



RECOMENDACIONES

OMS, CONTRA MITOS DE COVID-19

La Organización Mundial de la Salud pone a disposición de la población información sobre el contagio de covid-19 para evitar creer en los mentiras sobre la enfermedad

Las únicas formas de contagiarse son por tres vías: la principal es al inhalar aire que contenga las gotitas de saliva que emiten enfermos al toser, estornudar o hablar.

La OMS ha demostrado que los suplementos de vitaminas y minerales no curan covid-19. Los micronutrientes, como las vitaminas D y C o el zinc, son fundamentales para el buen funcionamiento del sistema inmunológico y desempeñan un papel vital para la salud y el bienestar nutricional. Sin embargo, en la actualidad, no hay ninguna indicación sobre el uso de suplementos de micronutrientes como tratamiento de covid-19.



Nadar o estar en el agua no transmite virus causante de covid-19. El virus que causa la enfermedad no se contagia a través del agua o mientras se nada. Sin embargo, sí se puede transmitir con el contacto cercano con una persona infectada.



La probabilidad de que el virus se propague con los zapatos e infecte a personas es muy baja. Como medida de precaución, especialmente en hogares donde haya bebés y niños pequeños que gateen o jueguen en el suelo,

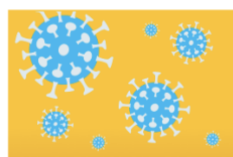
Al estar cerca de personas infectadas, las gotitas de saliva pueden entrar en contacto con la mucosa de ojos nariz o boca e infectarte.

También, al tocarse los ojos, nariz o boca después de haber tocado superficies contaminadas se puede contaminar.

considere dejar los zapatos a la entrada de su casa.



El virus que causa covid-19 pertenece a una familia de virus. Los antibióticos no funcionan contra los virus. Aunque algunas personas que enferman de covid-19 también pueden desarrollar una infección bacteriana como complicación, solamente el personal de salud puede determinarlos y recomendar antibióticos.



Utilizar mascarillas médicas durante mucho tiempo puede ser incómodo, pero no provoca intoxicación por CO2 ni hipoxia.



Una vez puesta la mascarilla médica, compruebe que está bien colocada y que le permite respirar con normalidad. No reutilice una mascarilla

desechable y cámbiela cuando se humedezca.



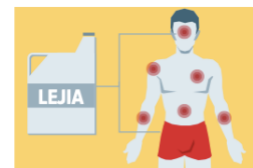
Tomar bebidas alcohólicas no lo protegerá de covid-19. El consumo frecuente o excesivo de alcohol puede aumentar el riesgo de sufrir problemas de salud.



Añadir pimienta picante a la sopa u otras comidas no previene ni cura la enfermedad.



Jamás se debe pulverizar lejía u otros desinfectantes sobre el cuerpo ni introducirlos en el organismo. Estas sustancias pueden ser tóxicas si se ingieren, y el contacto con ellas irrita y daña la piel y los ojos. La lejía y los desinfectantes deben utilizarse únicamente para la desinfección de superficies y siempre con las debidas precauciones.



El metanol, el etanol y la lejía son sustancias tóxicas: beberlas puede provocar discapacidad o incluso la muerte. Para protegerse contra la COVID-19, desinfecte los objetos y superficies, especialmente los que toque a menudo.



Puede contraer covid-19, por muy soleado o cálido que sea el clima. Se han notificado casos en países cálidos. Para protegerse, lávese las manos con frecuencia y a fondo y evite tocarse los ojos, la boca y la nariz.



El nuevo coronavirus es un virus respiratorio que se propaga principalmente por contacto con una persona infectada a través de las gotículas respiratorias que se generan cuando esta persona tose o estornuda. El nuevo coronavirus no puede transmitirse a través de picaduras de mosquitos.



El nuevo coronavirus puede infectar a personas de todas las edades. Se ha observado que las personas mayores y las que padecen algunas enfermedades (como el asma, la diabetes o las cardiopatías) tienen más probabilidades de enfermarse gravemente.

