

ESTUDIO ENE-COVID19

ESTUDIO NACIONAL DE EPIDEMIOLOGÍA DE LA INFECCIÓN POR SARS-COV-2 EN ESPAÑA

Test rápido de anticuerpos frente a COVID 19: POSITIVO / NEGATIVO (tachar lo que no corresponda)

Como le hemos explicado, el test rápido que le hemos realizado forma parte del estudio de investigación en el que usted ha aceptado participar y en el que el objetivo es conocer **la cantidad de personas en la población general que han estado en contacto con el virus** (proporción de personas con resultado positivo). El resultado es útil en el conjunto de la población, para conocer la evolución de la epidemia y tomar medidas.

Este test no diagnostica la enfermedad. Haber tenido contacto con el coronavirus no significa estar enfermo.

Tampoco nos dice si usted es contagioso o no, es decir, con este resultado no sabemos si usted puede transmitir o no el virus a otras personas.

Por ello, es importante que siga las recomendaciones generales de su Servicio de Salud y Comunidad Autónoma, así como del Ministerio para evitar la transmisión del virus, para lo que dejamos una información general que puede serle de ayuda.

Finalmente, **si usted tiene o ha tenido síntomas** debe comunicarlo al médico de cabecera siguiendo las instrucciones de su Comunidad Autónoma y es importante que siga los consejos de su médico.

Aquí le dejamos las recomendaciones generales que sirven para protegerse usted y proteger a los demás.

¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate las manos frecuentemente



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado



Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralo tras su uso



Si presentas síntomas, aíslate en tu habitación.
[Consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad](#)

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

2 abril 2020

LAVARSE LAS MANOS

PARA PROTEGERSE Y PROTEGER A LOS DEMÁS

¿POR QUÉ?

La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus

¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?

- Tras estornudar, toser o sonarse la nariz.
- Después del contacto con alguien que estornuda o tose
- Después de usar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias.
- Antes de comer

Mójate las manos con agua y aplica suficiente jabón

Frótate las palmas de las manos entre sí

Frótate la palma de una mano contra el dorso de la otra entrelazando dedos

Frótate las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados

Frótate el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra

Con un movimiento de rotación, frótate el pulgar atrapándolo con la palma de la otra mano

Frótate los dedos de una mano con la palma de la otra con movimientos de rotación

Enjuégate las manos con agua

Sécate las manos con una toalla de un solo uso

40-60"



Nuevo coronavirus: Qué hacer

Si presentas alguno de los siguientes síntomas:

Fiebre



Tos



Quédate en casa y llama al teléfono habilitado en tu Comunidad Autónoma

Si tienes:

Sensación de falta de aire



Empeoramiento

Sensación de gravedad

Llama al 112

Es un teléfono de urgencias. Su buen uso depende de todos.

Andalucía	900 400 061 / 955 545 060
Aragón	976 696 382
Asturias	900 878 232 / 984 100 400 / 112 marcando 1
Cantabria	900 612 112
Castilla La Mancha	900 122 112
Castilla y León	900 222 000
Cataluña	061
Ceuta	900 720 692
C. Madrid	900 102 112
C. Valenciana	900 300 555
Extremadura	112
Galicia	900 400 116
Islas Baleares	061
Canarias	900 112 061
La Rioja	941 298 333
Melilla	112
Murcia	900 121 212
Navarra	948 290 290
País Vasco	900 203 050



Recomendaciones para la limpieza en la vivienda



En tiempos de COVID-19 y para prevenir otras infecciones

Generalidades



Ventilar frecuentemente las habitaciones, 5 minutos/día como mínimo.

Lavado de ropa: no sacudir, usar agua caliente cuando sea posible.

Si hay un caso confirmado o caso sospecho de COVID-19 seguir las recomendaciones de limpieza de aislamiento domiciliario.

Zonas y superficies de especial interés



Cocina

Baño

Todas las superficies que se tocan con frecuencia

- › Pomos y manecillas de puertas, de ventanas, de cajones, de armarios
- › Barandillas y pasamanos
- › Interruptores, botones, pulsadores
- › Botones de ascensores
- › Teléfono, telefonillo
- › Mandos a distancia
- › Superficies que se tocan de electrodomésticos, mesas, sillas y otros muebles
- › Grifos
- › Utensilios de cocina

¿Cómo proceder?



Usar agua y jabón (o un limpiador común)



En caso de superficies que se toquen muy frecuentemente y en el baño, después del paso anterior, **desinfectar**.



Si usas lejía: mezclar 20 ml de lejía (de 3-5%) con 980 ml de agua, justo antes de limpiar. Dejar actuar 5 minutos y aclarar. También puedes utilizar desinfectantes virucidas autorizados (ver listado de productos en la web del ministerio)

- › Limpiar frecuentemente
- › Usar guantes y ropa de limpieza
- › Seguir las indicaciones de las etiquetas y no mezclar productos
- › Utilizar paños diferentes para desinfectar
- › Lavar y secar bien los materiales de limpieza
- › Lavarse siempre las manos al terminar

31 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob

¡ESTE VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS



Si tienes que salir: recomendaciones para evitar llevar el virus a casa



Fuera de casa

- Procura no tocar superficies y cuando lo hagas **lávate bien las manos** con agua y jabón
- La limpieza adecuada y frecuente de manos es más eficaz que el **uso de guantes**
- Evita tocarte **ojos, boca o nariz**
- Mantén la distancia de seguridad de **1-2 m**
- Si usas coche, límpialo frecuentemente, sobre todo las superficies que más se tocan



Al llegar a casa

- Quitate los **zapatos** y déjalos cerca de la puerta
- **Lávate las manos** con agua y jabón
- Separa los **objetos que no necesites** en casa (llaves o cartera) y déjalos en una caja cerca de la puerta
- Desinfecta los **otros objetos que hayas usado fuera** (móvil o gafas), usa pañuelos desechables y solución alcohólica, o agua y jabón



¿Has estado en un ambiente cerrado con más personas de una manera continuada?

- Separa en una bolsa **la ropa que hayas usado**, sin sacudirla. Ciérrala y no la saques hasta volver a usarla para salir o hasta lavarla con agua caliente. Sécala bien. Lávate bien las manos después de manipularla



10 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

#ESTE VIRUS
LO PARAMOS
UNIDOS

