



# LEGISLATURA

---

PROVINCIA DEL NEUQUÉN

Repasemos las medidas de prevención para lograr un  
ambiente de trabajo libre de covid-19

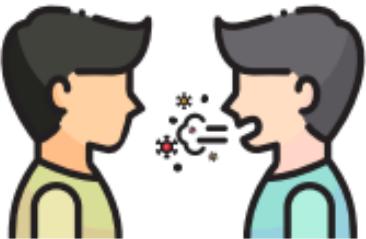
**Nuestra institución es un organismo  
con actividades administrativas.  
Se considera un ambiente de bajo  
riesgo de propagación del virus.**

**La posibilidad de contraer COVID-19  
por concurrir a prestar servicio, es la  
misma que tenemos al salir de casa  
para realizar otra actividad necesaria  
de la vida cotidiana.**

**Las probabilidades de contagio  
disminuyen si respetamos las medidas  
sanitarias de prevención reconocidas.**



# ¿Cómo se transmite?



## ***De persona a persona***

Por contacto con las gotas procedentes de la nariz o de la boca de una persona infectada las cuales salen despedidas cuando habla, exhala, tose, o estornuda.



## ***A través de las manos***

Al estornudar o toser tapándose la boca con la mano el virus queda en ellas y se transmite a todas las superficies que toque (picaportes, herramientas, superficies, celulares, dinero etc)

Al tocar superficies contaminadas y luego tocarse, la cara, boca, nariz, ojos. Según el tipo de superficie, el virus permanece activo entre 4 horas a 5 días



## ***Por contacto***

Al saludarse dando la mano, abrazos, besos con una persona infectada, y compartir elementos personales como vasos, mate, llaves, celulares, lapiceras, etc.



El virus llega a los objetos/superficies porque caen sobre los mismos gotitas expulsadas por la persona infectada, o, porque fue transportado en las manos. Según el tipo de material el virus puede permanecer activo desde 4 horas a hasta 5 días.



# ¿Cuáles son los síntomas?



» Temperatura 37,5°C (o más)

» Temperatura 37,5°C y tos seca

» Temperatura 37,5°C y dolor de garganta

» Falta de aire o dificultad para respirar

» Pérdida repentina del olfato

» Pérdida repentina del gusto

## OTROS SÍNTOMAS

» Cansancio  
» Dolores  
» Goteo de la nariz

» Dolor de cabeza  
» Diarrea  
» Vómitos

Los signos y síntomas de COVID-19, pueden aparecer entre 2 y 14 días después de estar expuesto.



**CORONAVIRUS (COVID-19)**

Si tenés consultas  
**Llamá al**



**0800 333 1002**

# ¿Qué debo hacer si me siento mal?

---

- **Quedarme en casa**, no ir al trabajo.
- **No ir a la guardia** (excepto causa de fuerza mayor)
- **No automedicarme**. No subestimar ni tapar síntomas.
- **Extremar medidas de protección**: Barbijo y lavado de manos para cuidar a mis convivientes.
- **Llamar al equipo de salud provincial destinado a tal fin (0800-333-1002)**
- **Dar aviso a Medicina Laboral.**

(0299-154130841)

# cuidados



lavate las  
manos con jabón  
frecuentemente



ventilá bien los  
ambientes de tu casa  
y tu lugar de trabajo



reducí el contacto  
físico con otras  
personas



estornudá y tosé  
en el pliegue  
del codo



limpiá los objetos  
que usás con  
frecuencia



no compartas mate,  
vajilla ni otros objetos  
de uso personal



no te lleves  
las manos a los  
ojos, nariz ni boca



permanecé  
en tu domicilio  
durante el aislamiento



no circules si no es  
necesario; si tenés  
que salir, usa barbijo  
casero y mantené la  
distancia de un  
metro con otras

# ¿Cómo evitar la COVID-19?

- Las herramientas mas efectivas para cortar la transmisión del virus son las medidas de higiene y el distanciamiento social.
- Para ayudar a recordar y aplicar estas normas las hemos llamado
- “LAS 7 REGLAS DE ORO CONTRA COVID-19”



## *¿Cómo eliminar el virus?*



### **DE SUPERFICIES**

#### **Limpieza: Con agua y detergente**

- » Realizar fricción adecuada para material o suciedad visible.

#### **Desinfección: Con agua y lavandina**

- » Colocar un pocillo tamaño café con lavandina (de uso doméstico) en 10 litros de agua.
- » Preparar en el mismo día que se va a utilizar.
- » Se puede aplicar con trapo, rociador o mochila pulverizadora

#### **Aparatos electrónicos**

- » Desinfección con alcohol al 70% para celulares, aparatos electrónicos, donde no se puede usar agua con lavandina.
- » Aplicar con trapo o rociador.

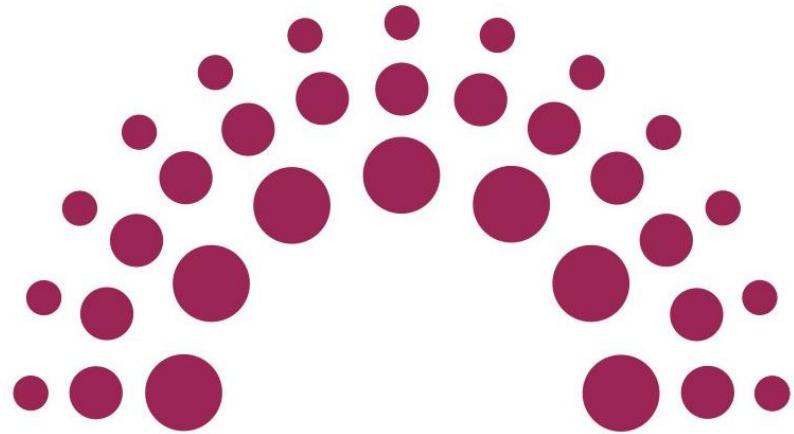


### **DE LAS MANOS**

#### **Limpieza:**

- » Con agua y jabón, refregar al menos por 20 segundos.

#### **Alcohol al 70% o alcohol en gel**



**LEGISLATURA  
ACTIVA  
N E U Q U É N**

# ¿Cuáles son los medios oficiales de información confiable?



**Organización  
Mundial de la Salud**



Ministerio de  
Salud  
Presidencia de la Nación

- Organización Mundial de la Salud <https://www.who.int/es>
- Ministerio de Salud Nacional <https://www.argentina.gob.ar/salud>
- Ministerio de Salud de la Provincia de Neuquén <https://www.saludneuquen.gob.ar/>



**GOBIERNO  
DE LA PROVINCIA  
DEL NEUQUÉN**

**MINISTERIO DE SALUD**  
SUBSECRETARÍA DE SALUD

Juntos podemos lograr un ambiente de trabajo libre de  
Covid-19





# LEGISLATURA

---

PROVINCIA DEL NEUQUÉN

---