

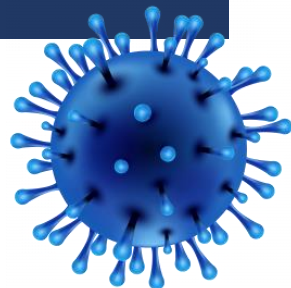
# Comunidad Tecnológica

## Conoce sobre el COVID-19

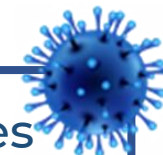
### ¿Qué es el COVID-19?

Los coronavirus (Cov) son una familia de virus que suelen causar enfermedades respiratorias, desde el resfriado común hasta el síndrome respiratorio agudo severo (SARS).

El SARS-COV2 provoca la enfermedad llamada COVID-19.



Para continuar con actividades presenciales seguras



### ¿Cómo puedo contagiarme?

De una persona infectada a otra, a través de:

Gotículas que expulsa un enfermo al toser o estornudar.

Al tocar o estrechar la mano de una persona enferma, un objeto o superficie contaminada con el virus y luego llevarse las manos sucias a boca, nariz u ojos.

Consulta: <https://coronavirus.gob.mx/covid-19/>



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

[www.lapaz.tecnm.mx](http://www.lapaz.tecnm.mx)



TECNOLÓGICO  
NACIONAL DE MÉXICO

Ciencia es Verdad, Técnica es Libertad



[www.facebook.com/itlapaz](https://www.facebook.com/itlapaz)

# Medidas de protección básicas:

1 Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón o utilizar gel a base de alcohol.

2 Evitar tocarse ojos, nariz y boca.

3 Utilice cubrebocas.

4 Aplique distancia social entre usted y las demás personas.

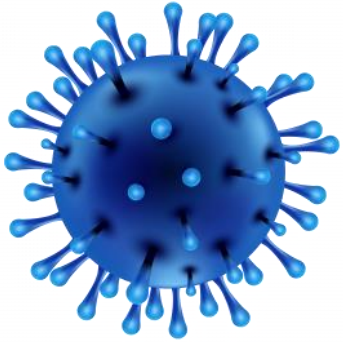
5 Al estornudar o toser, cubrir boca y nariz con el codo flexionado o con un pañuelo, tirar el pañuelo y lavarse las manos.

6 Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, solicitar atención médica.

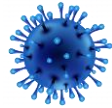
Consulta: <https://coronavirus.gob.mx/covid-19/>

# ¿Cuándo debo acudir a recibir atención médica?

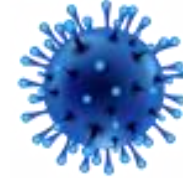
Cuando presente al menos dos de los siguientes síntomas básicos:



Tos/Estornudos



Fiebre mayor a 37.5°



Dolor de cabeza

Y que se acompaña de alguno de los siguientes:



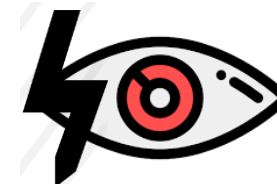
Dificultad para respirar



Dolor de garganta



Escurrimiento nasal



Ojos rojos



Dolor muscular o articular

Consulta: <https://coronavirus.gob.mx/covid-19/>



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

[www.lapaz.tecnm.mx](http://www.lapaz.tecnm.mx)



TECNOLÓGICO  
NACIONAL DE MÉXICO

Ciencia es Verdad, Técnica es Libertad



[www.facebook.com/itlapaz](https://www.facebook.com/itlapaz)

# ¿Qué hacer ante un caso sospechoso y confirmado de COVID-19?



1

Sea estudiante, personal administrativo o docente, deberá guardar reposo en casa, aplicando el distanciamiento social, continuando con sus actividades a distancia, hasta confirmar contagio.

2

Si eres estudiante informar a la Jefa de la División de Estudios Profesionales y, a tu Jefe (a) inmediato superior si eres trabajador (a).

3

Identificar y avisar por vía telefónica, WhatsApp, Red Social, correo electrónico o cualquier otro medio a las personas que tuvieron contacto con la o el sospechoso.

4

Si la o el sospechoso resulta positivo a COVID-19, deberá buscar atención médica y en caso de solo guardar cuarentena, continuara con sus actividades desde casa.

5

Si la o el sospechoso presenta dificultad para respirar, dolor o presión en el pecho, confusión, incapacidad para permanecer despierto, piel, labios grises deberá llamar al 800-227-26843 o al 911.

6

Se dará seguimiento a los casos sospechosos o positivos a COVID-19.

Consulta: <https://coronavirus.gob.mx/covid-19/>



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

[www.lapaz.tecnm.mx](http://www.lapaz.tecnm.mx)



TECNOLÓGICO  
NACIONAL DE MÉXICO

**Ciencia es Verdad, Técnica es Libertad**

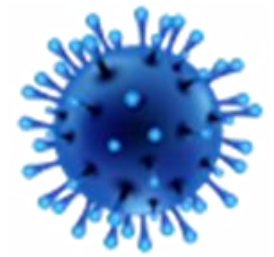


[www.facebook.com/itlapaz](https://www.facebook.com/itlapaz)

# Medidas generales de aislamiento

- 
- 1 Quédate en casa
  - 2 Mantente en un cuarto aparte y ventilado
  - 3 Lávate las manos con agua y jabón
  - 4 Si es posible utiliza un baño diferente, en caso de no, desinfectar después de su uso
  - 5 Utiliza pañuelo cuando estornudes
  - 6 Evitar recibir visitas
  - 7 Ventila diariamente tu casa
  - 8 Utiliza cubrebocas
  - 9 Tira la basura en bolsas separadas
  - 10 Lava y guarda la ropa por separado
  - 11 Evita compartir objetos
  - 12 Limpia tu casa diariamente

Consulta: <https://coronavirus.bcs.gob.mx/medidas-de-aislamiento-domiciliario/>



# Líneas de atención

Si presenta síntomas, NO acudas a la unidad médica, utiliza antes:

**Aplicación de autodiagnóstico**

o llama al

**800- 227-2684**

Línea de atención en La Paz

**612 199 5386**

**911** línea de emergencia nacional

Consulta :<https://coronavirus.gob.mx/contacto/#directorio>



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

[www.lapaz.tecnm.mx](http://www.lapaz.tecnm.mx)



TECNOLÓGICO  
NACIONAL DE MÉXICO

**Ciencia es Verdad, Técnica es Libertad**



[www.facebook.com/itlapaz](https://www.facebook.com/itlapaz)