

Sociedad Española  
de **Neumología**  
y **Cirugía Torácica**  
SEPAR

Toma Aire y sopla vida

Contenidos RRSS - Covid 19



FECHA	
PROMOCIONADA	
STATUS	Revisión

Tema: Entrevista al Dr De la Rosa Formato: post video

Texto:

**Ante una situación única y excepcional como es la pandemia global, es normal que nuestros días se llenen de preguntas. Por este motivo, en SEPAR queremos hablarte, solo, de respuestas. Y no cualesquiera, sino las del doctor De la Rosa, quién las desvelará al entrevistador Pedro Piqueras. ¡Mantente atento!**

Hashtags:

#SEPARespira #TomaAireySoplaVida #covid  
#coronavirus #covid19 #respira #prevencioncovid





FECHA	
PROMOCIONADA	
STATUS	Revisión

Tema: Medidas de protección

Formato: post carrusel

Copy: **Hoy compartimos contigo los 5 mandamientos básicos para mantener una buena salud y evitar el contagio de la Covid-19:**

- 👉 **Lavarse las manos a fondo y con frecuencia**
- 👉 **Evitar tocarse los ojos, la boca y la nariz**
- 👉 **Cubrirse la boca con el codo o con un pañuelo cuando se estornuda o tose**
- 👉 **Usar mascarilla**
- 👉 **Mantener la distancia de al menos un metro y medio con las demás personas.**

¡Like si los cumples todos! 😊

**Hashtags:**

#SEPARespira #TomaAireySoplaVida #covid #coronavirus #covid19 #respira  
#prevencioncovid

Imagen\_1





FECHA	
PROMOCIONADA	
STATUS	Revisión

Tema: Medidas de protección

Formato: post

Imagen\_2



Imagen\_3



Imagen\_4



Imagen\_5





FECHA	
PROMOCIONADA	
STATUS	Revisión

Tema: Medidas de protección

Formato: story 1/2 - Quiz

Tab\_1

Imagen: vemos el picto de las manos en el fregadero

Copy en imagen: **¿Qué medida de prevención contra la Covid - 19 se indica en el picto?**

(Mock up)

Elige la opción correcta

A: Lavarse las manos a fondo

B: Lavarse las manos con frecuencia

**C: Ambas anteriores son correctas**

Tab\_2

Imagen: vemos el picto del estornudo

Copy en imagen: **¿Qué medida de prevención contra la Covid - 19 se indica en el picto?**

Elige la opción correcta

**A: Evitar tocarse los ojos, la boca y la nariz**

B: Protegerse la boca con la mano

**¿Qué medida de prevención  
contra la Covid - 19  
se indica en el picto?**



ELIGE LA OPCIÓN CORRECTA

- A Lavarse las manos a fondo
- B Lavarse las manos con frecuencia
- C Ambas anteriores son correctas

**¿Qué medida de prevención  
contra la Covid - 19  
se indica en el picto?**



ELIGE LA OPCIÓN CORRECTA

- A Evitar tocarse los ojos, la boca y la nariz
- B Protegerse la boca con la mano



FECHA	
PROMOCIONADA	
STATUS	Revisión

Tema: Medidas de protección

Formato: story 2/2 - Quiz

Tab\_3

Imagen: vemos el picto del pañuelo

Copy en imagen: **¿Qué medida de prevención contra la Covid - 19 se indica en el picto?**

Elige la opción correcta

A: Cubrirse la boca con el codo en el momento de toser

B: Cubrirse la boca con un pañuelo

**C: Ambas son correctas**

Tab\_4

Imagen: vemos picto mascarilla

Copy en imagen: **¿Qué medida de prevención contra la Covid - 19 se indica en el picto?**

Elige la opción correcta

A: Usar la mascarilla en espacios cerrados

**B: Usar la mascarilla en espacios abiertos y cerrados**

**¿Qué medida de prevención  
contra la Covid - 19  
se indica en el picto?**



ELIGE LA OPCIÓN CORRECTA

- A Cubrirse la boca con el codo en el momento de toser
- B Cubrirse la boca con un pañuelo
- C Ambas son correctas

**¿Qué medida de prevención  
contra la Covid - 19  
se indica en el picto?**



ELIGE LA OPCIÓN CORRECTA

- A Usar la mascarilla en espacios cerrados
- B Usar la mascarilla en espacios abiertos y cerrados



FECHA	
PROMOCIONADA	
STATUS	Revisión

Tema: Medidas de protección

Formato: story 2/2 - Quiz

Tab\_5

Imagen: vemos picto de distancia de seguridad

Copy en imagen: **¿Qué medida de prevención contra la Covid - 19 se indica en el picto?**

**A: Mantener la distancia de 1,5 metros**

B: Mantener la distancia de 1 paso

**¿Qué medida de prevención  
contra la Covid - 19  
se indica en el picto?**



ELIGE LA OPCIÓN CORRECTA

A Mantener la distancia de 1,5 metros

B Mantener la distancia de 1 paso





FECHA	
PROMOCIONADA	
STATUS	Revisión

Tema: Síntomas

Formato: post

Imagen:

Texto imagen: Estas son las medidas que pueden cambiar las cosas

Copy: **Los síntomas son una alteración del organismo que pone de manifiesto la existencia de una enfermedad. En el caso de la Covid - 19 se desarrollan entre 4 - 5 días. Pero... ¿Los conoces todos? ¡Te invitamos a hacer un recordatorio! :**

- ✓ Fiebre
- ✓ Tos seca y el malestar general

Otros síntomas menos frecuentes:

- ✓ Dolores y molestias
- ✓ Congestión nasal
- ✓ Dolor de cabeza
- ✓ Conjuntivitis
- ✓ Dolor de garganta
- ✓ Diarrea
- ✓ Pérdida del gusto o del olfato y erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies.

**Hashtags:**

#SEPARespira #TomaAireySoplaVida #covid #coronavirus #covid19 #respira #prevencioncovid

**Estas son las medidas  
contra la Covid - 19 que  
pueden cambiar las cosas**





FECHA	
PROMOCIONADA	
STATUS	Revisión

Tema: Síntomas

Formato: story

Tab\_1 [programamos pregunta abierta]

Imagen:

Copy imagen: **¿Qué síntoma es el correcto? ¡Señálalo!** 😊

Tab\_2 [termómetro]

Imagen:

**¿Puedes señalar el síntoma correcto?**

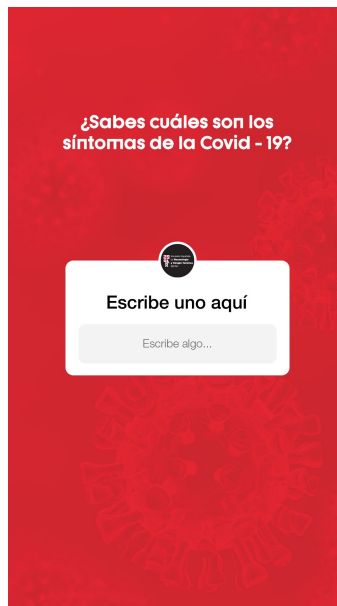
**Picor en la piel - Fiebre**

Tab\_3

Imagen: desvelamos 'Fiebre'

**¡La fiebre!** 😊✓

**Uno de los síntomas más comunes en la Covid - 19 junto a la tos seca y el malestar general.**





FECHA	
PROMOCIONADA	
STATUS	Revisión

Tema: Síntomas

Formato: story

Tab\_4 [termómetro]

Imagen:

**¿Sabes cuál es el síntoma correcto producido por la Covid - 19? ¡Señálalo! 😊**

**Moratonos - Pérdida del gusto**

Tab\_5

Imagen: desvelamos 'Pérdida del gusto'

**¡Pérdida del gusto! 😊✓**

**La pérdida del gusto o del olfato es un síntoma menos común, como lo son el dolor de garganta y la diarrea.**

Tab\_6

Copy: **Recuerda, si usted presenta fiebre, tos, dificultad para respirar y fatiga acuda a su centro de atención primaria.**





FECHA	
PROMOCIONADA	
STATUS	Revisión

Tema: Cuánto sabes sobre la Covid-19

Formato: stories

Tab\_1

¿Cuánto sabes sobre la Covid-19?

Cualquier persona puede caer gravemente enferma

A: No, solo los mayores de 75 años

B: Sí, sin excepciones

Tab\_2

¿Cual es la permanencia de la Covid-19 en las superficies?

A: Solo es resistente un día

B: Va desde 4 hasta 72 horas

Tab\_3

El uso de la mascarilla es a partir de...

A: 6 años

B: 12 años

