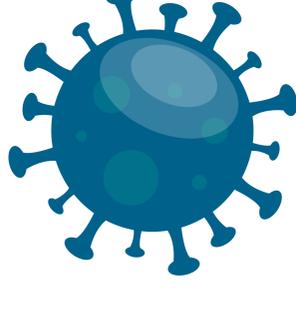
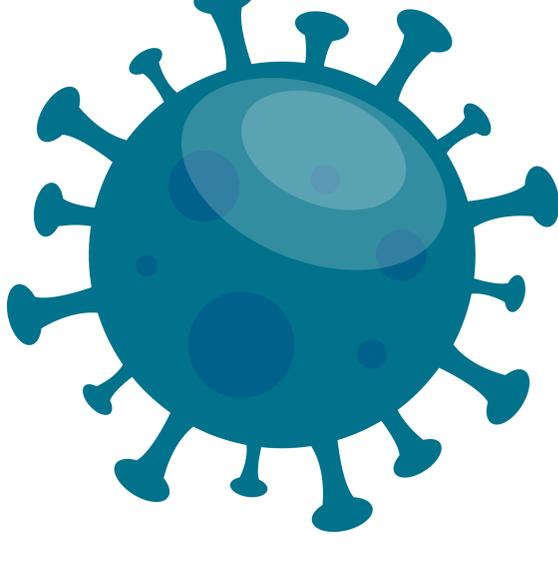


Guía ante la pandemia por COVID-19



Índice

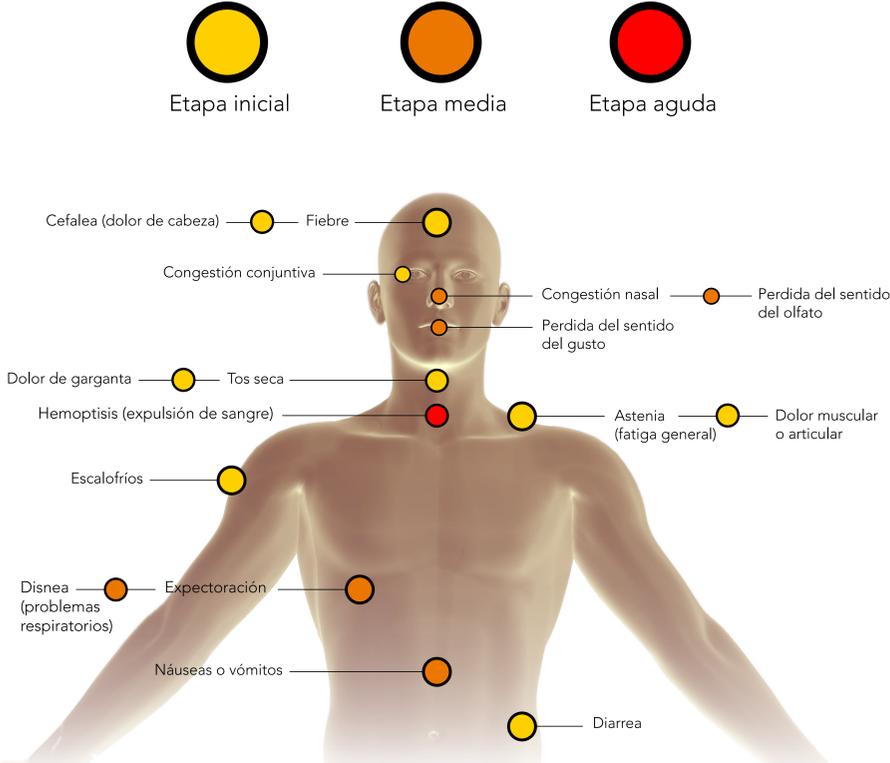
1. ¿Qué es el COVID-19?
2. ¿Cuáles son los principales síntomas?
3. ¿Cómo se propaga el COVID-19?
4. ¿Puede contagiarse el COVID-19 de personas sin síntomas?
5. ¿Existe una vacuna, medicamento o tratamiento para COVID-19?
6. ¿Cómo podemos proteger a los demás y a nosotros mismos si no sabemos quién está infectado?
7. ¿Cómo podemos proteger a los demás y a nosotros mismos en caso de convivir en casa con una persona confirmada con COVID-19?
8. ¿Pueden los niños o adolescentes contagiarse de COVID-19?
9. ¿Las mujeres embarazadas son más propensas a infectarse con COVID-19? ¿Será peligroso para el feto?
10. ¿Qué debo hacer si tengo síntomas de COVID-19 y cuándo debo buscar atención médica?
11. ¿Qué debo hacer si no tengo síntomas, pero creo que he estado expuesto al COVID-19? ¿Qué significa auto-cuarentena?
12. ¿Cuáles son las pruebas que puedo practicar para detectar infección por COVID-19?
13. ¿Dónde puedo realizarme las pruebas para detectar infección por COVID-19?

1 ¿Qué es el COVID-19?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades en animales y en humanos. En el caso de los humanos, hasta esta pandemia se habían identificado seis que podían provocar enfermedades infecciosas respiratorias: cuatro eran la causa del resfriado común, el del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el que provoca el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). El MERS surgió en Arabia Saudita en 2012 y el SRAS en China en 2002. El coronavirus que ha aparecido más recientemente causa la enfermedad por coronavirus Covid-19 y se identificó por primera vez durante la investigación de un brote en Wuhan, (China) el 31 de diciembre de 2019.

Fuente: Organización Mundial de la Salud - <https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus>

2. ¿Cuáles son los principales síntomas?



Los síntomas más comunes de COVID-19 son fiebre, tos seca y cansancio. Otros síntomas que son menos comunes y pueden afectar a algunos pacientes incluyen dolores y molestias, congestión nasal, dolor de cabeza, conjuntivitis, dolor de garganta, diarrea, pérdida del gusto o del olfato o una erupción en la piel o decoloración de los dedos de manos y pies. Estos síntomas generalmente son leves y comienzan gradualmente. Algunas personas se infectan pero solo tienen síntomas muy leves.

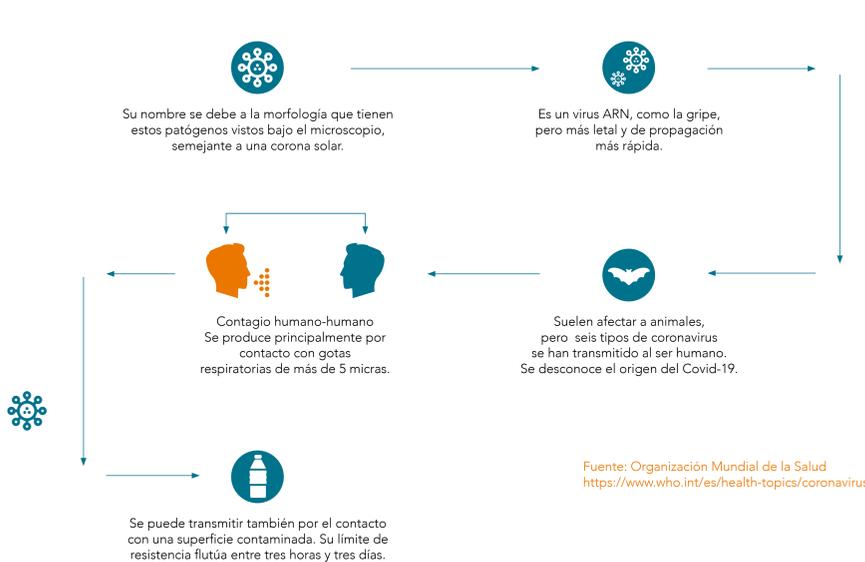
La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recuperan de la enfermedad sin necesidad de tratamiento hospitalario. Alrededor de 1 de cada 5 personas que contraen COVID-19 se enferma gravemente y desarrolla dificultad para respirar. Las personas mayores y aquellos con problemas médicos subyacentes, como presión arterial alta, problemas cardíacos y pulmonares, diabetes o cáncer, tienen un mayor riesgo de desarrollar enfermedades graves. Sin embargo, cualquiera puede atrapar COVID-19 y enfermarse gravemente. Las personas de todas las edades que experimentan fiebre y / o tos asociadas con dificultad para respirar / falta de aliento, dolor / presión en el pecho o pérdida del habla o movimiento deben buscar atención médica de inmediato. Si es posible, se recomienda llamar primero al proveedor o centro de atención médica, para que el paciente pueda ser dirigido a la clínica adecuada.

Fuente: Organización Mundial de la Salud - <https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus>

3. ¿Cómo se propaga el COVID-19?

Las personas pueden contraer COVID-19 de otras personas que tienen el virus. La enfermedad se propaga principalmente de persona a persona a través de pequeñas gotas de la nariz o la boca, que se expulsan cuando una persona con COVID-19 tose, estornuda o habla. Estas gotas son relativamente pesadas, no viajan lejos y se hunden rápidamente en el suelo. Las personas pueden atrapar COVID-19 si respiran estas gotas de una persona infectada con el virus. Por eso es importante mantenerse al menos a 1 metro de distancia de los demás. Estas gotitas pueden caer sobre objetos y superficies alrededor de la persona, como mesas, frascos y pasamanos. Las personas pueden infectarse al tocar estos objetos o superficies y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca. Es por eso que es importante lavarse las manos regularmente con agua y jabón o limpiar con un desinfectante para manos a base de alcohol.

La OMS está evaluando la investigación en curso sobre las formas en que se propaga COVID-19 y continuará compartiendo resultados actualizados.



Fuente: Organización Mundial de la Salud <https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus>

4. ¿Puede contagiarse el COVID-19 de personas sin síntomas?

COVID-19 se transmite principalmente a través de gotitas respiratorias expulsadas por alguien que está tosiendo o tiene otros síntomas como fiebre o cansancio. Muchas personas con COVID-19 experimentan solo síntomas leves. Esto es particularmente cierto en las primeras etapas de la enfermedad. Es posible contraer COVID-19 de alguien que tiene una tos leve y no se siente enfermo.



Algunos estudios indican que las personas sin síntomas pueden transmitir el virus. Todavía no se sabe con qué frecuencia sucede. La OMS está evaluando la investigación en curso sobre el tema y continuará compartiendo resultados actualizados.

Fuente: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

5 ¿Existe una vacuna, medicamento o tratamiento para COVID-19?

Si bien algunos remedios occidentales, tradicionales o caseros pueden proporcionar consuelo y aliviar los síntomas de COVID-19 leve, no hay medicamentos que hayan demostrado prevenir o curar la enfermedad. La OMS no recomienda la automedicación con ningún medicamento, incluidos los antibióticos, como prevención o cura para COVID-19. Sin embargo, hay varios ensayos clínicos en curso de medicamentos occidentales y tradicionales. La OMS está coordinando los esfuerzos para desarrollar vacunas y medicamentos para prevenir y tratar COVID-19 y continuará proporcionando información actualizada tan pronto como estén disponibles los resultados de la investigación.

Fuente: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

6 ¿Cómo podemos proteger a los demás y a nosotros mismos si no sabemos quién está infectado?

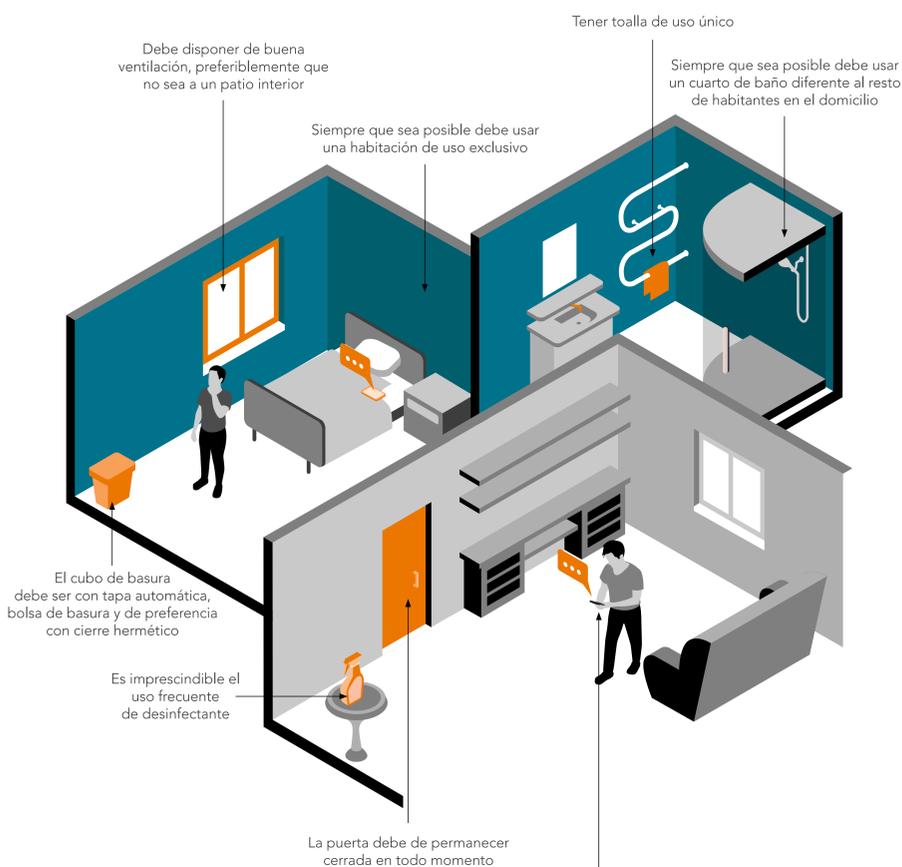
Medidas de higiene para reducir el riesgo de contagio

1. Evitar contacto físico con personas sintomáticas
2. Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón (entre 30 y 60 segundos) (incluir imagen de cómo lavarse las manos)
3. Evitar tocarse la cara en todo momento
4. Limpiar superficies y objetos usados habitualmente
5. No compartir objetos personales como celular, computadora, plumas, etc.
6. Mantenerse en casa todo el tiempo posible

Fuente: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

7 ¿Cómo podemos proteger a los demás y a nosotros mismos en caso de convivir en casa con una persona confirmada con COVID-19?

Medidas de higiene en caso de convivir con una persona con infección por COVID-19



- Evitar las zonas comunes en la medida de lo posible



- Siempre que salga de la habitación, deberá usar mascarilla y guantes desechables

- La limpieza del lugar debe realizarse con guantes y mascarilla

- La limpieza debe de ser exhaustiva y diariamente, principalmente las superficies de contacto frecuente como:

° Interruptores

° Manijas o perillas de puertas

° Teléfonos celulares

° Llaves de agua



- Lavar la ropa y los trastes por separado de los trastes de los demás habitantes del domicilio, con agua caliente



- Al terminar, deberá tirar los guantes y la mascarilla en una bolsa de basura y cerrarla y concluir lavándose las manos con agua, jabón y desinfectar con gel con un 70% de alcohol

Fuente: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

8 ¿Pueden los niños o adolescentes contagiarse de COVID-19?

La investigación indica que los niños y adolescentes tienen la misma probabilidad de infectarse que cualquier otro grupo de edad y pueden propagar la enfermedad.

La evidencia hasta la fecha sugiere que los niños y los adultos jóvenes tienen menos probabilidades de contraer una enfermedad grave, pero aún pueden ocurrir casos graves en estos grupos de edad.

Los niños y los adultos deben seguir la misma guía sobre la cuarentena y el autoaislamiento si existe el riesgo de que hayan estado expuestos o presenten síntomas. Es particularmente importante que los niños eviten el contacto con personas mayores y otras personas con riesgo de enfermedad más grave.

Fuente: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

9 ¿Las mujeres embarazadas son más propensas a infectarse con COVID-19? ¿Será peligroso para el feto?

Aún no hay estudios científicos publicados con información sobre la susceptibilidad de las embarazadas a infectarse. Estas personas sufren cambios en el sistema inmune y en su estado fisiológico, lo que puede aumentar sus posibilidades de sufrir infecciones virales de las vías respiratorias, incluyendo la COVID-19.

Aunque aún se desconoce si una persona embarazada enferma de COVID-19 puede transmitir el virus al feto o al neonato por otras vías de transmisión vertical (antes, durante o después del parto), se clasifican a las personas embarazadas como en mayor riesgo de complicación y muerte por COVID-19 por la experiencia con influenza.

Fuente: Naciones Unidas Fuente: Comunicado relativo a Pruebas Serológicas para SARS CoV-2 COVID-19 (actualización 10 de Julio) <https://www.gob.mx/cofepris/acciones-y-programas/comunicado-relativo-a-pruebas-serologicas-para-sars-cov2-covid-19> <https://coronavirus.gob.mx/preguntas-frecuentes/>

10 ¿Qué debo hacer si tengo síntomas de COVID-19 y cuándo debo buscar atención médica?

Si tiene síntomas leves, como tos leve o fiebre leve, generalmente no es necesario buscar atención médica. Quedarse en casa, aislarse y controlar sus síntomas. Seguir la orientación nacional sobre autoaislamiento.

Busque atención médica inmediata si tiene dificultad para respirar o dolor / presión en el pecho. Si es posible, llame a su proveedor de atención médica con anticipación, para que él / ella pueda dirigirlo al centro de salud adecuado.

Sin embargo, si vive en un área con malaria o dengue, es importante que no ignore los síntomas de la fiebre. Busca ayuda médica. Cuando asista al centro de salud, use una máscara si es posible, manténgase al menos a 1 metro de distancia de otras personas y no toque las superficies con las manos. Si es un niño enfermo, ayúdalo a seguir este consejo.

Fuente: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

11 ¿Qué debo hacer si no tengo síntomas, pero creo que he estado expuesto al COVID-19? ¿Qué significa auto-cuarentena?

Mantén la calma y quédate en casa. Conserva la sana distancia y limita el contacto cercano con otras personas tanto como sea posible, aproximadamente 2 metros.

Continúa practicando las medidas básicas de prevención. Si perteneces a alguno de los grupos de riesgo para complicar y morir por COVID-19, pide a familiares, amigos y profesionales de la salud que te vigilen durante el brote. También mantente en contacto con familiares y amigos con mayor riesgo de desarrollar enfermedades graves, como las personas adultas mayores, personas embarazadas, personas con discapacidad y las personas con enfermedades crónicas.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC -EU) Ponerse en cuarentena significa separarse de los demás porque ha estado expuesto a alguien con COVID-19 a pesar de que usted mismo no tiene síntomas. Durante la cuarentena se controla a sí mismo en busca de síntomas. El objetivo de la auto cuarentena es evitar la transmisión. Dado que las personas que se enferman con COVID-19 pueden infectar a las personas inmediatamente, la auto cuarentena puede evitar que ocurran algunas infecciones.

Medidas de higiene en caso de convivir con una persona con infección por COVID-19



- Mantenga al menos 1 metro de distancia de los demás, incluso de los miembros de su familia.



- Si tiene dificultades para respirar, comuníquese con su proveedor de atención médica de inmediato; llámelos primero si es posible.



- Mantente positivo y lleno de energía manteniéndote en contacto con tus seres queridos por teléfono o en línea, y ejercitándote en casa.

- Sin embargo, si vive en un área con malaria o dengue, es importante que no ignore los síntomas de la fiebre. Busca ayuda médica. Cuando asista al centro de salud, use una máscara si es posible, manténgase al menos a 1 metro de distancia de otras personas y no toque las superficies con las manos. Si es un niño enfermo, ayúdalo a seguir este consejo.

Fuente: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

12 ¿Cuáles son las pruebas que puedo practicar para detectar infección por COVID-19?

Hasta el momento existe 3 tipos de pruebas aprobadas por COFEPRIS en su compromiso de coadyuvar en la atención de la emergencia por pandemia de COVID-19

Prueba COVID-19 por PCR

Diagnóstica de la infección con presencia de síntomas. Cuenta con certificaciones internacionales de: CE y FDA (Food & Drug Administration). Procesado en equipos automatizados con mayor precisión. Método: Nasofaríngeo y faríngeo

Prueba Serológica de Anticuerpos SARS-CoV-2 IgG

Diagnóstica de la generación de anticuerpos de clase IgG ante infección pasada o en caso de personas que vivieron la infección de manera asintomática. Se recomienda su uso únicamente después de 10 días de convalecencia post- asintomática. Sensibilidad >99% Especificidad <95%. Método:

Prueba Rápida de Anticuerpos SARS-CoV-2 IgG / IgM

Prueba rápida para la detección cualitativa de anticuerpos IgG e IgM para COVID-19 en muestras de sangre entera de punción digital, suero o plasma. Es un inmunoensayo cromatográfico de flujo lateral (oro coloidal) para la detección cualitativa y diferencial de la presencia de anticuerpos IgG e IgM. Su uso se recomienda en caso de resultado negativo de PCR debido a la disminución del título viral. Resultado en menor tiempo. Método:

El 18 de mayo del 2020, la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios, publicó el comunicado relativo al listado de Pruebas Serológicas Aprobadas para determinar IgG e IgM para COVID-19

Fuente: Comunicado relativo a Pruebas Serológicas para SARS CoV-2 COVID-19 (actualización 10 de Julio) <https://www.gob.mx/cofepris/acciones-y-programas/comunicado-relativo-a-pruebas-serologicas-para-sars-cov2-covid-19> <https://coronavirus.gob.mx/preguntas-frecuentes/>

13 ¿Dónde puedo realizarme las pruebas para detectar infección por COVID-19?

En Lapi Laboratorio Médico hemos implementado diferentes formas para practicar las pruebas disponibles y aprobadas por COFEPRIS, con la finalidad de que los clientes tengan a su disposición y confianza diferentes servicios.

Servicios disponibles	Público en General	Empresas
• Servicio a Domicilio	X	X
• AUTO EXPRESS (ubicado en el estacionamiento del Hospital HMG)	X	X
• Sucursales especiales COVID-19	X	X
• Servicio personalizado a nivel nacional	X	X
• En instalaciones de las empresas	X	X

Fuente: Portafolio de productos de Lapi Laboratorio Médico.

Fuentes: • Organización Mundial de la Salud - <https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus> <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

• Comunicado relativo a Pruebas Serológicas para SARS CoV-2 COVID-19 (actualización 10 de Julio) <https://www.gob.mx/cofepris/acciones-y-programas/comunicado-relativo-a-pruebas-serologicas-para-sars-cov2-covid-19> <https://coronavirus.gob.mx/preguntas-frecuentes/>

• Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC -EU)