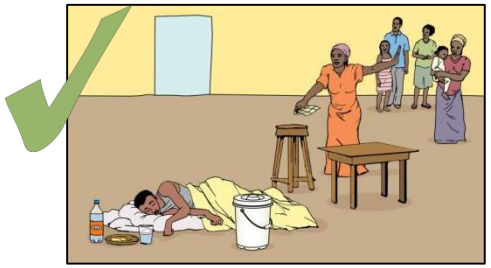
Pasos para protegerse de la enfermedad del Ébola mientras espera ayuda

Libro ilustrado para Guinea

Recuerde tres cosas

No tocar



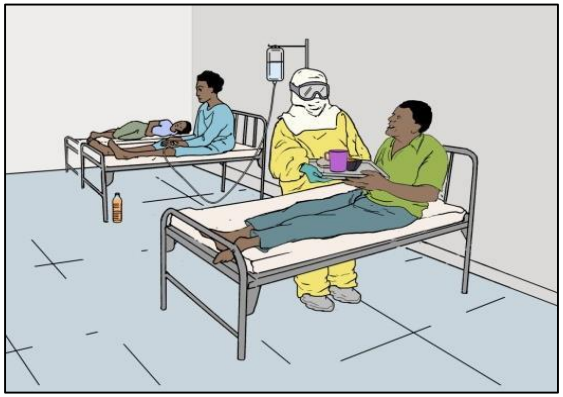
Aislar a la persona enferma

Llamar al 115

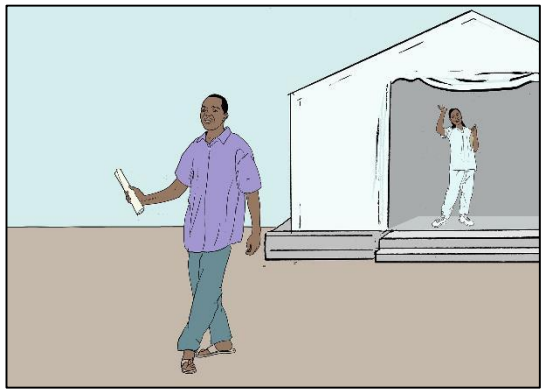
Si cree que alguien tiene la enfermedad del Ébola, llame de inmediato al 115.

Llame al **115** y pida ayuda para llevar a la persona enferma al centro de cuidados.

Espere a que llegue una ambulancia. NO tome un taxi ni una motocicleta.



La persona enferma recibirá la mejor atención y medicamentos en el centro de cuidados.

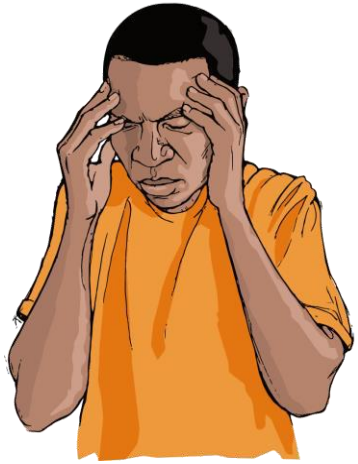


Una atención temprana en el centro de cuidados puede ayudar a la persona enferma a sobrevivir a la enfermedad del Ébola.

Signos y síntomas de la enfermedad del Ébola

Fiebre que comienza repentinamente

Cansancio



Dolor de cabeza

Dolor corporal

Vómitos

Diarrea

Sangrado o moretones sin causa aparente

Líquidos

saliva

sudor

vómito

lágrimas

heces y orina

mucosidad

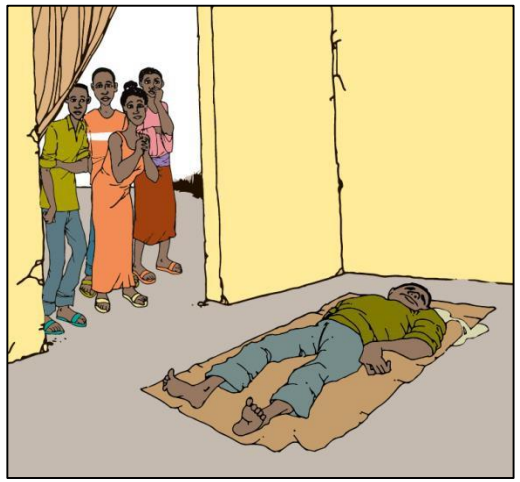
sangre

semen

¿Cómo se contrae la enfermedad del Ébola?

La enfermedad del Ébola se transmite por contacto con la sangre u otros líquidos corporales de una persona enferma o muerta.

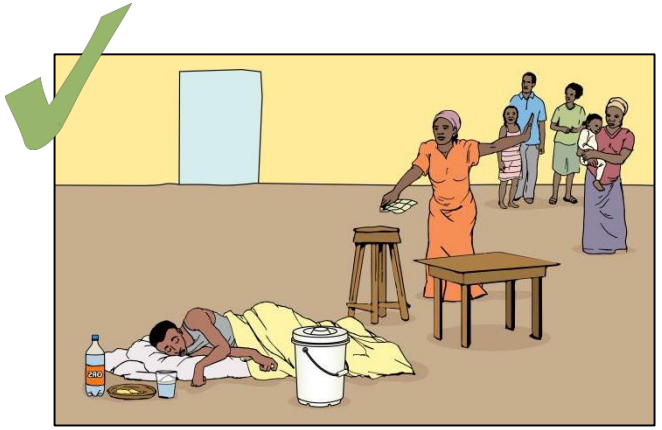
Una persona que ha muerto



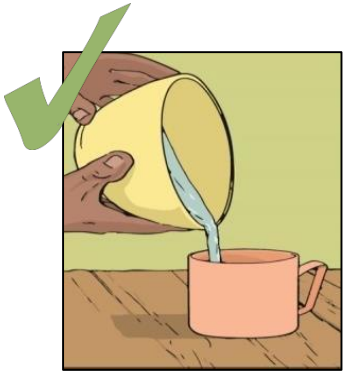
Objetos que ha tocado una persona enferma

Mientras espera, ofrezca cuidados “sin contacto”

ELIJA a una persona para que ayude a la persona enferma.



SEPARE a la persona enferma de las demás personas. Proporcione a la persona enferma artículos para su uso personal como ropa, mantas, utensilios para comer y contenedor para residuos.



VIERTA líquidos o comida en la taza o el plato de la persona enferma sin tocarlos, levantarlos o moverlos.

MANTENGA a todas las personas a un metro de distancia, como mínimo, de la persona enferma.

Mientras espera, no toque

NO toque a una persona que ha muerto. Llame al 115 si necesita ayuda.

NO toque las cosas de la persona enferma.

NO ponga pastillas en la mano o la boca de la persona enferma.

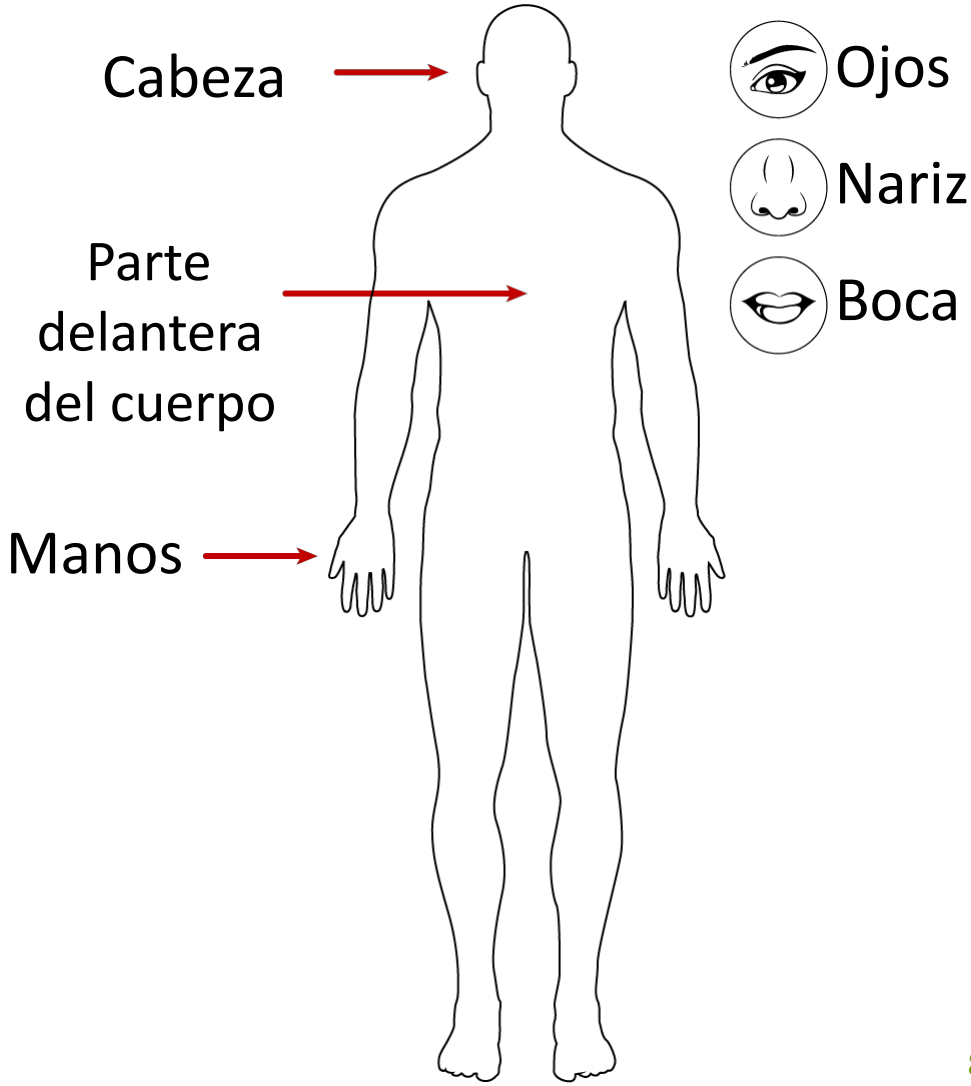
NO se coloque de frente a la persona enferma. Manténgase a un costado o detrás de ella.

Si tiene que tocar, protéjase

Si tiene que tocar a la persona enferma, sus líquidos corporales o los objetos que esta haya tocado, asegúrese de protegerse.

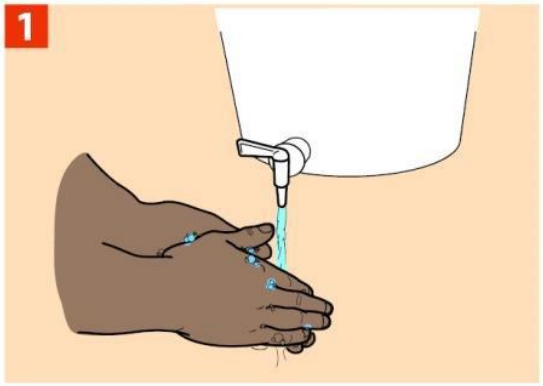
- **Importante: Quítese siempre los guantes usados y deséchelos. No reutilice los guantes.**

Es importante que cubra:

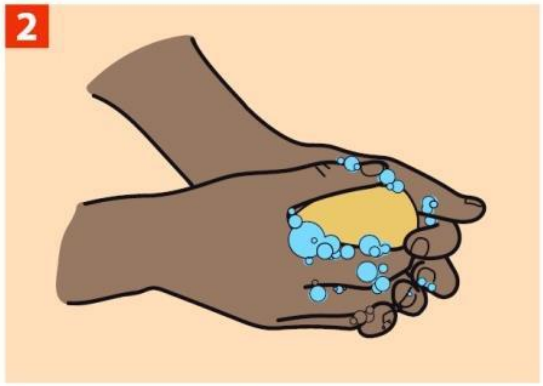


Cómo lavarse las manos

- Lávese las manos con agua y jabón durante 20-30 segundos.
- Use gel antiséptico para manos o agua clorada si no hay agua y jabón disponibles.
- Utilice agua y jabón para lavarse las manos durante 40-60 segundos **si sus manos están visiblemente sucias** (el gel antiséptico para manos no actuará en este caso).

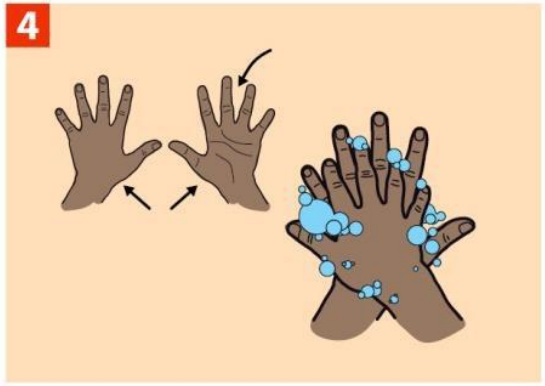


Humedézcase las manos con agua.

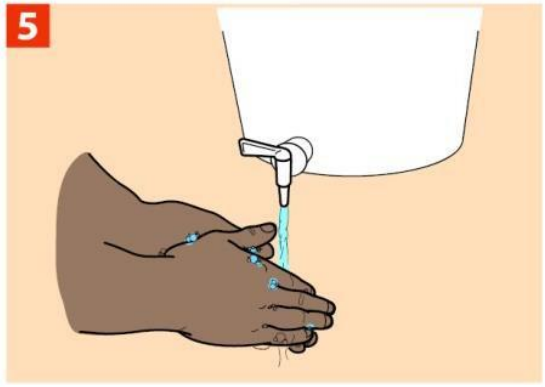


Aplique suficiente jabón para cubrir toda la superficie de las manos.

Frótese las manos y lávelas de forma tal que abarque toda su superficie.



Lávese las palmas y el dorso de las manos y entre los dedos.

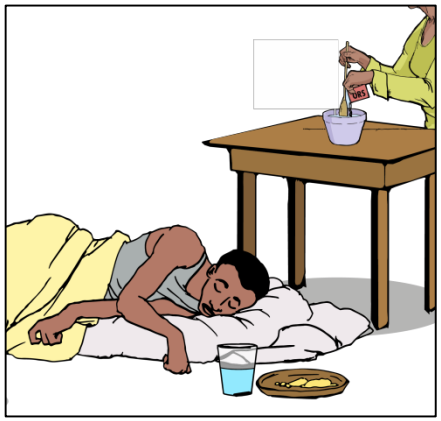


Enjuáguese las manos con agua.

Séquese las manos completamente con una toalla desechable o con aire.

Lávese las manos con agua y jabón

Después de



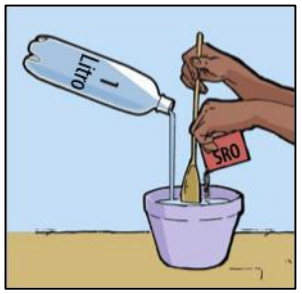
Ayudar a una persona enferma, **antes** de salir del lugar donde esta se encuentra

Tocar a otras personas

Limpiar

Utilizar el baño

Antes de



Preparar SRO

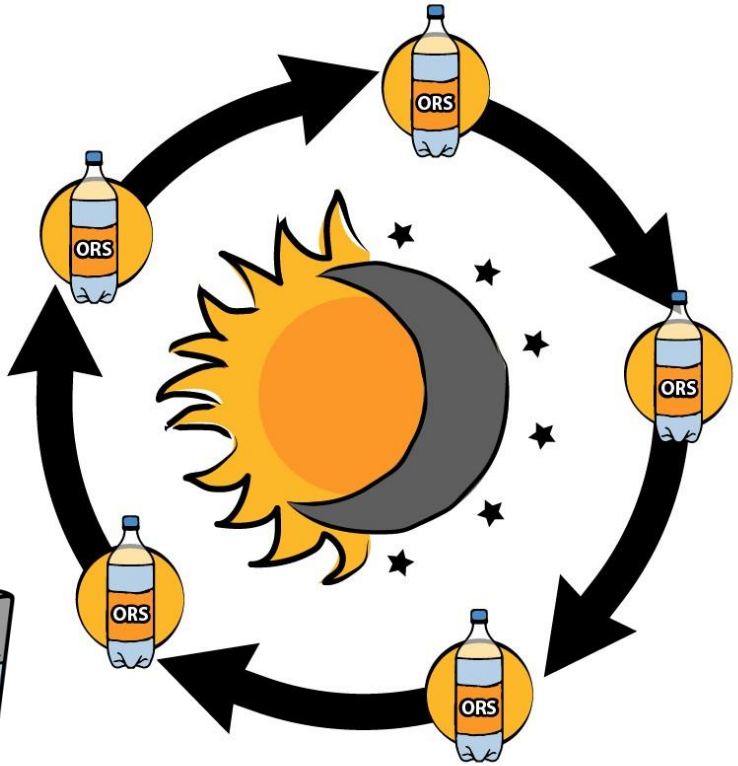
Cocinar

Comer

Administrar la solución de rehidratación oral (SRO) salva vidas

- Ofrezca la SRO tan pronto como comiencen los síntomas de la enfermedad del Ébola

- **La SRO se debe administrar varias veces durante el día y la noche.**



- Ofrezca a las personas enfermas tanta SRO como puedan tomar
  - Si debe administrarle SRO a un enfermo, póngase los guantes y no toque a la persona ni sus pertenencias.
  - Colóquese a un costado y no de frente a la persona enferma
  - Si se trata de niños o de personas débiles, quizás deba darles la SRO con una cuchara.
  - Los adultos enfermos pueden necesitar de 5 a 12 litros de SRO al día

- No ofrezca más SRO si paran los vómitos y la diarrea

Preparar y guardar la SRO

Mezcle 1 bolsita de SRO con 1 litro de agua limpia

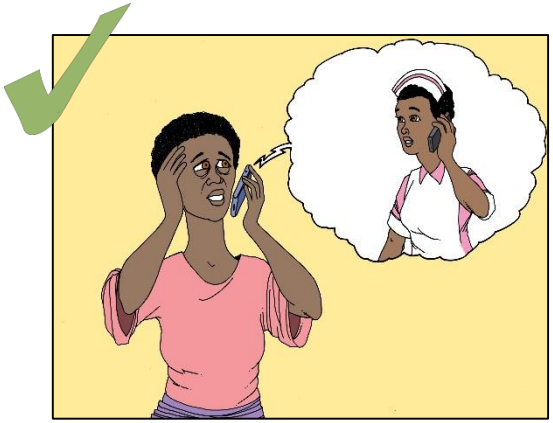
Vierta la SRO en la taza de la persona enferma **sin tocar** la taza

- Guarde la SRO en un recipiente tapado
- Deseche la SRO que no usó al final de cada día

¡Evite limpiar el área donde se encuentra una persona enferma!

Si limpia las secreciones de una persona enferma, puede contraer la enfermedad del Ébola, incluso si trata de tener cuidado

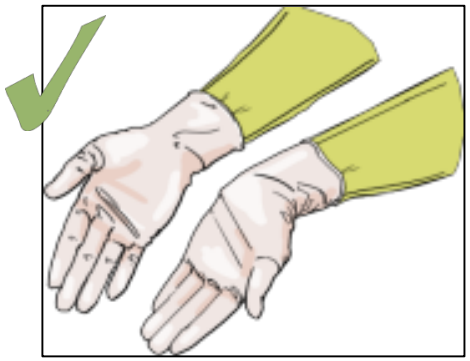
Si toca a una persona enferma, sus cosas o sus líquidos corporales, puede contagiarse con la enfermedad del Ébola



Llame al equipo de descontaminación.

Para localizar al equipo de descontaminación de su área, LLAME al 115.

Si tiene que limpiar



CÚBRASE LA PIEL, en especial las manos. **Si tiene guantes, póngaselos**

Cubrirse la piel no siempre lo protegerá de la enfermedad del Ébola, pero puede ayudar

Utilice una **solución de cloro** fuerte (0.5%) si tiene que limpiar las secreciones de una persona enferma

NO salpique ni eche aerosoles. Muévase despacio.

NO limpie las superficies con una toalla seca.

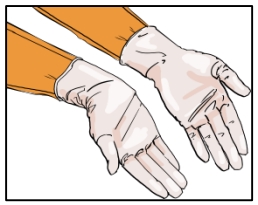
NO vierta cloro directamente en un derrame, ya que puede salpicar.

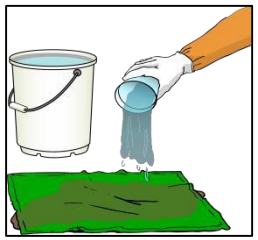
NO reutilice las toallas.

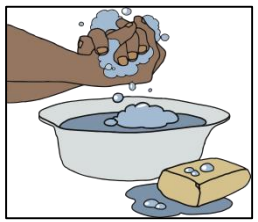
NO sumerja un paño sucio en un cubo que contenga una solución de cloro; hará que el cloro sea menos eficaz.

Si tiene que limpiar: cómo limpiar líquidos corporales y residuos

Pasos para limpiar y desinfectar los líquidos corporales







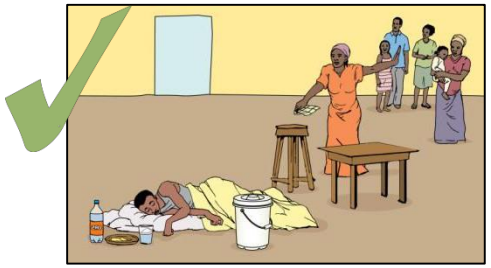
1. Cúbrase la piel, en especial las manos. Si tiene guantes, póngaselos.
2. Coloque un paño seco sobre las manchas.
3. Vierta la solución de cloro sobre el paño.
4. Limpie las secreciones con el paño húmedo.
5. Con **otro paño**, desinfecte el área con una solución de cloro. Espere 15 minutos.
6. **Lávese las manos cubiertas (con guantes) con una solución de cloro**, luego lávese las manos sin los guantes con agua y jabón.

Cómo deshacernos de los residuos

- Coloque el material contaminado, como los paños sucios, en bolsas cerca de la persona enferma.
- El equipo de descontaminación se deshará de ellos.
- Si tiene que deshacerse de ellos usted mismo, quémelos.

Recuerde tres cosas

No tocar



Aislar a la persona enferma

Llamar al 115