

## Acerca del Nuevo Coronavirus (COVID-19)

### ■ ¿Qué es el ‘Nuevo Coronavirus’?

El Nuevo Coronavirus (COVID-19) es una enfermedad infecciosa de las vías respiratorias cuya aparición se reportó en diciembre del 2019 en la provincia de Hubei, República Popular China. Se ha informado que entre los síntomas puede observarse tos, fiebre y surgimiento de neumonía. Se piensa que el contagio puede darse a través del rocío (ocasionado al estornudar o toser, por ejemplo) y/o por el contacto físico.

### ■ Las personas que tengan los siguientes síntomas favor de consultar al “Centro de Información de Repatriados y Personas que han tenido Contacto Físico”

- Síntomas de gripe y/o más de 4 días con fiebre mayor a los 37.5°C (más de 2 días en el caso de personas mayores y/o con enfermedades subyacentes).
- Demasiado cansancio (malestar), falta de aire (dificultad para respirar).

De acuerdo al resultado de la consulta telefónica y en caso de que se sospeche de contagio del Coronavirus, se le presentará un centro médico especializado. Utilice mascarilla y evite hacer uso de medios de transporte público para acudir a la consulta médica.

**Página web del “Centro de Información de Repatriados y Personas que han tenido Contacto Físico” :**

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html)



### ■ Es importante prevenir la infección y propagación de unos a otros

**Si usted tiene síntomas de gripe tales como fiebre alta, favor de descansar la escuela y/o el trabajo.**

#### Medidas preventivas individuales

- Lavarse las manos y hacer gárgaras al regresar de la calle.
- Usar alcohol para desinfectarse las manos y los dedos.
- Evitar lugares concurridos por mucha gente.
- Ventilar y mantener la habitación a una temperatura y humedad adecuadas.
- Llevar una vida ordenada y descansar lo suficiente.
- Llevar una alimentación equilibrada y beber bastante líquido.



#### Medidas para prevenir la propagación de la infección a través de “buenos modales de tos”

- Cuando se presenten síntomas como tos o estornudo, use mascarilla.
- En caso de no tener mascarilla, cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable, o con la manga de su camisa, etc., cuando vaya a toser o estornudar.

### Información relacionada al Nuevo Coronavirus en varios idiomas (japonés sencillo, inglés)

<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>



### Consultas telefónicas sobre el Nuevo Coronavirus.

Informes	Teléfono	Horario de consulta
Gobierno Provincial de Gunma, División de Prevención de Salud (Atendimiento solamente en japonés)	027-224-8200	De Lunes a Viernes de 8:30 ~ 17:15 hs. Sábados, Domingos y Asetos Nacionales de 10:00 ~ 16:00 hs
Puesto de Salud Provincial de Gunma oficina Ota (Atendimiento solamente en japonés)	0276-31-8243	De Lunes a Viernes de 8:30 ~ 17:15 hs.
Centro de Consulta General para los Extranjeros en Gunma	027-289-8275	De Lunes a Viernes de 9:00 ~ 17:00 hs. Sábados, Domingos y Asetos Nacionales (en el período de 29 feb. ~ 26 de marzo de 2020): 10:00 a 16:00 hs

# Lavémosnos las manos

- Enjabonar bien y lavar de la siguiente manera.

## Antes de lavarse las manos

- ◆ ¿Las uñas están cortadas?
- ◆ ¿Se quitó el reloj y anillo?

Check !



## Donde puede quedarse la suciedad

- ◆ punta de los dedos
- ◆ entre los dedos
- ◆ alrededor del dedo pulgar
- ◆ muñeca
- ◆ arruga de la mano

(1) Espumar bien el jabón y lavarse la palma de la mano



(2) Fregar el dorso de la mano



(3) Lavar bien la punta de los dedos y dentro de la uña



(4) Lavar bien entre los dedos



(5) Lavar torciendo el dedo pulgar con la palma de la mano



(6) Lavar sin falta la muñeca



Enjuagar el jabón y secarse las manos con una toalla limpia.