

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN

EN INFECCIONES RESPIRATORIAS POR CORONAVIRUS
(COVID-19) PARA EL PERSONAL DE LA CODHET 2020



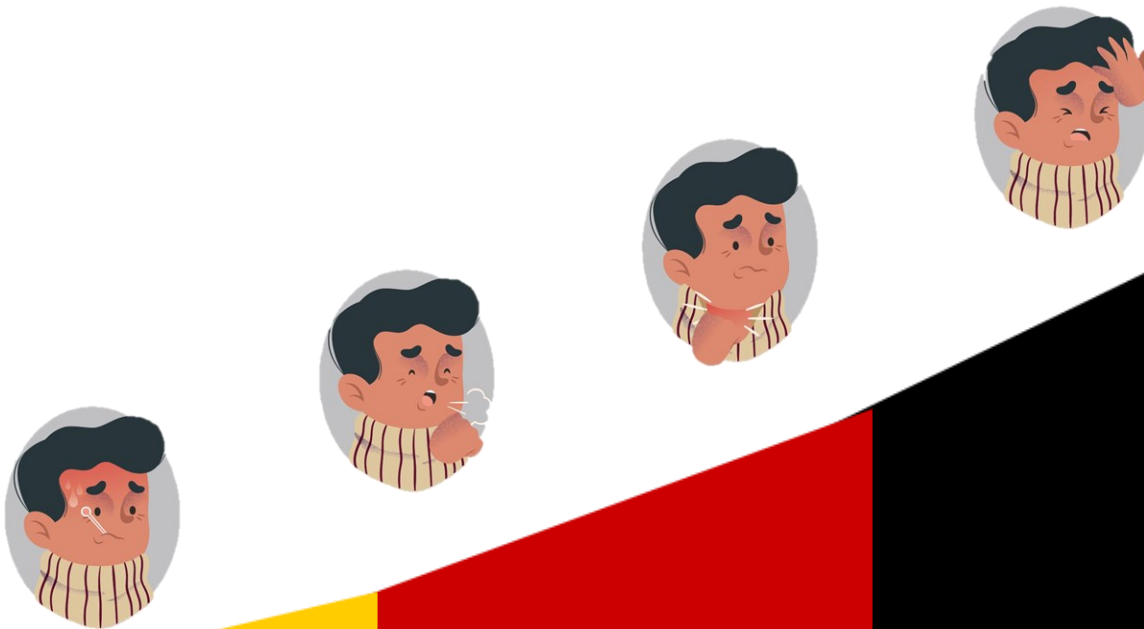
Comisión de Derechos Humanos del Estado de Tamaulipas

I. Información sobre el coronavirus COVID-19

Los coronavirus son una extensa familia de virus, algunos de los cuales pueden ser causa de diversas enfermedades humanas, que van desde el resfriado común hasta el SRAS (Síndrome Respiratorio Agudo Severo). Los virus de esta familia también pueden causar varias enfermedades en los animales.

El coronavirus 2019 (COVID-19) es una cepa identificada recientemente en China, específicamente en la Ciudad de Wuhan, donde se empezaron a presentar casos atípicos de neumonía, motivo por el cual se realizó una secuenciación (es decir, se estudió su contenido genético dándose cuenta de que se trataba de una nueva cepa).

Es relevante como factor de riesgo la exposición previa con personas infectadas por Coronavirus COVID-19 o contacto con personas que viajaron a países donde existe la enfermedad viral. Periodo de incubación de la enfermedad a partir de la exposición del virus va de 2 a 14 días. La enfermedad se puede diagnosticar en tres fases las cuales no necesariamente son progresivas:



Enfermedad Leve: Puede ser asintomático o síntomas mínimos de resfriado como fiebre, tos y disnea (dificultad respiratoria).

Enfermedad Moderada: Síntomas evidentes o francos de enfermedad respiratoria.

Enfermedad Grave o Intensa: Fiebre (38° C) y Neumonía o Síndrome de Dificultad Respiratoria Aguda.

¿Cómo se transmite?

La enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) es una afección respiratoria que se puede propagar de persona a persona.

El riesgo de infección depende de la exposición. Los contactos cercanos de las personas infectadas tienen un riesgo mayor de exposición, por ejemplo, las personas trabajadoras del sector de la salud y los contactos cercanos de las personas infectadas por el virus que causa el COVID-19.

La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala. Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si inhalan las gotículas que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser o exhalar.

Están en riesgo de enfermarse de COVID-19 aquellas personas de cualquier edad que presenten enfermedad respiratoria leve o grave, y que 14 días antes del inicio de síntomas:



Hayan estado en contacto con un caso confirmado o bajo investigación de COVID-19



Viajaron o estuvieron en China, Hong-Kong, Corea del Sur, Japón, Italia, Irán o Singapur u otro país en donde exista la enfermedad.

Las y los pacientes con COVID-19 han tenido enfermedad respiratoria de leve a grave con los siguientes síntomas, ver anexo 1 Síntomas de Coronavirus. Algunas veces, se conjuntan los síntomas con el antecedente de exposición previa.

En México existe el InDRE (Instituto de Diagnóstico y Referencia Epidemiológicos), el cual distribuye los reactivos a los estados del país para que se pueda realizar la prueba para detección de COVID-19, se efectúa una primera prueba y en caso de que sea positiva se confirma dicha muestra en el InDRE hasta el momento, ésta es la única vía para confirmar el diagnóstico.

En la actualidad no existe una vacuna que proteja contra el COVID-19. La mejor manera de prevenir la infección es evitar la exposición al virus que lo causa.

Los antibióticos no son eficaces contra los virus, por lo que no está recomendado su uso ante esta enfermedad. Hasta la fecha, no hay medicamento antiviral específico para prevenir o tratar el COVID-19, sin embargo, las personas afectadas deben recibir atención de salud para evitar los síntomas y complicaciones.

La mayoría de los síntomas pueden tratarse y el éxito terapéutico depende de la condición clínica del paciente, es decir que sea una persona saludable, con buenas defensas y que no padezca otras enfermedades de base. La nutrición es importante así como la atención médica, por otro lado es recomendable hacer todo lo necesario para mejorar el sistema inmunológico.

El tratamiento se basa en medidas de sostén (medicamentos para mejorar función respiratoria, analgésicos, etc.), ya que no se cuenta a la fecha con un tratamiento específico.



II. Medidas preventivas

Los virus pueden sobrevivir en superficies como chapa de puerta, teléfono, teclado de computadora, botones de elevador, por tanto se recomienda tener una limpieza constante en dichas superficies.

Además, diversas instituciones internacionales y nacionales (Organización Mundial de la Salud⁶ ; Centros para la Protección y el Control de las Enfermedades (CDC) y Secretaría de Salud del Gobierno de México), han señalado como medidas preventivas que deben realizar las personas, tanto en su ámbito privado como laboral, las siguientes:

- Informarse correctamente de fuentes confiables y oficiales.
- Evitar viajar con síntomas como fiebre y tos.
- Si tiene más de 60 años y enfermedades agudas o crónicas (DMII), evite lugares de riesgo.
- Si está enferma o enfermo, tomar medidas para no contagiar.
- Si tiene dificultad para respirar acuda a atención médica.
- Es normal y comprensible sentir ansiedad, informarse y discutir el tema ayuda a disminuir la ansiedad.
- Evitar acudir a mercados de animales y comer alimentos crudos.
- Distanciamiento social. Mantenga al menos 1 metro de distancia entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre.



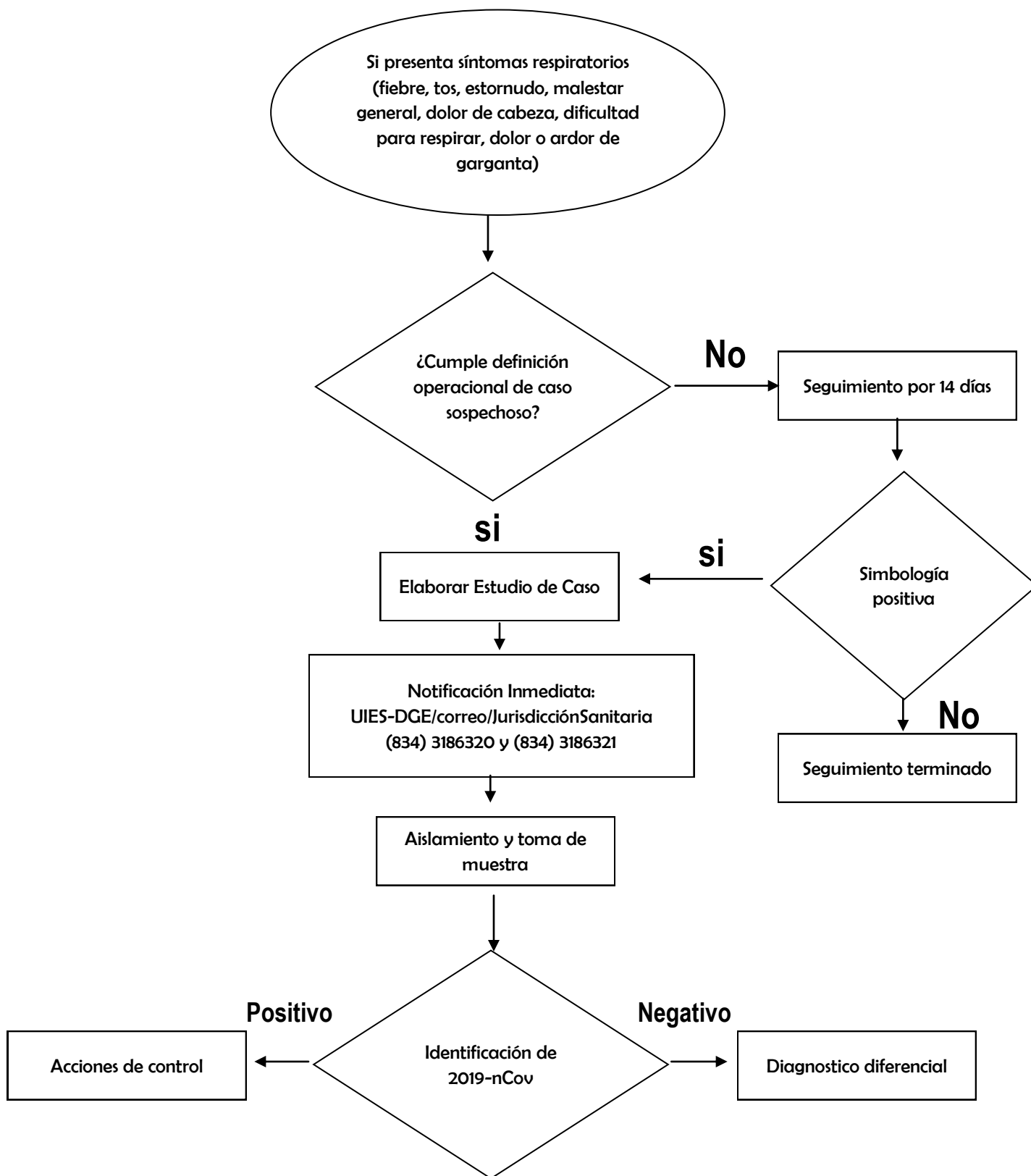
- Evitar tocarse los ojos, nariz y boca.
- **Mediadas de Higiene Respiratoria.** Cubrirse la nariz y la boca con un pequeño pañuelo desechable al toser o estornudar y luego tirarlo a la basura o bien cubrirse con el ángulo interno del brazo.
- Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente, usando un producto común de limpieza de uso domestico en rociador o toallita.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- En caso de no contar con agua ni jabón, usar desinfectante de manos que contengan al menos 70% de alcohol.
- Las personas que no manifiestan síntomas respiratorios no necesitan usar mascarillas médicas o cubrebocas, las cuales se encuentran recomendadas en el caso de las personas que presentan síntomas de COVID-19 y en el de quienes cuidan de personas que tienen síntomas como tos y fiebre.
- Evitar el contacto directo (saludar de mano o beso).
- Evitar automedicarse.
- Ante la presencia de síntomas respiratorios, comunicarse al teléfono (834) 3186320 y (834) 3186321

III. Medidas de actuación en la CODHET

Ámbito laboral. En base a las medidas de orientación emitidas por la Secretaría de Salud del Estado, dentro del Proceso de Prevención de Infecciones para las personas con COVID-19, éstas son adoptadas en esta Comisión, conforme a los términos descritos en el apartado de Medidas Preventivas del presente Protocolo

Además de ello, cuando el personal se encuentre en las instalaciones de la Comisión deberá realizar lo siguiente:

DIAGRAMA PARA PERSONAS TRABAJADORAS DE LA CODHET

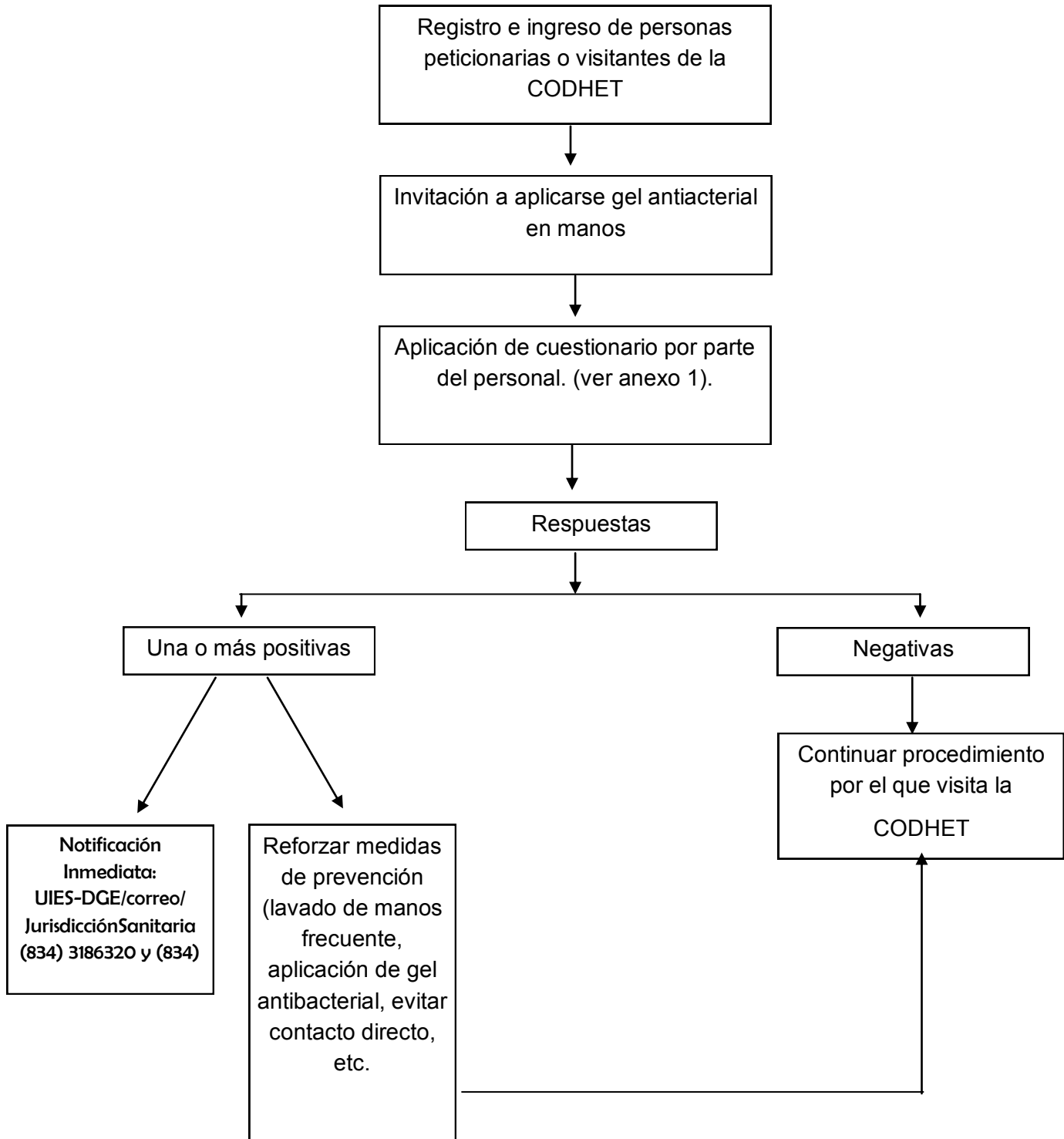


La CODHET , a través de la Dirección General de Administración tomará las siguientes acciones:

- Verificará y asegurará la disponibilidad de agua y jabón en todas las tomas de los sanitarios y del área del comedor.
- Asegurará la colocación de gel antibacterial con base de alcohol al 70% en todos los accesos a las principales áreas de la CODHET.
- Asegurará la limpieza y desinfección con sustancias cloradas de superficies y objetos de usos común tales como: mesas, escritorios, herramientas, manijas, teléfonos, equipos de cómputo, etc.



DIAGRAMA DE ATENCIÓN A PERSONAS PETICIONARIAS Y VISITANTES DE LA CODHET



IV. Medidas de prevención y control por el personal de la CODHET

El personal de guardia observará las Medidas de prevención y control en unidades de salud que recomienda la Secretaría de Salud de Tamaulipas

- Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de atender a un usuario.
- Secarse las manos con toallas desechables o secarlas al aire libre en posición vertical.
- Evitar en lo posible tocarse ojos, nariz y boca, y lavarse las manos después en caso de haberlo hecho.
- Mantener limpias todas las áreas de trabajo.
- Reportar si presentan síntomas respiratorios para que sean evaluados y evitar su transmisión.
- Lavar con agua, jabón y cloro todas las superficies lavables como paredes, pisos, puertas, manijas, barandales, llaves de lavabos, sanitarios, teléfonos, cortinas corredizas y mobiliario en general.
- Colocar bolsas de plástico dentro de todos los botes para la basura y eliminar éstas haciéndoles un nudo.





ANEXO 1

SÍNTOMAS DEL CORONAVIRUS

Al tiempo que los casos de coronavirus se elevan. Hay unas particularidades clave que la diferencian de una gripa común. Principalmente la intensidad de los síntomas y el período de recuperación. Sin embargo, las tres enfermedades respiratorias (coronavirus, influenza estacional y resfriado común) se propagan por medio de gotitas respiratorias transportadas por el aire y superficies contaminadas.

CORONAVIRUS Comienzo: repentino	GRIPE ESTACIONAL (Influenza estacional)	RESFRIADO COMÚN Comienzo: gradual
Síntomas	Síntomas	Síntomas
Fiebre Tos seca Dolor muscular Fatiga (malestar general) Dificultades para respirar	Fiebre Tos seca Dolor muscular Fatiga (malestar general) Dolor de cabeza Dolor de garganta Congestión nasal	Congestión nasal Estornudos Dolor de garganta
ESTO SIGNIFICA QUE si tienes congestión nasal y/o estás estornudando, probablemente no tengas coronavirus		
Síntomas menos comunes	Síntomas menos comunes	Síntomas menos comunes
Dolor de cabeza Tos con sangre (hemoptisis) Diarrea	Vómito Diarrea	Fiebre baja Cuerpo cortado/dolor muscular Dolor de cabeza Fatiga
Incubación	Incubación	Incubación
1-14 días	1-4 días	2-3 días
Complicaciones	Complicaciones	Complicaciones
En 5% de los casos (neumonía aguda, fallas respiratorias, fallas múltiples en los órganos)	En 1% de los casos (incluye neumonía)	Extremadamente rara
Recuperación	Recuperación	Recuperación
2 semanas (casos leves) 2-6 semanas (casos severos)	1 semana (casos leves) 2 semanas (casos severos)	1 semana a 10 días máximo (para la mayoría de los casos)
Tratamiento o vacuna	Tratamiento o vacuna	Tratamiento o vacuna
No hay vacunas o tratamientos antivirales, únicamente los síntomas pueden ser tratados	Vacuna anual	No hay tratamiento específico, especialistas recomiendan tratar los síntomas

Se han identificado siete cepas de corona-virus que infectan a los humanos. Estas causan enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades más severas como el Síndrome Respiratorio del Medio Oriente.

INOFENSIVO:

- ⇒ Serotipo 229E
- ⇒ Serotipo OC43
- ⇒ Serotipo NL63
- ⇒ Serotipo HUK1

Estos serotipos causan síntomas de una gripe común y rara vez causan neumonía severa.

PELIGROSO:

- ⇒ Sars-CoV (causa un severo y agudo síndrome respiratorio -SARS-)
- ⇒ Mers-CoV (es lo que causa Síndrome Respiratorio del Medio Oriente - MERS-)
- ⇒ Sars-CoV2 (causa la enfermedad del coronavirus Covid-19)
- ⇒ Sars-CoV2
- ⇒

Está estrechamente relacionado (con un 88% de identidad) con dos tipos de enfermedades respiratorias (sars) de murciélagos que se recolectaron en Zhoushan, China; la afinidad de ese virus es de 79%.

En superficies lisas como mesas, teléfonos, etc. el CoVid-19 mantiene su viabilidad durante 5 días a 22°-25° C y una humedad relativa del 40-50% que es típica de las habitaciones con aire acondicionado. Aunque esto puede variar, los expertos dicen que es un buen indicador de su comportamiento.



ANEXO 2

COMISIÓN DE DERECHOS HUMANOS DEL ESTADO DE TAMAULIPAS

Breve cuestionario para de detección de Coronavirus

¿En las últimas dos semanas ha presentado alguno de estos síntomas?

	Si	No
Fiebre		
Tos, estornudos		
Malestar general		
Dolor de cabeza		
Dificultad para respirar		
Dolor o ardor de garganta		
Ha viajado al extranjero y/o ha tenido contacto con alguna persona que lo haya hecho		
Ha estado en contacto con personas con casos confirmados o bajo investigación		
Ha recibido atención médica por alguno de estos síntomas		
En caso de que se presente alguno de estos síntomas, desea recibir atención médica		