

**Alerta global para el brote del nuevo Coronavirus (2019-nCoV)  
Recomendaciones para viajeros deportivos y sus equipos.**

Los coronavirus son una gran familia de virus respiratorios que pueden causar enfermedades que van desde el resfriado común hasta el Síndrome Respiratorio del Medio Oriente (MERS) y el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS).

Del Servicio Médico del Ce.N.A.R.D. Proporcionamos información a los viajeros deportivos y sus equipos (técnicos, líderes, etc.), siguiendo las pautas de la OMS, para reducir el riesgo de infecciones por este virus y la morbilidad y mortalidad asociadas.

1. Evite viajar a regiones afectadas por el 2019-nCoV. Vea el mapa en tiempo real <https://gisanddata.maps.arcgis.com/apps/opsdashboard/index.html#/bda7594740fd40299423467b48e9ecf6> /

2. Lávese las manos con agua y jabón con frecuencia. Puede usar gel de alcohol en caso de que no tenga agua y jabón. Esta medida reducirá el riesgo de contaminación por personas enfermas o su entorno.

3. Evite espacios con un gran número de personas que favorezcan la transmisión del virus directamente o por contacto con superficies contaminadas (pasamanos, puertas, etc.)

4. Evite el contacto directo sin protección (mentoneras) con personas que sufren infecciones respiratorias agudas o síntomas sugestivos de enfermedad (fiebre, tos, etc.) como se demuestra la transmisión interpersonal.

5. Evite el contacto sin protección con animales de granja o salvajes. No visite mercados o granjas para evitar contraer el virus por inhalación.

6. Evite el consumo de productos animales crudos o poco cocidos o de origen o elaboración dudosos y refuerce la manipulación higiénica de los alimentos (lavado de manos, cocción cruzada segura, etc.).

7. Las personas con síntomas de una infección respiratoria aguda deben tomar las siguientes precauciones: mantenga cierta distancia con los demás, cúbrase la nariz y la boca con pañuelos, mentoneras o ropa cuando estornude o tosa (hágalo en el pliegue del codo) y lávese las manos. .

La OMS recomienda que las personas que viajan y desarrollen síntomas respiratorios (fiebre, tos, etc.) durante el viaje, o más tarde (14 días), soliciten atención médica inmediata y expliquen en profesional de la salud el itinerario que han realizado. Para hacerlo, debe conocer los centros de atención locales más cercanos y tener un seguro médico de viaje.

**Servicio médico del Ce.N.A.R.D.  
Infectología aplicada al Deporte  
31-01-2020**