÓN.**

**02 EVITA TOCARTE LOS OJOS, NARIZ Y BOCA.**

**03 AL TOSER O ESTORNUDAR CUBRE TU BOCA CON EL ANTEBRAZO O UN PAÑUELO DESECHABLE.**

**04 EVITA LUGARES CON MUCHAS PERSONAS Y SOBRE TODO EVITA EL CONTACTO CON PERSONAS CON TOS Y ESTORNUDOS.**

**05 EVITE SALIR DE SU HOGAR.**

**06 LIMPIAR Y DESINFECTAR SUPERFICIES, OBJETOS Y ESPACIOS DE USO FRECUENTE.**

**07 OBTENGA INFORMACIÓN DE FUENTES CONFIABLES.**



### ACONTINUACION MAYOR INFORMACION:

<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

## ¿QUIENES SON MAS VULNERABLES SEGÚN LA OMS?

Los adultos mayores y las personas que padecen enfermedades crónicas como hipertensión arterial, problemas cardíacos, diabetes, afecciones pulmonares y trasplantes de órganos.



## SINTOMAS DEL CORONAVIRUS

Los síntomas del coronavirus comienzan similares al de una gripe común.

Fatiga, dolores de cabeza y/o musculares, a los que se agregan fiebre (habitualmente sobre  $38^{\circ}\text{C}$ ), tos seca y, en ocasiones, dificultad para respirar y dolor de garganta.

Se estima que los síntomas del coronavirus aparezcan entre 1 a 12 días después de la exposición al virus.

**ASISTE A UN CENTRO ASISTENCIAL SI PRESENTAS ALGUN SINTOMA**



# ¿PORQUE ES IMPORTANTE QUEDARSE EN CASA?

**TODAS LAS PERSONAS CORREN RIESGO  
DE CONTAGIARSE DE CORONAVIRUS.**

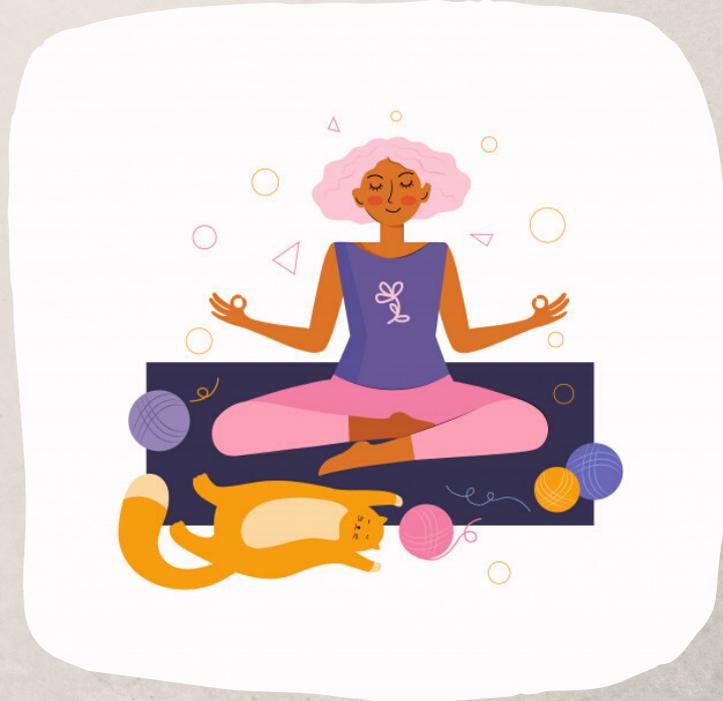
**Para reducir el número de contagios, Para evitar el aumento de pacientes que necesiten cuidados intensivos y por sobre todo, reduce la posibilidad de que los sistemas de salud se vean superados por la atención de pacientes. Quedarse en casa es una de las estrategias mas efectivas para contener la dispersión del virus, sin dejar de lado otras como el lavado de manos, toser y estornudar de forma correcta.**



**El rol que cumple la familia para la salud mental de cada persona en el hogar es fundamental. El cumplimiento de funciones básicas como el cuidado, la protección, la información, el afecto y resolución pacífica de conflictos en pro a un ambiente nutritivo y saludable ayudaran al equilibrio emocional y familiar durante los dias en el hogar.**

# CONSEJOS PARA DIVERTIRNOS EN CASA

Es importante planificar, informarse correctamente y mantener los contactos sociales. Además, podemos aprovechar las singularidades del momento, el tiempo inesperado para desarrollar nuestra creatividad y para hacer deporte en casa. Como fijarse en el estado de salud y de ánimo de quienes nos rodean y actuar adecuadamente ante ellos.



## Pensamientos

Que pensamos sobre lo que nos pasa. Darle sentido a lo que está sucediendo nos ayuda a controlar las situaciones estresantes que generan ansiedad.

Responsabilizarse de ciertas tareas tanto en conjunto como separados para el bienestar familiar.

- Establecer objetivos a corto plazo, con rutinas que ayuden a mejorar el pensamiento y las emociones.
- Acuerda horarios regulares de contacto y sigue conectado con las personas que te rodean.
- Desarrollar manualidades, desarrollar experimentos, juegos, ver películas y series. Tarde de cuentos

