

- * **Diarrea.**
- * **Secreción nasal o congestión nasal.**
- * **Ojos irritados.**
- * **Ardor al orinar.**
- * **Sensación febril.**
- * **Garganta seca.**

Es muy importante contar los días de síntomas: primero, segundo, tercero.

Atención, es muy importante beber muchos líquidos, especialmente agua. Beba mucha agua para evitar que la garganta esté seca y para ayudar a limpiar sus pulmones.

2da fase: (del 4to al 8vo día) Inflamatorio

- * **Pérdida de sabor y/o olor.**
- * **Cansancio al mínimo esfuerzo.**
- * **Dolor en el pecho (caja torácica).**
- * **Opresión en el pecho.**
- * **Dolor en la espalda baja (en la región renal).**

El virus ataca las terminaciones nerviosas.

Diferenciar entre cansancio y falta de aliento:

- **falta de aliento es cuando la persona está sentada, sin hacer ningún esfuerzo y le falta el aire;**
- **cansancio es cuando la persona se mueve para hacer algo simple y se siente cansado).**

Necesita mucha hidratación y vitamina C

(El virus se une al oxígeno, la calidad de la sangre es pobre, con menos oxígeno) nivel mínimo 90.

Si tiene tos, tome un poco de jarabe para la tos. (Tomé el jarabe de acetilcisteína en sobre).

3ra fase: curación: el noveno día entra en la fase de curación, hasta el decimocuarto día (convalecencia).

No demore el tratamiento, cuanto antes mejor.

Buena suerte a todos."

Es mejor mantener estas recomendaciones, la prevención nunca está de más

Consejo de hospitales de aislamiento,

podemos hacer medicamentos que se toman en hospitales de aislamiento en el hogar

1. Vitamina C-1000
2. Vitamina E (E)
3. De (10 a 11) horas, sentado al sol durante 15 a 20 minutos.
4. Harina de huevo una vez.
5. Descansa / duerme al menos 7-8 horas
6. Bebemos 1.5 litros de agua diariamente
7. Todas las comidas deben ser calientes (no frías). Es todo lo que hacemos en el hospital para fortalecer el sistema inmunológico.

Tenga en cuenta que el pH del coronavirus varía de 5.5 a 8.5. Por lo tanto, todo lo que necesitamos hacer para eliminar el virus es consumir más alimentos alcalinos por encima del nivel ácido del virus.

Tales como: Bananas Verde, Limón - 9.9 pH Limón amarillo - 8.2 pH Palta - 15.6 pH Ajo - 13.2 pH Mango - 8.7 pH Mandarina - 8.5 pH Piña - 12.7 pH Berro - 22.7 pH Naranjas - 9.2 pH

CÓMO SABER QUE ESTÁ INFECTADO CON EL COVID 19.

- 1-Picazón en la garganta
2. Sequedad en la garganta
3. Tos seca 4. Alta temperatura
5. Falta de aliento
6. Pérdida del olfato
- 7.Diarrea
9. Dolor de cabeza...

DIFUNDE ESTA INFORMACIÓN.

www.psicoadolescencia.com.ar

PENSA EN TUS HIJOS, TUS PADRES HERMANOS, NIETOS, Y AMIGOS

DECÍ NO A LAS JUNTADAS ENTRE FLIAS Y AMIGOS

USA BARBIJO

LAVATE LAS MANOS CON AGUA Y JABON

EN CASO DE ESTAR FUERA DE CASA X MOTIVO LABORAL

MANTENE EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL, USA ALCOHOL EN GEL AL 70%

LA LIMPIEZA EN CASA SE ACONSEJA USAR LAVANDINA

COPIA, PEGA Y COMPARTE ESTE IMPORTANTE MSJ!!!