



# COVID-19 CORONAVIRUS

La forma más efectiva de **DETENER NUEVAS VARIANTES** es limitando la transmisión del COVID-19

**Hazlo todo** para evitar nuevos contagios



VACÚNATE



Lava tus manos



Usa barbijo



Mantén una distancia segura



Ventila los espacios



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



## caja petrolera de salud

## VIRUELA DEL MONO: LO QUE NECESITAS SABER

**Si cree que tiene la viruela del mono:**

- ▶ Pida consejo a un médico.
- ▶ Aíslese en casa si es posible.
- ▶ Protega a los demás evitando el contacto cercano con ellos.
- ▶ Utilice una mascarilla y evite tocar si tiene que tener un contacto cercano.
- ▶ Evite contacto cercano en caso de sospecha



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



COVID-19  
CORONAVIRUS



## Conoce los síntomas del COVID-19 y si los tienes, hazte la prueba

### ► Síntomas leves:

- Fiebre alta
- Escalofríos
- Tos
- Cansancio
- Dolores musculares y corporales
- Pérdida de olfato y gusto
- Dolor de garganta
- Congestión Nasal
- Problemas gastrointestinales

...en general, no requieren atención médica especializada

“Si presenta signos o síntomas graves busque  
atención médica de inmediato”



OPS



/CojoPetroleroBO



@CojoPetroleroBO



CojoPetroleroBO



COVID-19  
CORONAVIRUS



## Si crees que tienes COVID-19 pero no has podido hacerte la prueba

► **Quédate en casa** de 10  
a 14 días

Y no olvides:



Lavar tus  
manos



Mantener la  
distancia



Usar barbijo



Evitar  
aglomeraciones



OPS



/CojoPetroleroBO



@CojoPetroleroBO



CojoPetroleroBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## El virus se propaga principalmente de persona a persona

- ▶ Por medio de gotículas respiratorias expulsadas a través de la boca o la nariz al toser, estornudar, hablar o cantar.
- ▶ Por eso es importante evitar el contacto directo o cercano (menos de 1,5 metros de distancia).



OPS



/OjalaPetrolerosBO



@OjalaPetrolerosBO



OjalaPetrolerosBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## Como utilizar un barbijo quirurgico de forma segura



Lávese las manos antes de tocar el barbijo.



Comprúebelo que no esté rasgado ni con agujeros.



Localice la parte superior, donde está la pieza metálica o borde rígido.



Asegúrese que el lado de color quede hacia afuera.



Coloque la pieza metálica o borde rígido sobre la nariz.



Cúbrase la boca, la nariz y el mentón



Ajústela para que no queden aberturas por los lados



Evite tocarla



Quítesela desde detrás de las orejas o cabeza.



Mientras se la quite manténgala alejada de usted y de cualquier superficie



Botela de inmediato después de usarla, en un recipiente con tapa.



Lávese las manos

OPS



/OjalaPetrolerosBO



@OjalaPetrolerosBO



OjalaPetrolerosBO



# COVID-19

## CORONAVIRUS



¿Eres joven y saludable?

Tú también puedes contagiarte de COVID-19

Evita el contagio:



Lava tus manos



Mantén la distancia



Vacúnate



Evita aglomeraciones



Usa barbijo



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19

## CORONAVIRUS



Indicaciones básicas sobre la manera correcta de ponerse la mascarilla:



Lávese las manos antes de ponerse la mascarilla, y también antes y después de quitársela y cada vez que la toque.



Asegúrese de que le cubre la nariz, la boca y el mentón.



Cuando se quite la mascarilla, guárdela en una bolsa de plástico limpia; si es de tela lávela cada día y si es una mascarilla médica, tírela a un cubo de basura.



No utilice mascarillas con válvulas.



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



## COVID-19 CORONAVIRUS

### Quienes deciden NO vacunarse contra el COVID-19

- ▶ Tienen **3 veces más** probabilidades de infectarse.
- ▶ Tienen **8 veces más** probabilidades de tener síntomas cuando se infectan.
- ▶ Tienen **25 veces más** probabilidades de ser hospitalizados.
- ▶ Por eso **25 veces** la mejor opción es vacunarse

**¡VACUNÉMONOS!**



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



## COVID-19 CORONAVIRUS

### El COVID-19 sigue entre nosotros

Estás en mayor riesgo de contraer o propagar el **coronavirus** en algunos entornos, incluso cuando se levanten algunas medidas, mantente seguro **evitando las 3C**

- ▶ **ESPACIOS CERRADOS** y con poca ventilación.
- ▶ **ESPACIOS CONCURRIDOS** con muchas personas cerca.
- ▶ **ESPACIOS QUE FAVORECEN EL CONTACTO CERCANO** especialmente las conversaciones muy cerca.



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



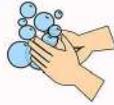
CajaPetroleraBO



# Medidas para reducir el riesgo de infección

# CORONAVIRUS

1. Lava tus manos con agua y jabón o desinfectante para manos a base de alcohol.



5. Usa protección al tener contacto con animales vivos, de granja o salvajes.



2. Cubre tu nariz y tu boca al toser y estornudar con pañuelos desechables o con tu antebrazo.



6. Evita las aglomeraciones.



3. Evita el contacto cercano con cualquier persona con gripe o síntomas de resfrío.



7. Acuda al médico si presenta síntomas.



4. Cocina bien la carne y los huevos.



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



## COVID-19 CORONAVIRUS



### Luchemos contra la 4º OLA del COVID-19

### Lavado correcto de las manos



Moja tus manos



Agrega jabón



Frota las palmas de tus manos



Frota entre tus dedos



Frota también tus pulgares



Y tus muñecas



Enjuagate



¡Sécate y listo!





# COVID-19

## CORONAVIRUS



### ¿QUÉ PODEMOS HACER PARA PROTEGERNOS DEL COVID-19?



Lavarse las manos frecuentemente o usar alcohol al 70%.



Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y boca con el codo o con un pañuelo o con el ángulo inferior del brazo.



Desinfectar de manera regular dispositivos electrónicos, computadoras, etc., que se usen con frecuencia.



No tocarse la cara con las manos sucias, sobre todo, nariz, boca y ojos.



Limpiar constantemente objetos de uso común y limpiar la entrada de luz con alcohol.



Evitar en lo posible contacto con personas que tengan síntomas de gripe o resaca.



Mantén 1.5 metros de distancia.



Uso obligatorio de mascarilla.



@DjsPielosa80



@DjsPielosa80



DjsPielosa80



# COVID-19

## CORONAVIRUS



Las mismas medidas de prevención contra el COVID-19 que ya conocemos Son efectivas contra cualquier variante de este virus.



Lavado de manos



Distanciamiento social



Ventila



Vacúnate



Usa mascarilla



OPS



Organización Panamericana de la Salud



@DjsPielosa80



@DjsPielosa80



DjsPielosa80



**COVID-19**  
CORONAVIRUS



## EVITA MULTITUDES

❖ INCLUSO DESPUES DE VACUNARTE



¡VACÚNATE!



**COVID-19**  
CORONAVIRUS



## USA UNA MASCARILLA



**INCLUSO DESPUÉS DE VACUNARTE**





COVID-19  
CORONAVIRUS



EVITA  
MULTITUDES

INCLUSO DESPUÉS  
DE VACUNARTE



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



COVID-19  
CORONAVIRUS



Reduce tu riesgo  
de contraer COVID-19

- Los espacios al aire libre son siempre **MÁS SEGUROS** que los lugares cerrados, en particular si los cerrados son pequeños o carecen de buena ventilación.



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO





# COVID-19 CORONAVIRUS

## Cuatro recomendaciones para tu salud mental durante el COVID-19



Cuídate



Evita demasiadas noticias negativas



Busca la compañía de otros



Aprovecha tu tiempo al máximo



OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## ¿Las personas con sistema inmunitario débil se pueden vacunar contra el COVID-19?

- ▶ La vacuna es una de las indicaciones, debe hacer bajo supervisión médica, porque debe garantizarse que sus niveles de respuesta, glóbulos blancos estén en los niveles adecuados.



OPS



/CojaPetroleraBO



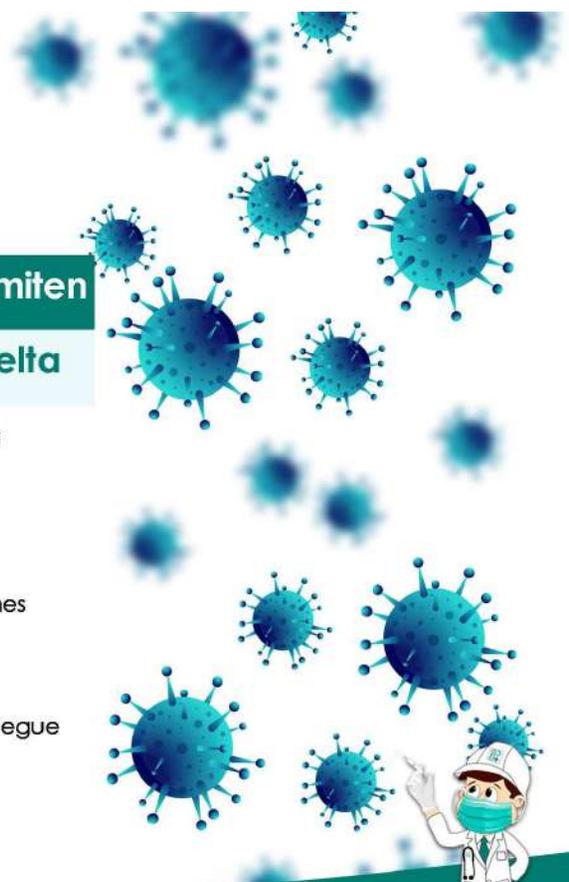
@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS



## Algunas variantes de COVID-19 se transmiten más rápido, incluyendo la variante Delta

► Debemos usar todas las herramientas que tenemos para protegernos y proteger a los demás



Vacúnate



Mantén una distancia segura y evita aglomeraciones



Usa barbijo



Al toser o estornudar cubre tu nariz y boca con el pliegue del codo, o con un pañuelo desechable



Abre las ventanas y ventila los espacios



Lava tus manos regularmente

OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## ¿Funcionan las vacunas contra la COVID-19?

► **Sí**, las vacunas contra la COVID-19 autorizadas han proporcionado información, a través de sus ensayos clínicos, sobre su eficacia para prevenir la enfermedad.

► La eficacia de las vacunas sigue siendo objeto de un estrecho seguimiento incluso después de su introducción en un país. Sólo las vacunas que han demostrado ser seguras y eficaces para prevenir la enfermedad serán aprobadas para su uso en la población.



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS



## LA OMS/OPS recomienda la vacunación contra el COVID-19

- ▶ **ESPECIALMENTE** para los trabajadores de salud, las personas mayores y las personas con comorbilidades.
- ▶ **TODAS LAS VACUNAS** aprobadas funcionan **PARA PREVENIR ENFERMEDAD GRAVE** y la muerte por COVID-19.
- ▶ **LA MEJOR VACUNA** es la **PRIMERA** que esté disponible



OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS



## LA MEJOR VACUNA es la PRIMERA que esté disponible

- ▶ Todos los medicamentos, incluidas las vacunas, **TIENEN EFECTOS SECUNDARIOS POTENCIALES** que a menudo son **leves o moderados**.
- ▶ En casi todos los casos, los efectos secundarios de las vacunas **SON LEVES Y DESAPARECEN RÁPIDAMENTE**
- ▶ Los eventos adversos graves incluidos los coágulos de sangre **SON MUY RAROS** y cuando ocurren deben ser monitoreados cuidadosamente.



OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO





**COVID-19**  
CORONAVIRUS



## Conoce los síntomas del COVID-19 y si los tienes, hazte la prueba

### ► Síntomas leves:

- Fiebre alta
- Escalofríos
- Tos
- Cansancio
- Dolores musculares y corporales
- Pérdida de olfato y gusto
- Dolor de garganta
- Congestión Nasal
- Problemas gastrointestinales

...en general, no requieren atención médica especializada

**“Si presenta signos o síntomas graves busque  
atención médica de inmediato”**



OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



**COVID-19**  
CORONAVIRUS



## MANTÉN UNA DISTANCIA SEGURA



**INCLUSO DESPUÉS  
DE VACUNARTE**



OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS



## Indicaciones básicas sobre la manera correcta de ponerse la mascarilla:



Lávese las manos antes de ponerse la mascarilla, y también antes y después de quitársela y cada vez que la toque.



Asegúrese de que le cubre la nariz, la boca y el mentón.



Cuando se quite la mascarilla, guárdela en una bolsa de plástico limpia; si es de tela lávela cada día y si es una mascarilla médica, tírela a un cubo de basura.



No utilice mascarillas con válvulas.



OPS



/CojaPetroleoBO



@CojaPetroleoBO



CojaPetroleoBO

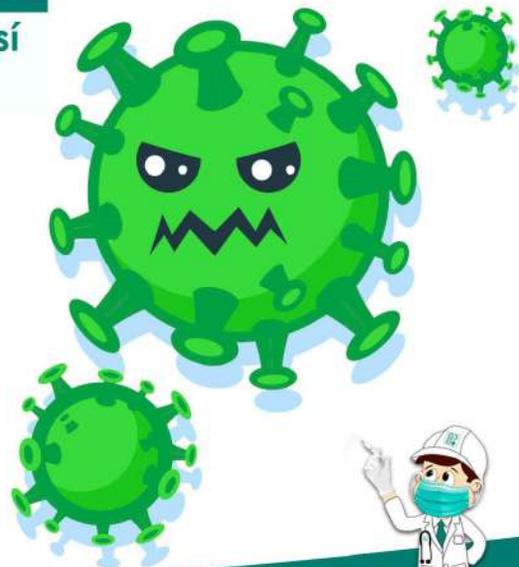


# COVID-19 CORONAVIRUS



## ¿Cómo distinguir las infecciones bacterianas de las virales, como el COVID-19? y así tratarlas con antibióticos?

- ▶ Con pruebas de laboratorio y un diagnóstico certero.
- ▶ Los antibióticos **NO** funcionan contra los **virus**. **SÍ** funcionan contra las **bacterias**.
- ▶ Tome antibióticos solo cuando se lo receten.



OPS



/CojaPetroleoBO



@CojaPetroleoBO



CojaPetroleoBO





# COVID-19 CORONAVIRUS

## Los coágulos de sangre y las vacunas contra el COVID-19

- ▶ El riesgo de efectos secundarios graves después de la vacunación con AstraZeneca o Janssen **es muy pequeño.**
- ▶ Si tienes **alguno de estos síntomas** dentro de los 10 días posteriores a la vacunación, contacta a un profesional de salud inmediatamente:
  - Dolor de cabeza intenso o visión borrosa
  - Dificultad para respirar
  - Vómito
  - Dolor torácico o abdominal
  - Hinchazón de las piernas o moretones en la piel
- ▶ Los beneficios de las vacunas contra el COVID-19 **son mayores que los riesgos.**



OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## LAS VACUNAS NO CAUSAN MAGNETISMO

- ▶ Las vacunas COVID-19 no pueden y no te harán magnético, ni siquiera en el lugar de la inyección. Las vacunas están libres de metales que podrían causar una atracción magnética a tu cuerpo.



OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



# COVID-19

## CORONAVIRUS



### ES MEJOR VACUNARTE QUE CONTAGIARTE DE LA COVID-19

- ▶ Las vacunas contra el COVID-19 crean inmunidad sin los daños asociados a la enfermedad, incluidos los efectos a largo plazo y la muerte.

## ¡VACÚNATE!



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19

## CORONAVIRUS



### SÍNTOMAS DE LA VARIANTE ÓMICRON

- ▶ Cansancio extremo
- ▶ Fiebre baja
- ▶ Dolores corporales
- ▶ Dolor de cabeza
- ▶ Picazón en la garganta

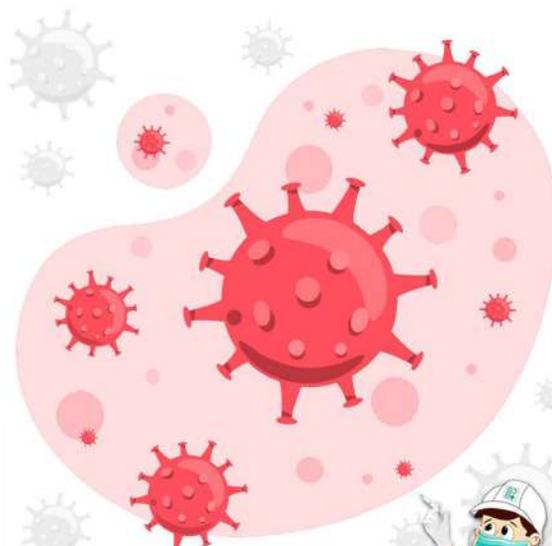
#### NO PRESENTA

- Tos o tos ligera
- Pérdida de olfato o de gusto

#### OBSERVACIONES:

La mayoría son **hombres jóvenes de 30 a 40 años.**

Se ha visto un aumento en las **reinfecciones** de personas que ya tuvieron COVID-19.



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

La forma más efectiva de **DETENER NUEVAS VARIANTES** es limitando la transmisión del COVID-19

► **Hazlo todo** para evitar nuevos contagios



VACÚNATE



Lava tus manos



Usa barbijo



Mantén una distancia segura



Ventila los espacios



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

La forma más efectiva de **DETENER NUEVAS VARIANTES** es limitando la transmisión del COVID-19

► **Vacúnate** y sigue con las medidas de salud pública para evitar nuevos contagios.

► Hasta ahora **las vacunas han demostrado ser efectivas** contra las variantes del virus que causa el COVID-19.



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



## COVID-19 CORONAVIRUS

### Luchemos contra 4° OLA del COVID-19

No bajas la guardia contra el COVID-19,  
incluso después de recibir la vacuna

- ▶ Ninguna vacuna es 100% efectiva, 1 de cada 20 personas todavía puede contagiarse de COVID-19 después de la vacuna.
- ▶ Las vacunas no funcionan al instante, tu sistema inmunitario tarda alrededor de dos semanas en protegerse.
- ▶ Todavía puedes contagiar el virus, la mayoría de las vacunas previenen que te enfermes, pero no de pasar el virus a otros si te infectas.
- ▶ Los barbijos protegen en contra de nuevas variantes, algunas son más contagiosas.



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



## COVID-19 CORONAVIRUS

### Luchemos contra 4° OLA del COVID-19

Cúbrase la nariz y la boca al toser y estornudar

- ▶ Si tiene una mascarilla puesta: puede toser o estornudar en su mascarilla. Colóquese una mascarilla nueva y limpia lo antes posible y lávese las manos.
- ▶ Si no tiene puesta una mascarilla:  
Siempre cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar, o hágalo en la parte interna del codo y no escupa.  
Bote los pañuelos desechables usados a la basura.
- ▶ Lávese las manos inmediatamente con agua y jabón por al menos 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón, límpiense las manos con un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol.



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## Luchemos contra 4° OLA del COVID-19



### PROTECTOR FACIAL

Si lo usa, hágalo correctamente



### RECUERDE: EL PROTECTOR FACIAL

- ▶ No reemplaza a la mascarilla
- ▶ No deben usar recién nacidos ni lactantes

*"El protector facial debe limpiarse después de cada uso, con agua y jabón o con alcohol".*

OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## Algunas variantes del COVID-19 pueden contagiarse fácilmente

Frena el contagio del COVID-19 y sus variantes siguiendo estas medidas:



Lava tus manos



Mantén la distancia



Usa barbijo



Evita aglomeraciones



VACÚNATE



OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



caja petrolera de salud

## ¿CÓMO USAR EL BARBIJO?

► Para usarlo hay que seguir los siguientes pasos:

- 1- Es fundamental lavarse las manos con agua y jabón siempre que se manipule el barbijo
- 2- Colocarse el barbijo cubriendo la nariz, la boca y el mentón, ajustándolo bien.
- 3- Una vez que te retires el barbijo, si es reutilizable y no está húmedo o sucio, guardarlo en una bolsa seca y respirable (como una bolsa de papel o de tela) para mantenerlo limpio entre cada uso. Si es descartable, se puede desechar en un cesto de residuos de forma segura.



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



COVID-19  
CORONAVIRUS



## Las mujeres con COVID-19 pueden amamantar si lo desean



Practicar la higiene respiratoria y usar barbijo.



Lavarse las manos antes y después de tocar a su bebé.



Limpiar y desinfectar rutinariamente las superficies.



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## ¡No bajas la guardia!

Sigue cuidándote para prevenir contagiarte de COVID-19 y sus variantes.



Lava tus manos frecuentemente con agua y jabón



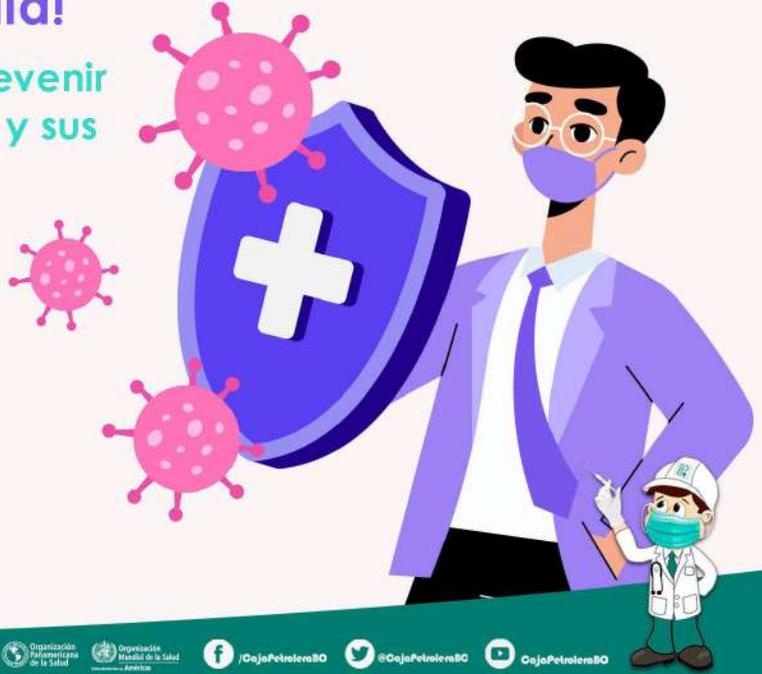
Usa barbijo



Mantén la sana distancia



VACÚNATE



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## El COVID-19 sigue entre nosotros

### TIPOS DE BARBIJO



**KN 95**  
95% de protección



**QUIRÚRGICOS**  
95% de protección



**FFP-1**  
95% de protección



**NEOPRENO**  
0% de protección



**TELA**  
0% de protección



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## El COVID-19 sigue entre nosotros

### LA VACUNACIÓN es un acto colectivo



Quando te vacunas no sólo te proteges a ti, también ayudas a proteger a quienes no están vacunados, o no pueden hacerlo.



OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS

## Protégete contra la INFLUENZA y el COVID-19



Lava tus manos regularmente



Al toser o estornudar, cubre tu nariz y boca con el pliegue del codo o con un pañuelo desechable



Abre las ventanas y ventila los espacios



Mantén una distancia segura y evita las aglomeraciones



Usa barbijo



**VACÚNATE** contra la influenza y COVID-19



OPS



/CojaPetroleraBO



@CojaPetroleraBO



CojaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS



## LA VACUNA ES LA MEJOR PROTECCIÓN

► Para disminuir considerablemente el riesgo de contagio por COVID-19 y prevenir la hospitalización y la muerte.

### ¡Vacúnate!



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



# COVID-19 CORONAVIRUS



## Luchemos contra 4º OLA del COVID-19



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO





COVID-19  
CORONAVIRUS



## QUÉDATE EN CASA SI NO TE SIENTES BIEN

- Hazlo para **proteger**te a ti, a tu familia, y a la comunidad durante las fiestas de fin de año.



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO



COVID-19  
CORONAVIRUS



## VACUNADO O NO...

SIGUE CUIDÁNDOTE DEL COVID-19

# ¡USA TU BARBIJO!



OPS



/CajaPetroleraBO



@CajaPetroleraBO



CajaPetroleraBO