Prevención

- Evita eventos con mucha gente, y reuniones multitudinarias.
- Evita contacto cercano (menos de 6 pies o 2 metros) con cualquier persona que esté enferma o que presente síntomas.
- Quédate en casa cuanto sea posible y mantén distancia entre tú y otros (6 pies o 2 metros) si COVID-19 se está propagando en tu comunidad, especialmente si corres un riesgo más alto de una enfermedad grave. Ten en cuenta que algunas personas pueden tener COVID-19 y contagiar a otros, aunque no tengan síntomas ni sepan que tienen COVID-19
- Lávate las manos con frecuencia con agua y jabón por lo menos por 20 segundos, o usa un desinfectante para manos con base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol.
- Cúbrete la cara con una mascarilla de tela cuando estés en lugares públicos, como la tienda o el supermercado, donde es difícil evitar el contacto cercano con otros, especialmente si estás en un área donde continúa el contagio a nivel de la comunidad. Usa solo mascarillas de tela que no son para uso médico — las mascarillas quirúrgicas y los respiradores N95 deben reservarse para los proveedores de atención médica.
- Cúbrete la boca y la nariz con el codo o un pañuelo descartable al toser o estornudar. Desecha el pañuelo descartable usado.
- Evita tocarte los ojos, la nariz, y la boca.
- Evita compartir platos, vasos, ropa de cama y otros objetos de la casa si estás enfermo.
- Limpia y desinfecta diariamente las superficies que se tocan con frecuencia, como los pestillos de las puertas, los interruptores de luz, los dispositivos electrónicos, y las encimeras.
- Quédate en casa y no vayas al trabajo, a la escuela, ni a lugares públicos si estás enfermo, a no ser para recibir atención médica. Evita el transporte público, los taxis y los viajes compartidos si estás enfermo.

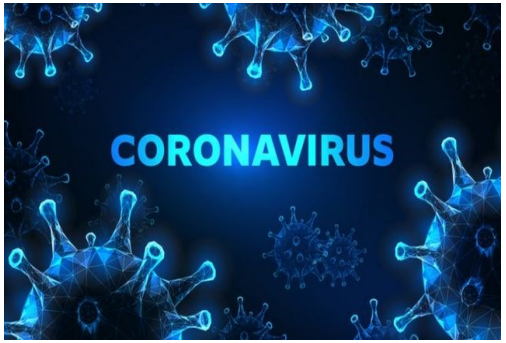
OL INGENIERIA DE CONSTRUCCION SAS

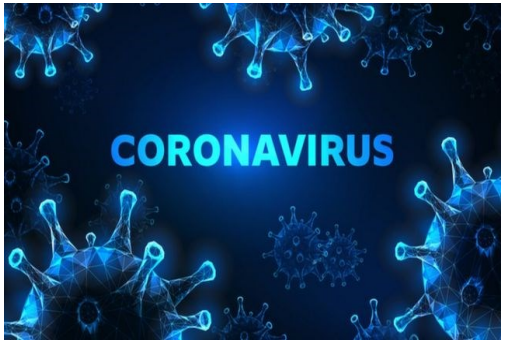
Centros de trabajo (Yopal, Chapinero, Medellín, Cartagena, San Andrés Islas)
Sede principal carrera 65 # 1-6
Medellin, Antioquia

Teléfono: 3615826 - 3216410224

Correo electrónico:
olingenieriaca@gmail.com

COVID-19 Coronavirus





CORONAVIRUS

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19.

COVID 19

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente la COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo.

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los síntomas más habituales de la COVID-19 son la fiebre, la tos seca y el cansancio. Otros síntomas menos frecuentes que afectan a algunos pacientes son los dolores y molestias, la congestión nasal, el dolor de cabeza, la conjuntivitis, el dolor de garganta, la diarrea, la pérdida del gusto o el olfato y las erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies. Estos síntomas suelen ser leves y comienzan gradualmente. Algunas de las personas infectadas solo presentan síntomas levísimos.

¿Cómo se propaga la COVID-19?

Una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad se propaga principalmente de persona a persona a través de las gotículas que salen despedidas de la nariz o la boca de una persona infectada al toser, estornudar o hablar. Estas gotículas son relativamente pesadas, no llegan muy lejos y caen rápidamente al suelo. Una persona puede contraer la COVID-19 si inhala las gotículas procedentes de una persona infectada por el virus. Por eso es importante mantenerse al menos a un metro de distancia de los demás. Estas gotículas pueden caer sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, como mesas, pomos y barandillas, de modo que otras personas pueden infectarse si tocan esos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. Por ello es importante lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol.

¿Cómo podemos protegernos a nosotros mismos y a los demás si no sabemos quién está infectado?

Practicar la higiene respiratoria y de las manos es importante en TODO momento y la mejor forma de protegerse a sí mismo y a los demás. Cuando sea posible, mantenga al menos un metro de distancia entre usted y los demás. Esto es especialmente importante si está al lado de alguien que esté tosiendo o estornudando. Dado que es posible que algunas personas infectadas aún no presenten síntomas o que sus síntomas sean leves, conviene que mantenga una distancia física con todas las personas si se encuentra en una zona donde circule el virus de la COVID-19.

¿Qué puedo hacer para protegerme y prevenir la propagación de la enfermedad?

- Uso adecuadamente de la mascarilla médica (Antifluido)
- Lávese las manos a fondo y con frecuencia usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón..
- Mantenga una distancia mínima de un metro entre usted y los demás
- Evite ir a lugares concurridos
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Tanto usted como las personas que lo rodean deben asegurarse de mantener una buena higiene respiratoria. Eso significa cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo al toser o estornudar. Deseche de inmediato el pañuelo usado y lávese las manos.

