

RENAP PROMUEVE LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES VIRALES



Las noticias del coronavirus han llamado la atención a nivel nacional e internacional y como parte de la responsabilidad social del Registro Nacional de las Personas –RENAP- hacia sus trabajadores y usuarios, se llevó a cabo una actividad de prevención de enfermedades virales.

Con la colaboración y apoyo de Laboratorios Químicos ARVI, en la Sede Central de RENAP donde diariamente se atiende a un promedio de tres mil personas, se llevó a cabo una actividad para promover y orientar respecto de la higiene y cuidados en casa y en el trabajo para evitar el contagio de dichas enfermedades. Los representantes de ARVI dieron a conocer los beneficios de la limpieza adecuada de las manos, superficies y los ambientes saludables, proporcionando de forma gratuita alcohol en gel y otros productos para la adecuada desinfección.

Según datos de la Organización Mundial de la Salud –OMS-, existen muchos tipos de coronavirus que incluyen algunos que comúnmente causan enfermedades leves de las vías respiratorias superiores. El coronavirus 2019 o COVID-19 es una nueva enfermedad, causada por un nuevo coronavirus que no se había visto antes en seres humanos. El virus se propaga principalmente de persona a persona, es decir, con el contacto cercano y a través de pequeñas gotas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose o estornuda. Estas gotitas pueden caer en la boca o la nariz de las personas cercanas y posiblemente ser inhaladas hasta llegar a los pulmones. También se contagia al tener contacto directo con superficies contaminadas y luego tocarse la nariz, los ojos o la boca con las manos sucias.

Estas son algunas de las medidas de prevención:

1. Lávese las manos frecuentemente y utilice gel desinfectante
2. Evite el saludo de beso o mano
3. No toque su nariz, boca y ojos con las manos sucias
4. Al estornudar o toser, cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable o con el antebrazo
5. Aumente las defensas de su cuerpo consumiendo suplementos vitamínicos en especial Vitamina C y Omega 3
6. Desinfecte frecuentemente las áreas de trabajo, el teclado de la computadora, el escritorio y el teléfono celular
7. Mantenga su casa limpia y ordenada
8. No visite lugares donde haya mucha gente
9. Evite comer alimentos crudos. Desinféctelos y cocínelos muy bien.
10. Si presenta síntomas solicite atención médica a tiempo para descartar que esté infectado

La higiene es fundamental para evitar enfermedades virales, así que debe ponerse en práctica en cualquier lugar.