

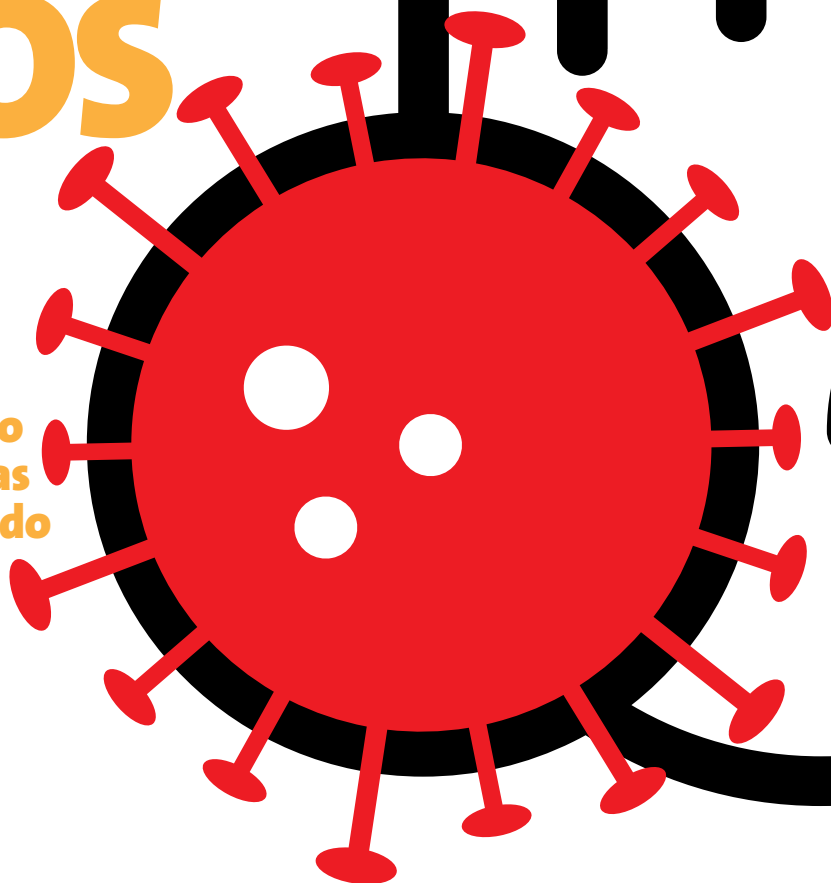
QUIUBO!

EDICIÓN ESPECIAL

AL CORONA VIRUS LO PARAMOS TODOS

**PARA PREVENIR
CONTAGIOS TE
DECIMOS LO QUE
NECESITAS SABER.**

**Hemos implementado
una serie de iniciativas
para reforzar el cuidado
de todos. Sigue las
recomendaciones,
protégete
y cuida a tu familia.**



8 ACCIONES PARA FRENAR EL CORONAVIRUS

Todos debemos contribuir a la salud de nuestra comunidad. La mejor forma es informarte de fuentes confiables, así que sigue leyendo y entérate de cómo puedes sumarte.

COMPARTE ESTAS ACCIONES CON TU FAMILIA Y AMIGOS.



Mauricio Kuri
Jefe de Medicina Preventiva y Personalizada de Hospital Clínica Nova

A principios de marzo la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró al COVID-19 como pandemia mundial. Y ante el brote de esta enfermedad en el mundo, el doctor Mauricio Kuri, jefe de Medicina Preventiva y Personalizada de Hospital Clínica Nova explica en qué consiste este padecimiento y qué hay que hacer para prevenirlo.

¿Qué es el coronavirus?

Es una familia de virus que causan infecciones respiratorias, que pueden ir desde un resfriado común hasta la neumonía, se presentan tanto en humanos como en animales. El nuevo coronavirus se le llama SARS-Cov2, la enfermedad que causa se le ha llamado COVID-19, es un tipo de coronavirus que afecta a las personas y se detectó por primera vez a finales de diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, China”, explicó Kuri.

¿Cuáles son los síntomas y cómo se contagia?

Es importante identificar los síntomas que causa el COVID-19. Entre los más comunes son la fiebre, el cansancio y tos seca. Sin embargo, algunos pacientes pueden presentar dolores musculares, congestión nasal y dolor de

garganta.

Su contagio se da principalmente a través de las secreciones procedentes de la vía respiratoria, como la nariz o la boca, las cuales salen despedidas cuando una persona tose o estornuda.

Estas secreciones pueden caer sobre las superficies que rodean a la persona de modo que otra gente puede contraer el virus al tocar esos objetos y llevarse posteriormente sus manos a las zonas húmedas de la cara, como la boca, los ojos o la nariz.

¿Cómo evitarlo?

Aún no existe una vacuna ni un medicamento específico para la prevención o el tratamiento por infección de COVID-19”, advirtió Kuri. Es por ello que la mejor forma de prevenirlo es lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, no tocarse la cara con las manos sucias y al toser o estornudar cubrirse la nariz con un pañuelo o con el ángulo interno del brazo.

Además, limpiar y desinfectar objetos y superficies que se tocan con frecuencia. Permanecer en casa si no se encuentra bien y en caso de presentar síntomas buscar atención médica y seguir los cuidados recomendados, explicó Kuri.

MANTENER DISTANCIA

Al interactuar con compañeros de trabajo, mantén una distancia de al menos un metro.

CUBREBOCAS

El uso de cubrebocas es obligatorio solo para el personal de salud y el personal responsable de las operaciones de limpieza en áreas donde se han confirmado casos de COVID-19.

MITOS

- ¿El nuevo coronavirus solo afecta a adultos mayores?
- ¿Las mascotas transmiten el COVID-19?
- ¿El nuevo coronavirus se puede transmitir por picadura de mosquitos?

REALIDAD

El COVID-19 puede afectar a cualquier persona
No hay evidencia aún que animales como perros o gatos puedan infectarse de COVID-19.
A la fecha tampoco hay evidencia que se pueda transmitir por picadura de mosquitos.

LAVA TUS MANOS CON FRECUENCIA

NO TOQUES TUS OJOS, NARIZ Y BOCA CON TUS MANOS

Al estornudar o toser

CUBRE TU NARIZ Y BOCA

usando la parte interna del codo o un pañuelo desechable. Si usas las manos, es posible contaminar objetos y personas.

EN EL COMEDOR

Organiza los tiempos de acceso para evitar aglomeraciones. En la mesa, procura sentarte de tal forma que evites tener gente al frente.

LIMPIA LAS SUPERFICIES

con desinfectantes a base de cloro o alcohol. Ternium utiliza productos a base de cloro/alcohol para la limpieza rutinaria de los espacios de trabajo.

EN CASO DE SÍNTOMAS

llama a tu médico de atención primaria para informar síntomas o al número de emergencia habilitado para tu región.

¿QUÉ ESTÁ HACIENDO TERNIUM?

- Colocación de soluciones antisépticas en salas de reuniones, oficinas, recepciones, comedores y pulpitos
- Reforzamiento de la limpieza y desinfección de áreas comunes
- Difusión de medidas de prevención en charlas de cinco minutos con el personal
- Colocación de carteles con medidas preventivas en oficinas, plantas, vestidores y entradas
- Cancelación de actividades de concurrencia masiva
- Suspensión de viajes de trabajo y viajes internacionales
- Elaboración de protocolos de atención para casos sospechosos
- Realización de filtros de medición de temperatura en accesos
- Promoción del mantenimiento de distancia social en comedores, áreas comunes y de trabajo
- Concientización sobre la importancia de la limpieza y desinfección de computadoras, teléfonos, celulares y mouse



CORONAVIRUS | COVID-19

ATENCIÓN



Si notas algún síntoma de infección respiratoria, estado gripal o fiebre,

NO ENTRES A LA PLANTA

Regresa a tu casa inmediatamente y contacta al Servicio Médico.

Si presentas los síntomas, comunícate a la Línea Nacional COVID-19 NOVA (81) 8865-5858 y permanece en casa hasta contar con la recomendación médica.

También deben contactar en este teléfono a quienes hayan estado en contacto

o convivido con personas que presenten síntomas compatibles y hayan viajado a países de riesgo en los últimos 14 días, aún si la persona no presenta síntomas.

La prevención es responsabilidad de todos

Mantente actualizado a través de nuestros canales oficiales de Facebook (Ternium en Monterrey y Ternium en Minas), Twitter, y WhatsApp (8110122820). Además de nuestra página oficial www.ternium.com

AYUDA A JUANITO A PREVENIR EL CORONAVIRUS

Instrucciones

1. Utiliza un dado que tengas a la mano para jugar, o descarga una app como iDado donde lo puedes conseguir gratuitamente de forma digital.
2. Pueden jugar hasta 4 personas.
3. Utiliza moneditas o corcholatas como fichas.
4. Todos ponen sus fichas en la casilla 1 (SALIDA), por turno cada jugador lanza el dado y avanza el número de casillas que le haya tocado.
5. Las escaleras te suben casillas y las resbaladillas te bajan.
6. Trata de no caer en las casillas "PROHIBIDAS" porque pierdes un turno.
7. El primero en llegar a la meta gana.

Invita a jugar a tus papás y amigos.
¡No olvides lavarte las manos después de jugar!