

# BOLETÍN DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

Dirección General de Salud Pública  
Departamento de Sanidad



## TEST ANTÍGENOS

### PASO A PASO

**PREPARACIÓN**

- Lávate las manos
- Abre y coloca el kit del test
- Consulta el prospecto
- Echa el reactivo en el bote si viene por separado



**RECOMENDACIONES**

- Hazte el test frente a un espejo
- En caso de realizárselo a un tercero, usa mascarilla
- En el test bucal o de saliva, no comas, bebas ni fumes 30 minutos antes. Haz 2 respiraciones profundas y fuerza la tos antes del test



ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE ENFERMERÍA

### TOMA DE LA MUESTRA

NARIZ



- Introduce el bastoncillo unos 2 cm en cada orificio
- Mueve en círculos el bastoncillo alrededor de cada pared interna nasal 5-10 segundos
- Introduce el bastoncillo en la solución y muévelo 10 segundos

BOCA



- Frota el bastoncillo 5 segundos en cada una de estas zonas internas:
  - Parte superior e inferior de cada mejilla, cerca de las encías
  - Parte superior e inferior de la lengua
  - En el paladar, lo más cerca de la campanilla posible
- Introduce el bastoncillo en la solución y muévelo 10 segundos

SALIVA



Pipeta

- Enrosca la boquilla al tubo con el reactivo
- Echa saliva en el bote hasta duplicar el contenido
- Remueve formando suaves círculos
- Retira la boquilla
- Aprieta la pipeta, introdúcela en el bote y suelta para tomar la muestra

---

EN TODOS LOS CASOS

- Deposita las gotas necesarias, según el prospecto, en la cubeta
- Espera el tiempo indicado en el prospecto (generalmente 15 minutos)
- No toques el indicador del test



### RESULTADO DEL TEST

POSITIVO



- Aislate del resto de convivientes
- No salgas de casa
- Extrema las medidas de protección: mascarilla, distancia, ventilación e higiene de manos
- Comunicalo a los servicios sanitarios

NEGATIVO



Si persisten los síntomas, hazte otro test 48 horas después

NO VÁLIDO



Utiliza otro test y repite todo el procedimiento

Cualquier línea, aunque sea tenue, se considera positivo

### CÓMO DESECHAR EL TEST

- Introduce los elementos con restos biológicos en la bolsa de bioseguridad
- Si no trae bolsa, mételos en una de plástico y átala
- Tírala a la basura genérica
- Limpia las superficies
- Lávate las manos al terminar



Cómo hacer correctamente un autotest de antígenos en casa - Centro de salud Fuentes Norte

## INFORMACIÓN GENERAL

- Celebración del Día Mundial contra el Cáncer con el lema “Por unos cuidados más justos”
- Proceso participativo para la elaboración del plan Salud Mental 2022-2025 del Gobierno de Aragón

## EL ACTIVO DEL



MES



Programa Cuidarte en los hogares de mayores del IASS

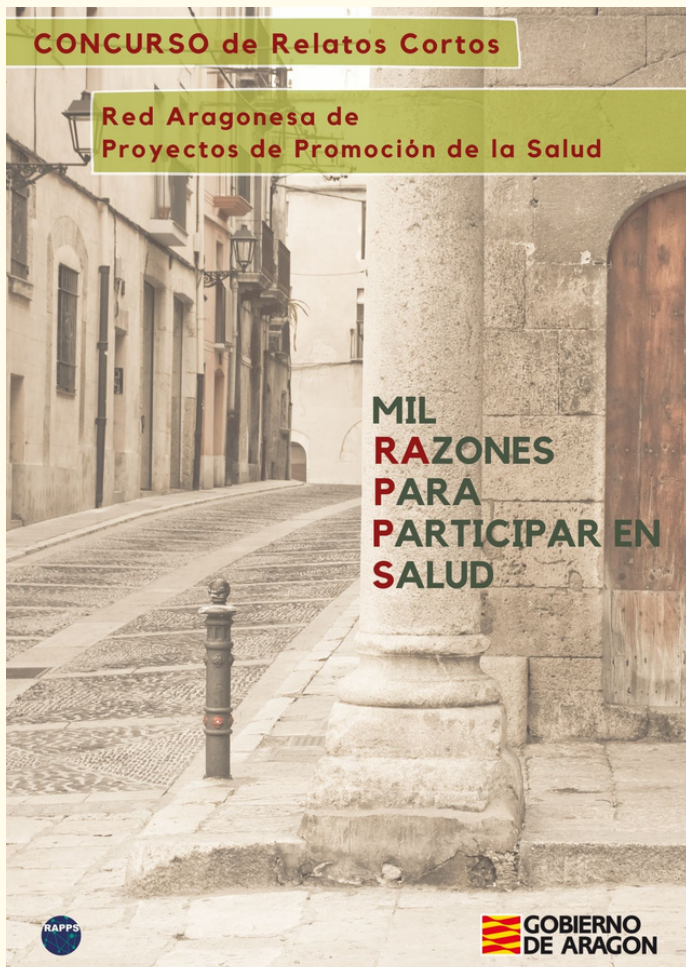
## PROFESIONALES

- "Trabajando en red por la educación del paciente". Escuela de Salud. Materiales de la Jornada celebrada el 17 de noviembre
- Guía de Buenas Prácticas para profesionales con personas que usan drogas



## RECURSO AUDIOVISUAL

¿Cómo puedo ayudar a combatir las resistencias antimicrobianas?



## COMUNIDAD EDUCATIVA

- Día de Internet Segura, trabajando "Junt@s por una internet mejor" y segura para los niñ@s
- El huerto escolar: espacio de aprendizaje fuera del aula

## BIENESTAR EMOCIONAL

- Guía práctica de prevención del suicidio en personas mayores
- La relajación, Quino Villa nos da unas pautas sobre su importancia

Lectura y bienestar: leer da sueños. Bases del concurso de relatos de la RAPPSS

## COMPORTAMIENTOS SALUDABLES

- Todo movimiento suma: haz ejercicio físico
- Código Europeo contra el Cáncer.



UN MOMENTO  
PARA LAS  
REDES

Programa de actividades "Alcañiz SoySana"



## RECURSOS Y ENLACES DE INTERÉS

- Materiales informativos para adolescentes, elaborados por el Grupo de Salud Comunitaria del Centro de Salud de Barbastro
- "Frena la curva", ganador del Premio a la Innovación Política en "Estrategias frente a la Covid"
- Impacto del cáncer en España: Una aproximación a la inequidad y los determinantes sociales
- Pantallas Sanas: Guía de actividades para el alumnado y Consejos para las familias



## EVENTOS, CONVOCATORIAS, CONCURSOS...

- XX Jornadas de trabajo sobre Calidad en Salud 2022 y XVIII Congreso de la Sociedad Aragonesa de Calidad
- Exposición "Geoparques Mundiales: Maestrazgo y Sobrarbe-Pirineos" del 10 de febrero al 27 de marzo
- Premio Solidarizar2022: Las bases del concurso

**Consulta los números anteriores**



**Para recibir el Boletín** en tu correo mensualmente envía un mensaje a [eps@aragon.es](mailto:eps@aragon.es). Para recibirlo a través de WhatsApp agrega el núm. +34 680 72 64 96 a tus contactos y envía Hola

