

GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOS

NO CONTAGIAR, NO CONTAGIARNOS



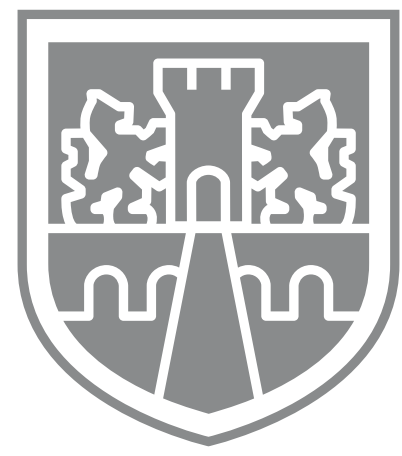
INSTITUTO NACIONAL
DE ENFERMEDADES
RESPIRATORIAS
ISMAEL COSÍO VILLEGAS



INCMNSZ

CIUDAD **INNOVADORA**
Y DE **DERECHOS**

NUESTRA
CASA



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

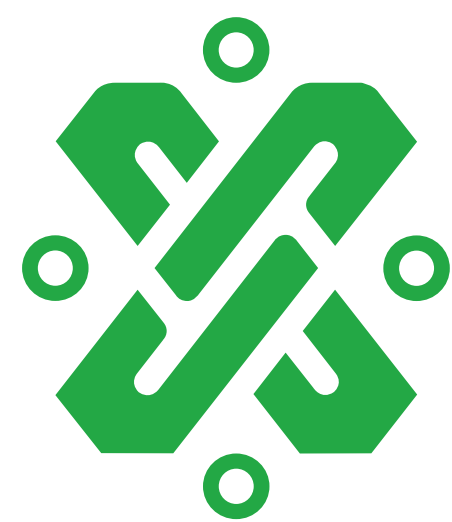
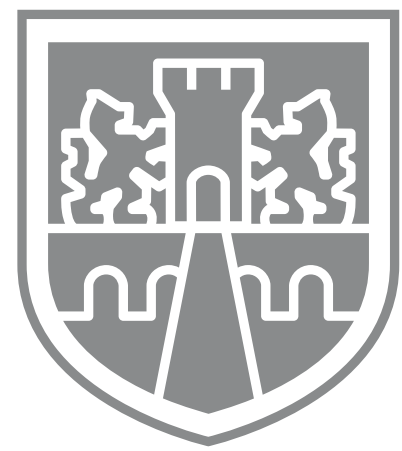
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOS

¿Sabes qué...?

El coronavirus que produce el Covid19 no es un ser vivo, es una partícula microscópica compuesta de genes de ARN cubierta por una membrana de lípidos (grasa) y proteínas que, al penetrar, dispone de nuestras células para producir las moléculas que la conforman; esa es la manera en la que se multiplican.



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOs

¿Sabes qué...?

La ciencia ha demostrado que cuando se reproducen los virus, las células mueren y los virus son expulsados en la saliva, las secreciones nasales y, especialmente, las heces. De ahí la importancia de respetar las medidas de higiene.

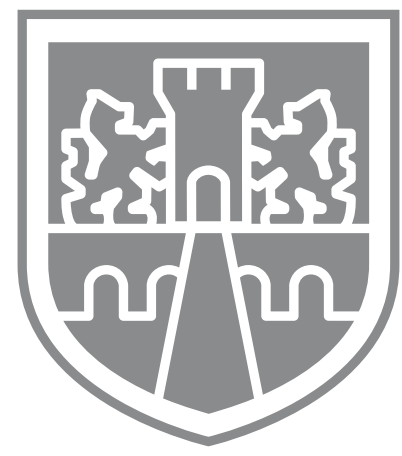


INSTITUTO NACIONAL
DE ENFERMEDADES
RESPIRATORIAS
ISMAEL COSÍO VILLEGAS



CIUDAD INNOVADORA
Y DE DERECHOS

NUESTRA
CASA



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

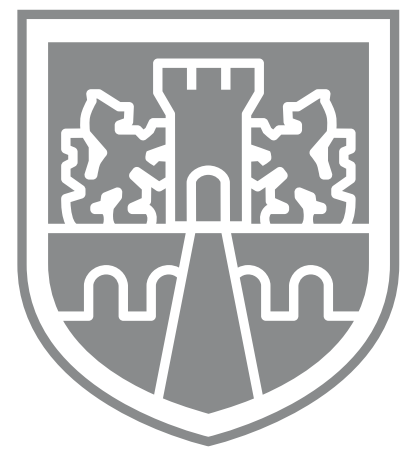
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOS

¿Sabes qué...?

El virus se puede destruir fácilmente, porque su capa externa contiene grasa. Por ello usar jabón es fundamental, pues su acción detergente corta los lípidos. Hay que frotarse las manos al menos 20 segundos para que el virus se desintegre. Lo mismo ocurre con el uso de soluciones que tengan al menos 70 por ciento de alcohol.



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOs

¿Sabes qué...?

Los objetos de uso frecuente tienen que ser lavados y desinfectados regularmente. No deben compartirse accesorios con los que se tiene un contacto directo.



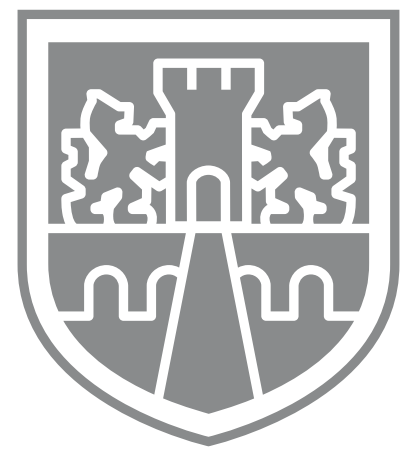
INSTITUTO NACIONAL
DE ENFERMEDADES
RESPIRATORIAS
ISMAEL COSÍO VILLEGAS



INCMNSZ

CIUDAD INNOVADORA
Y DE DERECHOS

NUESTRA
CASA



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOS

¿Sabes qué...?

Si alguien presenta algún síntoma del tipo de enfermedades respiratorias debe usar cubrebocas y enviar un SMS al 51515 con la palabra “covid19” para responder un cuestionario que ayude al diagnóstico.



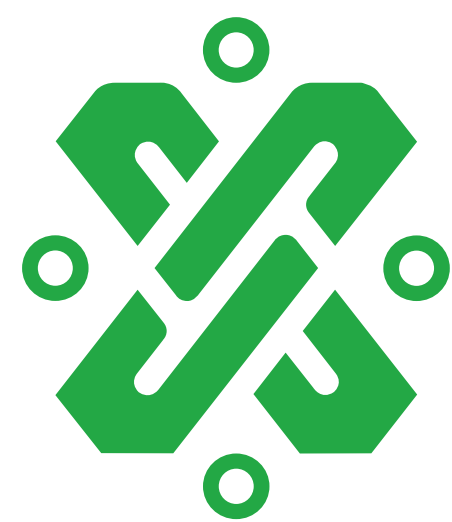
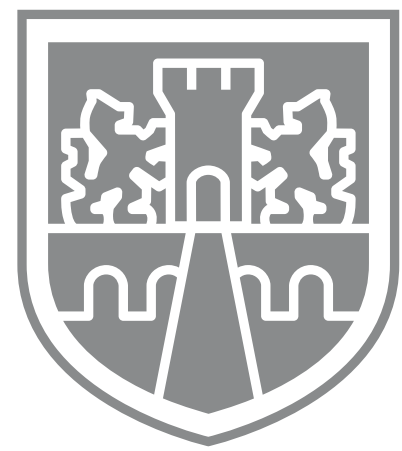
INSTITUTO NACIONAL
DE ENFERMEDADES
RESPIRATORIAS
ISMAEL COSÍO VILLEGAS



INCMNSZ

CIUDAD **INNOVADORA**
Y DE **DERECHOS**

NUESTRA
CASA



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOS

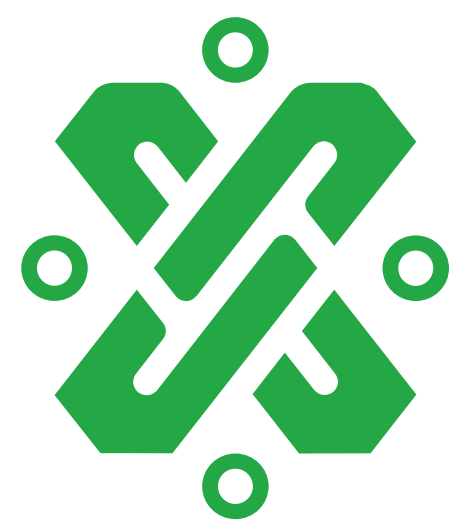
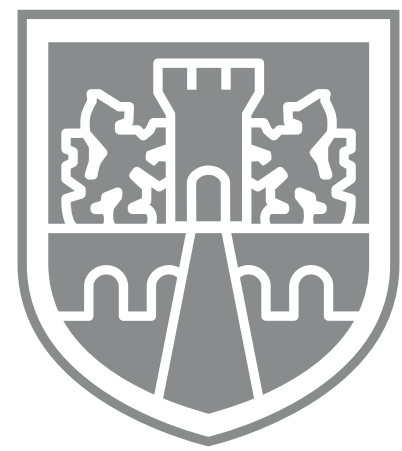
¿Sabes qué...?

Al toser o estornudar hay que taparse con la parte interna del codo y no tocarse la cara sin haberse desinfectado las manos, en especial, ojos, nariz y boca.



CIUDAD INNOVADORA
Y DE DERECHOS

NUESTRA
CASA



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOS

¿Sabes qué...?

Al regresar de alguna compra a casa, los contenedores de productos como latas, envases, botellas, así como frutas y verduras deben lavarse con agua y jabón. Los que no puedan mojarse se pueden limpiar con un pañuelo desechable mojado en alcohol.



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOs

¿Sabes qué...?

**Dos cucharadas soperas de cloro
por litro de agua. (solo para limpiar)
destruye al virus.**

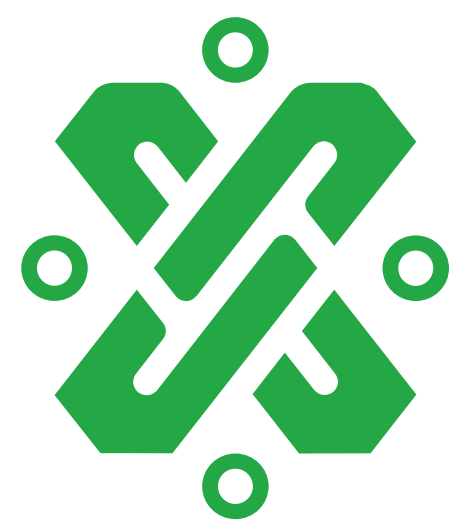
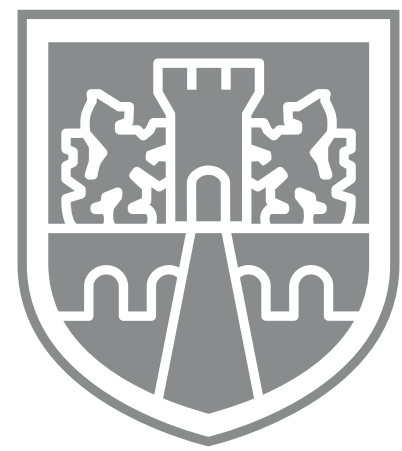


INSTITUTO NACIONAL
DE ENFERMEDADES
RESPIRATORIAS
ISMAEL COSÍO VILLEGAS



CIUDAD **INNOVADORA**
Y DE **DERECHOS**

NUESTRA
CASA



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOS

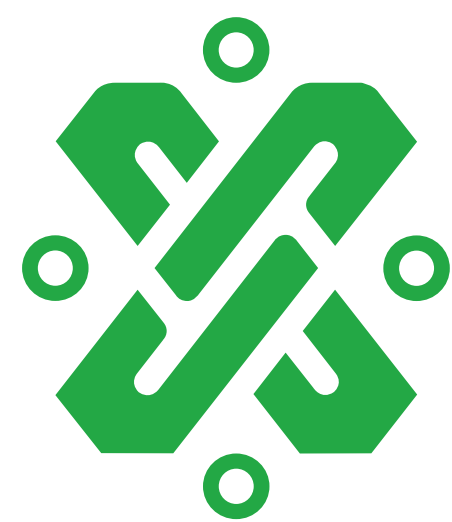
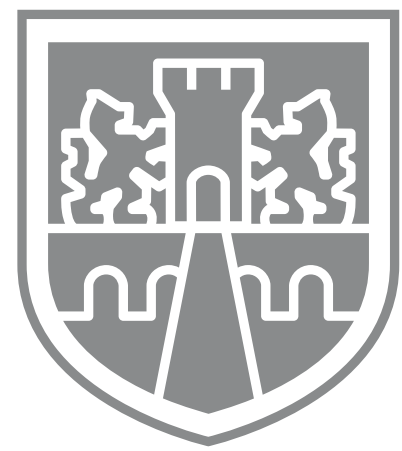
¿Sabes qué...?

Al permanecer en casa evitas el riesgo de contagiar y contagiarte. Por ello es importante el aislamiento social.



CIUDAD **INNOVADORA**
Y DE **DERECHOS**

NUESTRA
CASA



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOS

¿Sabes qué...?

Mantener una sana distancia de un metro y medio respecto de otras personas evita el contagio, porque las partículas de saliva no sobrepasan esta distancia.



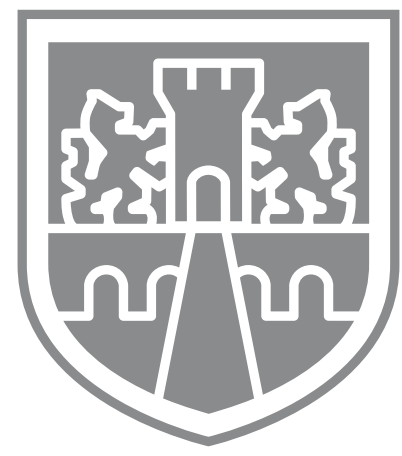
INSTITUTO NACIONAL
DE ENFERMEDADES
RESPIRATORIAS
ISMAEL COSÍO VILLEGAS



INCMNSZ

CIUDAD INNOVADORA
Y DE DERECHOS

NUESTRA
CASA



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOS

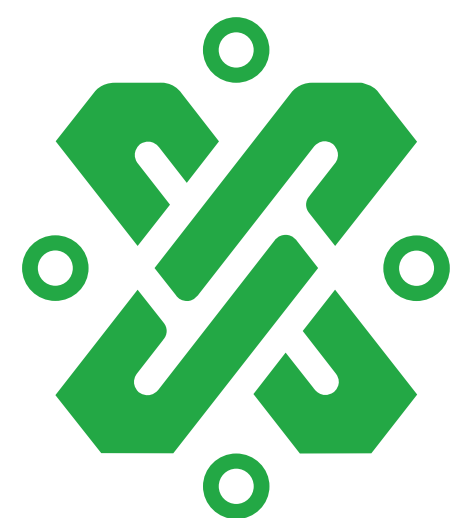
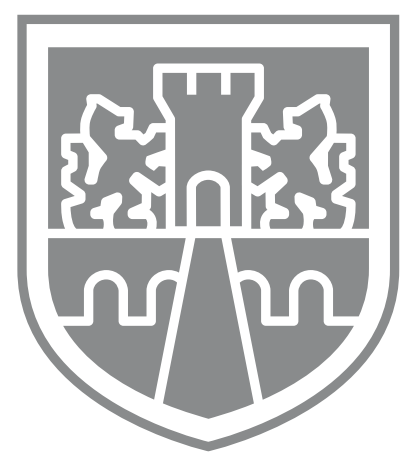
¿Sabes qué...?

Proteger a otros es protegerte a ti mismo.



CIUDAD **INNOVADORA**
Y DE **DERECHOS**

NUESTRA
CASA



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

SECRETARÍA
DE SALUD

RED ECOS

UNA RECOMENDACIÓN VALIOSA

Usar la mano no dominante para abrir puertas en casa u oficinas, transporte, baños, etc, pues es menos frecuente tocarse la cara con esa mano. En varios países recomendaron con éxito esta iniciativa.



INSTITUTO NACIONAL
DE ENFERMEDADES
RESPIRATORIAS
ISMAEL COSÍO VILLEGAS



INCMNSZ

CIUDAD INNOVADORA
Y DE DERECHOS

NUESTRA
CASA