



UNIVERSIDAD AMÉRICA LATINA

CORONAVIRUS

Una posible PANDEMIA
(COVID-19)



Cultura de Prevención y Cuidado

Introducción

Hasta el día de hoy 17 de marzo del 2020 los casos de Coronavirus (COVID-19) suman más de 170,000 casos de contagio en todo el mundo. La cifra de decesos en todo el mundo supera los 5.000 y la de los recuperados, los 65.000.

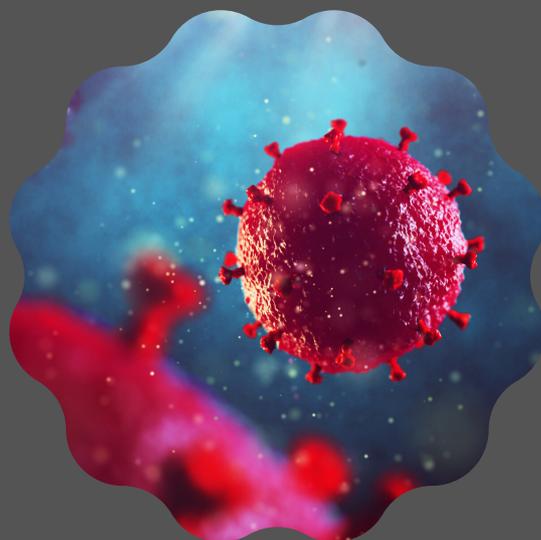
Por ello la OMS (Organización Mundial de la Salud) ha declarado la emergencia sanitaria internacional debido al creciente número de casos fuera del país de origen. Dentro de estas cifras debemos considerar a países como Japón, Corea del Sur, Italia, Francia, Alemania, España, Irán, Filipinas, México, entre otros. Hasta hoy se han confirmado casos en más de 150 países.

En México el número de infectados hasta la fecha (17/03/20) ya son 82 los casos positivos detectados. La Ciudad de México es la entidad con más casos, mientras que ya son 31 estados los que han presentado casos confirmados, exceptuando Campeche.

Las nuevas muertes por el brote de coronavirus en los países anteriormente nombrados ha alimentado el temor sobre una pandemia mundial, a medida que la enfermedad llega a países con pocos recursos sanitarios.

Por lo que, el director general de la OMS, Tedros Adhanom Ghebreyesus, insistió que el virus todavía se puede contener y elogió las drásticas medidas tomadas en China, con la puesta en cuarentena de grandes ciudades.

“Por el momento no estamos presenciando una propagación mundial incontenible de este virus ni muertes a gran escala”, dijo Tedros a la prensa el 24 de febrero en Ginebra. Sin embargo añadió que los países tienen que hacer lo máximo posible para prepararse para “una posible pandemia”.



GRAVEDAD DE LA ENFERMEDAD

Se sabe que tanto MERS-CoV (Enfermedad respiratoria viral, el síndrome respiratorio de Medio Oriente) como SARS-CoV (El síndrome respiratorio agudo grave «neumonía») causadas por el CORONAVIRUS (COVID-19) son enfermedades graves en las personas.

El cuadro clínico completo con respecto a COVID-19 no se comprende completamente. Las enfermedades reportadas han variado de leves a graves, incluidas las enfermedades que causan la muerte.

¿CUÁLES SON SUS SÍNTOMAS?

-  Dolor de cabeza
-  Fiebre
-  Fatiga o cansancio
-  Tos seca
-  Dificultad para respirar



CÓMO SE PROPAGA EL VIRUS

Se cree que el virus se propaga principalmente de persona a persona.

- Entre personas que están en contacto cercano entre sí.
- A través de gotas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose o estornuda. Estas gotas pueden caer en la boca o la nariz de las personas cercanas o posiblemente ser inhaladas a los pulmones.

Propagación del contacto con superficies u objetos infectados.

- Es posible que una persona pueda contraer COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tiene el virus y luego tocarse la boca, la nariz o posiblemente los ojos, pero no se cree que esta sea la principal forma en que el virus se extiende.

PREVENCIÓN

Actualmente **no existe una vacuna para prevenir la enfermedad** por coronavirus (COVID-19). La mejor manera de prevenir este tipo de enfermedades es evitar exponerse a este virus.

Acciones preventivas diarias para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias, son:

-  Evitar el contacto cercano con personas que están enfermas.
-  Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
-  Quédese en casa cuando se esté enfermo.
-  Cubrir su tos o estornudos con un pañuelo desechable, luego tírelo a la basura.
-  Limpiar y desinfectar con un spray o paño de limpieza doméstico los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia.
-  Seguir las recomendaciones para uso de cubrebocas, en caso necesario.
-  Lavarse las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
-  Usar desinfectante para manos a base de alcohol.



QUÉ HACER SI ESTÁS ENFERMO

Llame con anticipación a un profesional de la salud si presenta fiebre y síntomas de la enfermedad respiratoria, como tos o dificultad para respirar, y si ha estado en contacto cercano 2 con una persona que se sabe que tiene COVID-19. Su profesional de la salud deberá trabajar con el hospital público o privado para determinar si necesita hacerse la prueba de COVID-19.

PASOS PARA NO PROPAGAR EL COVID-19 SI SE ESTÁ ENFERMO

-  Quedarse en casa excepto para recibir atención médica.
-  Separarse de otras personas y animales en su hogar.
-  Llame con anticipación antes de visitar a su médico.
-  Use una mascarilla para cubrir su nariz y boca.
-  Cubrase cuando tose y estornude.
-  Lave y limpie sus manos con frecuencia.
-  Evite compartir artículos personales del hogar.
-  Limpie todas las superficies de "alto contacto" todos los días.
-  Con atención médica inmediata busque controla los síntomas de la enfermedad.
-  Permanezca en aislamiento en el hogar hasta que se considere que el riesgo de transmisión a otros es bajo.



QUE OTRAS MEDIDAS A TOMAR

En este momento, la mayoría de las personas en México tenemos poco riesgo de exposición al virus que causa COVID-19. Pero debemos mantenernos informados y crear una cultura de prevención y cuidado.

ACCIONES CON RESPONSABILIDAD SOCIAL ANTE EL COVID-19

-  Crear conciencia sobre COVID-19 sin aumentar el miedo.
-  Comparta información precisa sobre cómo se propaga el virus.
-  Si tu o algún familiar han regresado recientemente de algún país con mayor número de casos de COVID-19 y presentan síntomas favor de acudir al médico.
-  No compartas imágenes que distorsionen la seriedad que debemos tener para enfrentar los temas de salud personal y comunitaria.
-  No te expreses de forma negativa o alarmista en los personal, en la comunidad ni en las redes sociales.
-  Participa en la creación de una cultura de prevención.
-  Recuerda que la salud es una responsabilidad individual y social; por lo que todas las personas debemos contribuir a su cuidado en la medida de lo posible.

