

# *¿Cómo pueden las personas protegerse del coronavirus?*

---



Pese a que no se conoce exactamente el modo de transmisión, si por vía respiratoria, contacto o ambas, se aconseja tomar medidas «similares a las de la gripe» para evitar contagios, teniendo en cuenta lo que sabemos hasta ahora del nuevo coronavirus.

Por ejemplo, aislarse del contacto directo con posibles pacientes enfermos. Pero eso no significa estar a dos metros de distancia, sino tener cuidado con las cosas que tocan, como superficies, picaportes de puertas, etc. El contacto estrecho interpersonal que incluye darse la mano, tocar un objeto o superficie que contenga el virus y luego tocarse la boca, nariz u ojos sin haberse lavado previamente las manos, puede facilitar la transmisión.

Aquellos pacientes con síntomas de una infección respiratoria aguda deberían tomar las siguientes precauciones: mantener cierta distancia con los demás, cubrirse la nariz y la boca con pañuelos desechables o ropa al estornudar o toser y lavarse las manos.

Ahora bien, la OMS recomienda a las personas que viajan y desarrollan síntomas respiratorios durante el viaje, o posteriormente, que soliciten atención médica y expliquen al profesional sanitario el trayecto que han realizado.

**EN RESUMEN: MEDIDAS DE HIGIENE PARA PREVENIR EL CORONAVIRUS**

Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón, pues las gotas que se emiten al estornudar, toser o hablar pueden permanecer en las manos, dando al virus la posibilidad de sobrevivir.

Mantener la higiene nasal, y al toser o estornudar cubrirse boca y nariz con un pañuelo o flexionando el codo

Evitar el contacto con personas enfermas de las vías respiratorias, y el contacto directo con animales.

### **¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?**

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar
- Neumonía
- Dolor muscular

El período de incubación de la enfermedad puede variar de uno a 14 días, tiempo durante el cual el virus es infeccioso.

El Centro para el Control y Prevención de Enfermedades chino anunció este domingo que está desarrollando una vacuna para contrarrestar el coronavirus 2019-nCoV, que ya ha dejado 56 muertos en el país asiático, informa South China Morning Post. (Fuente: Granma).

---

<https://www.radiohc.cu/index.php/noticias/salud/212899-como-pueden-las-personas-protegerse-del-coronavirus>



**Radio Habana Cuba**