

Medidas sanitarias para evitar la propagación de COVID-19

Síntomas asociados a COVID-19:

- Fiebre (Temperatura superior a 37.5 °C)
- Tos
- Cansancio
- Dolor muscular y/o de articulaciones
- Dolor de garganta
- Diarrea
- Conjuntivitis (secreción ocular) o irritación
- Dolor de cabeza (cefalea)
- Pérdida del sentido del olfato o del gusto
- Escurrimiento nasal
- Señal de alarma: somnolencia
- Señal de gravedad: dificultad para respirar

Para prevenir la propagación del COVID-19, sigue las siguientes recomendaciones durante el evento:

- Mantén una distancia de seguridad con otras personas (de 1.5 metros como mínimo), aunque no parezca que estén enfermas.
- Vacúnate cuando sea tu turno. Sigue las directrices sobre vacunación de las autoridades locales.



- Utiliza mascarilla en público, especialmente en interiores o cuando no sea posible mantener el distanciamiento físico.



- Cuando tosas o estornudes, cúbrete la nariz y la boca con el codo flexionado o con un pañuelo.



- Lávate las manos con frecuencia. Usa agua y jabón o un desinfectante de manos a base de alcohol.



- Toma en cuenta:
 - Las mascarillas bien colocadas pueden ayudar a prevenir que las personas que las llevan contagien el virus a otras. Sin embargo, no protegen frente a la COVID-19 por sí solas, sino que deben combinarse con el distanciamiento físico y la higiene de manos.
 - Prioriza los espacios abiertos y con buena ventilación en lugar de los espacios cerrados. Si estás en interiores, abre una ventana.

INFORMACIÓN PARA VIAJEROS [\(MÁS INFORMACIÓN\)](#)

Si presentas síntomas en tu trayecto a México, deberás informarlo al equipo de Sanidad Internacional que realiza labores de vigilancia en cada punto de ingreso al país. Si estos signos inician en las dos semanas posteriores, deberás llamar al número 800-0044-800

La Secretaría de Salud de México habilitó una página para obtener el CERTIFICADO DE VACUNACIÓN COVID-19, como comprobante oficial para demostrar que las personas han recibido la vacuna. A través de la página <https://cvcovid.salud.gob.mx/> se puede obtener el certificado que contiene un código QR.

México no ha adoptado restricciones para el ingreso aéreo de visitantes y regreso de mexicanos provenientes de otros países. Personal de la Secretaría de Salud se encuentra en los puntos de entrada al país para atender a personas que presenten síntomas asociados al coronavirus y tomar las medidas correspondientes.

- Asegúrese de recibir la autorización de viaje de su agencia y de consultar a un proveedor de atención sanitaria calificado antes de viajar.
- No viaje si está enfermo o tiene fiebre y tos.
- Asegúrese de cumplir con la higiene de las manos y de mantener una distancia mínima de un metro de aquellas personas que tosan y estornuden.
- Vigile su salud durante al menos 14 días después de su viaje y antes de su regreso revise los consejos dirigidos al personal de la ONU que haya viajado recientemente a zonas en las que se ha producido una continua transmisión de COVID-19.
- Evite la visita a mercados en zonas en las que se estén produciendo casos de coronavirus y evite el contacto directo y sin protección con animales vivos o con superficies que se estén en contacto con dichos animales.
- Evite el consumo de productos de origen animal crudos o poco cocinados y siga siempre adecuadas prácticas de higiene alimentaria.
- Si comienza a tener fiebre o síntomas respiratorios como dificultad para respirar o tos, solicite atención sanitaria inmediatamente. Informe a su médico sobre su historial de viajes y antes de visitar un centro sanitario haga todo lo posible por explicar por teléfono su situación.
- Manténgase informado sobre los consejos de salud que se proporcionen en su localidad, tanto antes como durante su viaje.
- Todos los viajeros deben tener en cuenta que las autoridades locales pueden comenzar a aplicar restricciones de viaje y medidas de control sanitario a los viajeros que entren o salgan del país. Algunos países pueden contar con sus propias restricciones de permisos e incluso pueden haber paralizado los vuelos, lo cual dificultaría los viajes.

Fuentes:

[Coronavirus.gob](#)

[SRE](#)

[ONU](#)

[Guía del viajero.gob](#)