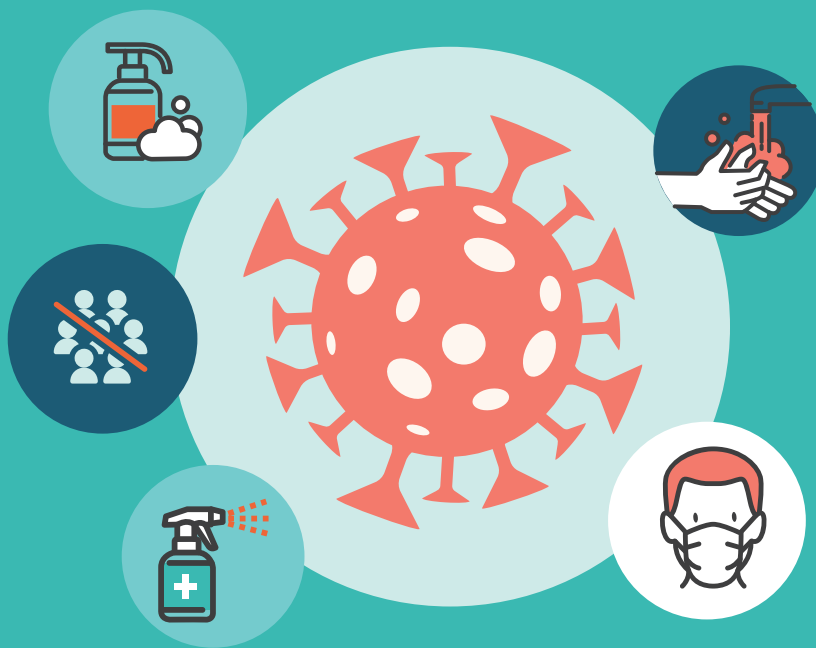


GUÍA EN LECTURA FÁCIL



TODO LO QUE NECESITAS SABER SOBRE EL CORONAVIRUS

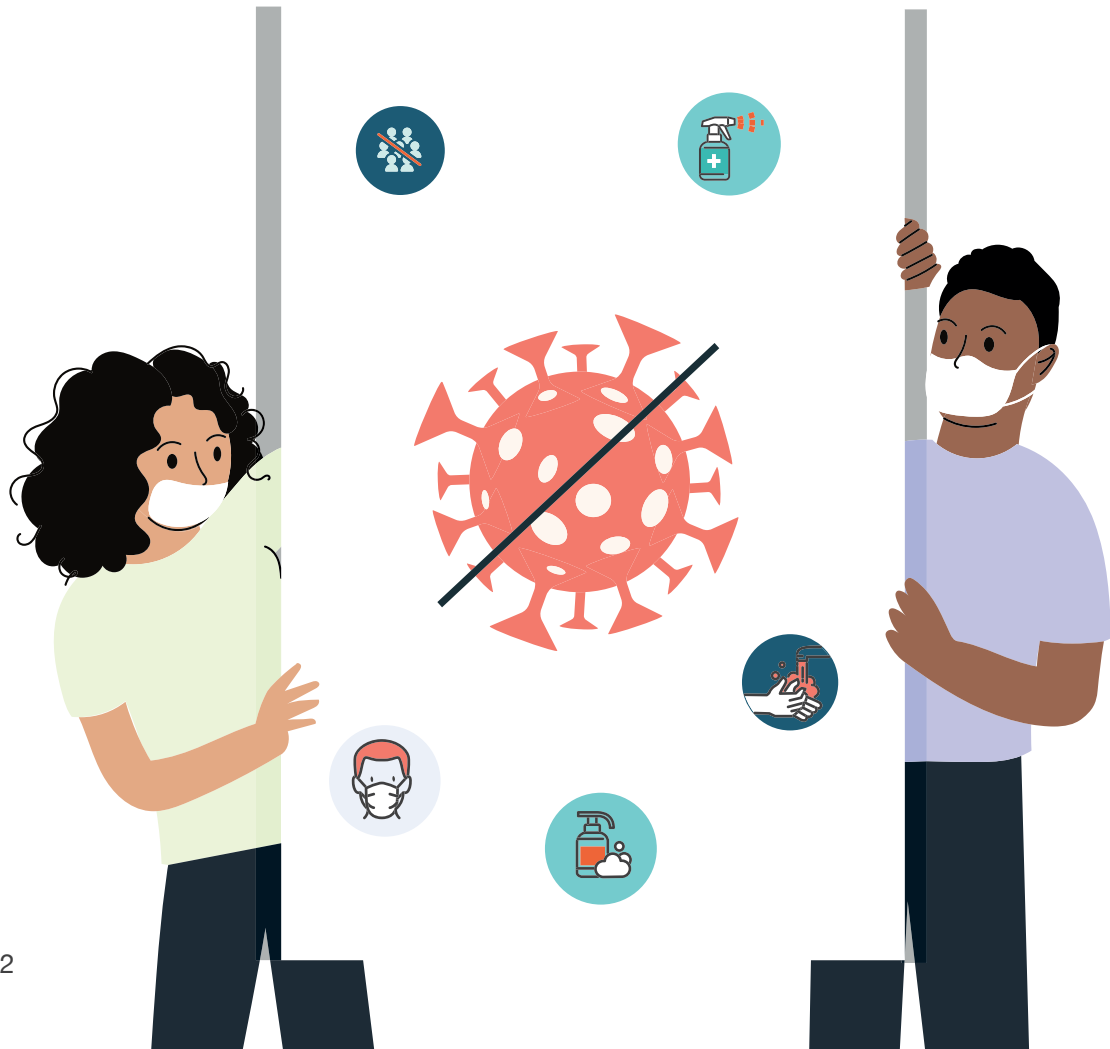


CeRMI-CV

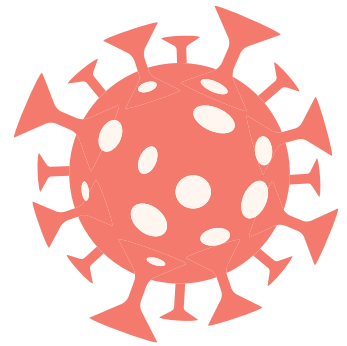
Comité de Entidades Representantes de Personas con
Discapacidad de la Comunidad Valenciana apoya
los Objetivos de Desarrollo Sostenible



Declarada de utilidad pública
05 de septiembre 2019



1. ¿QUÉ SABEMOS SOBRE EL CORONAVIRUS O COVID-19?



El coronavirus es un virus que se contagia y causa enfermedades.

¿Cuáles son los síntomas del coronavirus?

Los principales síntomas son:

- ▶ Fiebre, tos y sensación de falta de aire.
- ▶ También puede aparecer diarrea o dolor abdominal.
- ▶ Son síntomas leves.
- ▶ En casos graves puede causar neumonía, dificultades para respirar o fallar algún órgano y provocar la muerte.

Síntomas: Son pistas o señales de que algo ocurre o va a ocurrir. Por ejemplo de una enfermedad.

¿Cuándo aparecen los síntomas?

Desde que se contagia el coronavirus hasta que aparecen síntomas pueden pasar de 1 a 14 días.

Lo normal es que aparezcan síntomas a los 5 o 6 días.

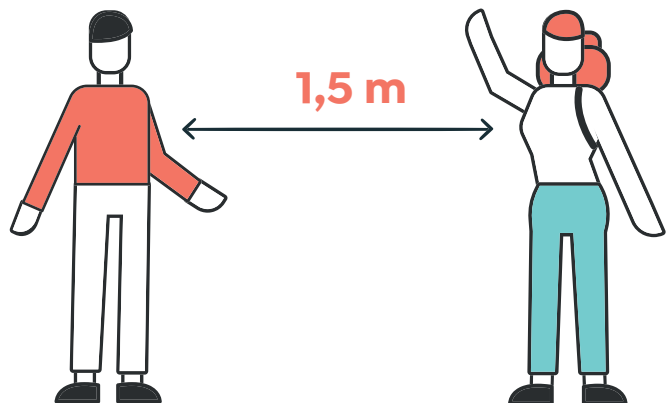


¿A qué personas puede afectar más el coronavirus?

- ▶ A las personas mayores de 60 años.
- ▶ A personas que tienen otras enfermedades como por ejemplo tensión alta, diabetes, enfermedades respiratorias graves o cáncer.

¿Cómo se transmite el virus?

- ▶ Cuando hablamos, tosemos o estornudamos soltamos unas gotitas que son secreciones respiratorias. Cuando estas gotitas entran en contacto con la nariz, los ojos o la boca de una persona sana se le puede transmitir el virus y contagiarla.
- ▶ Si hay una distancia mayor a 1 o 2 metros es más difícil contagiar. Por eso tenemos que guardar esta distancia de seguridad.



2. ¿PARA QUÉ SIRVEN LAS VACUNAS?

¿Qué ventajas tiene vacunarse?

- ▶ Las vacunas protegen contra la enfermedad.
- ▶ Es más difícil que te contagien el virus.
- ▶ Puedes tener menos síntomas y afectar menos a la salud.



¿Seguimos tomando precauciones después de vacunarnos?

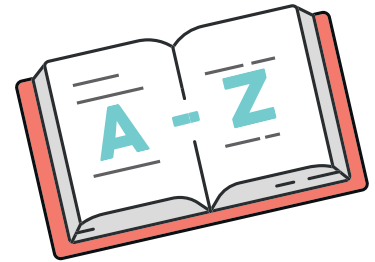
- ▶ La vacuna tarda 14 días en hacer efecto y protegerte. Por eso es importante seguir tomando precauciones y respetar lo que nos dicen los médicos.
- ▶ Después de 14 días va aumentando la protección y es mucho más difícil que nos contagiemos.



¿Me tengo que vacunar si ya he tenido coronavirus?

Es importante vacunarse aunque hayas tenido ya coronavirus. Así estarás más protegido.

3. ¿QUÉ PALABRAS HEMOS APRENDIDO CON EL CORONAVIRUS?



Epidemia

Cuando una enfermedad afecta a un gran número de personas.

Pandemia

Enfermedad que se extiende por todo el mundo.

Por ejemplo, el coronavirus ya está en más de 100 países del mundo.

Enfermedad transmisible

Enfermedad que se contagia.

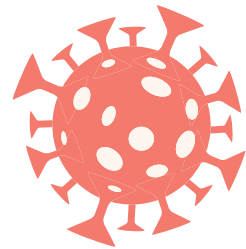
Y se transmite de una persona a otras por contacto.

O la transmiten animales.

Coronavirus

Es un ser pequeño y muy peligroso
que es muy contagioso.

Puede causar una enfermedad muy grave y hasta la muerte.



COVID-19

Es el nombre técnico de la enfermedad que produce este nuevo virus. El número 19 corresponde al año en el que se detectó el contagio en seres humanos.

SARS-CoV-2

Es una enfermedad respiratoria causada por un coronavirus.

Confinamiento

Estar encerrada.



EPI

Significa Equipo de Protección Individual. Son todas las cosas que utiliza una persona para protegerse del virus. Por ejemplo la mascarilla, guantes, gafas, gorro, etcétera.



Estado de alarma

Es una medida que puede tomar el Gobierno en momentos muy complicados.

Limita lo que las personas pueden hacer.

El Gobierno puso el estado de alarma para evitar el contagio del coronavirus.

El estado de alarma lo tienen que aprobar los partidos políticos en el Congreso con los Diputados.

Cuarentena

Significa encerrarse en un lugar para evitar el contagio de una enfermedad a otras personas.

PCR

Es una prueba para saber si tienes el coronavirus.

Las letras PCR significan en español:

Reacción en Cadena de la Polimerasa.

La prueba tarda 2 horas.



Incidencia acumulada

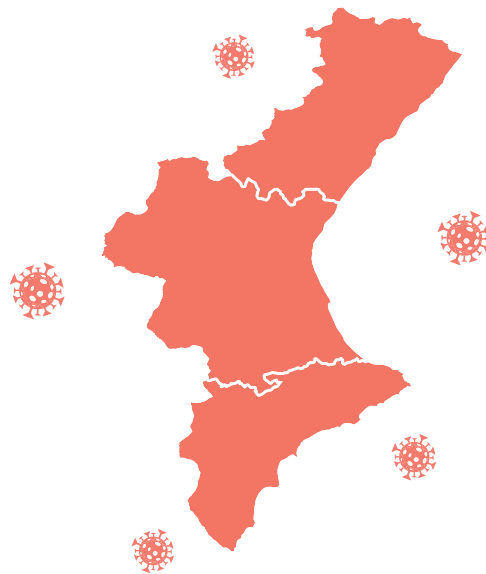
Es el número de personas que enferman en un periodo de tiempo concreto.

Inmunidad de rebaño

Es cuando la mayoría de las personas tienen la capacidad de no contagiarse con una enfermedad como el coronavirus.

Cierre perimetral

Es la prohibición de que entren o salgan personas de una zona determinada.



4. ¿CÓMO HAY QUE PONERSE LA MASCARILLA?



- ▶ Lávate las manos antes de ponerte la mascarilla. Y también antes de quitártela y después de quitártela.



- ▶ La mascarilla tiene que taparte la nariz y la boca.

- ▶ Guarda la mascarilla en una bolsa de plástico limpia cuando te la quites.



La puedes guardar en una bolsa de tela pero tienes que lavarla cada día.

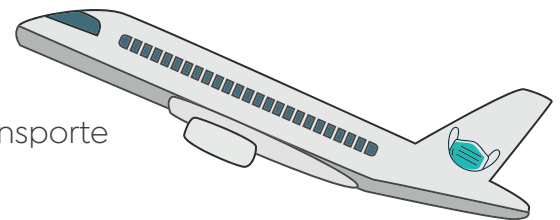
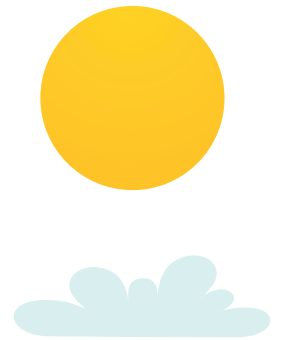
Las mascarillas médicas no hay que guardarlas. Hay que tirarlas a la basura.



- ▶ No utilices mascarillas con válvulas. Las válvulas son unos agujeritos abiertos para respirar.

5. ¿QUÉ TENEMOS QUE TENER EN CUENTA ESTE VERANO?

- ▶ Es recomendable usar la mascarilla al aire libre, sobre todo en las ciudades.
- ▶ No es necesario usar la mascarilla en playas y espacios naturales.
- ▶ Las personas mayores de 6 años tienen que usar mascarilla en los espacios cerrados y también al aire libre cuando no puedan mantener la distancia de seguridad. Tienen que usar mascarilla en los medios de transporte como el autobús, el metro, el tren o el avión. Y también en las estaciones y los andenes.
- ▶ En los actos o eventos con mucha gente hay que usar mascarilla, sobre todo si la gente está de pie. Si la gente está sentada hay que guardar la distancia de seguridad que es de 1 metro y medio.



cermicv.es

CERMI-CV

Gran Vía Ramón y Cajal, 13 | 46007 - Valencia

Tl. 963 168 054 - 618 253 728

Fax. 963 168 318

cermi.cvalenciana@cermi.es



**Comité de Entidades Representantes de Personas con
Discapacidad de la Comunidad Valenciana apoya
los Objetivos de Desarrollo Sostenible**

Declarada de utilidad pública
05 de septiembre 2019



**GENERALITAT
VALENCIANA**