

Coronavirus

Alarma NO, ¡autocuidado y control!

● Versión de la Mesa Redonda Informativa del 9 marzo de 2020

● Por Dairon MARTÍNEZ TEJEDA

La propagación del coronavirus por más de 100 países (numerosos de ellos en el continente americano) indicaba que el virus, que ha infectado a cerca de 20 mil personas y dejado más de 4 mil 300 muertes, llegaría al Archipiélago cubano.

Alrededor del 80 por ciento de los casos son asintomáticos o presentan formas leves de manifestarse la neumonía, mientras que solo el cinco por ciento muestra reacciones más graves, de ahí que la principal forma de evitar daños mayores sea extremar en todos los lugares las medidas de autocuidado, desinfección y control, así lo alertaron las autoridades de la nación antillana en espacios como la Mesa Redonda.

Según información de Manuel Marrero Cruz, Primer Ministro de la República, desde finales de enero el Consejo que preside aprobó el plan para la prevención y control del nuevo coronavirus, cuyas medidas se implementaron en las provincias, pero atendiendo a la expansión del virus, las nuevas experiencias internacionales y los conocimientos sobre epidemiología en el país, dicha estrategia se actualizó en marzo.

Desde entonces se decidió sumar los hospitales militares cubanos -con excepción del Carlos J. Finlay, en el municipio de Marianao, en La Habana- a las instalaciones ya previstas para tratar los casos sospechosos. Además, se desarrollaron reuniones en Oriente, Centro y Occidente del país con dirigentes provinciales y municipales, para evacuar inquietudes.

De acuerdo con declaraciones de José Ángel Portal Miranda, ministro de Salud Pública, la capacitación del personal de ese sector ha sido la principal acción del plan nacional, también la creación de centros de aislamiento y desde los laboratorios de BioCubaFarma de un antiviral y una vacuna.

A la par se dieron a conocer a la población los mandamientos de la Organización Mundial de la Salud para prevenir el contagio del nuevo coronavirus COVID-19. Entre otros:

-Acudir a los servicios de salud para

recibir un diagnóstico.

-No confiarse de que es un catarro más; aislarse (las personas mayores pueden desarrollar un cuadro grave de la enfermedad y el período de incubación puede ir desde uno a 14 días).

-No automedicarse. Los antibióticos no son eficaces contra los virus.

-Usar mascarillas o nasobucos si está enfermo de gripe o cuida a otro enfermo.

-Si viaja al exterior, presentarse a su regreso ante el médico para que se establezca una vigilancia de 14 días en su vivienda.

-Mantenerse informados (el virus es nuevo, así como su tratamiento).

Además, como gran parte del mundo reporta presencia del nuevo coronavirus, se realiza el chequeo constante en los puntos de entrada al país, sobre todo, a quienes llegan de China, Corea del Sur, Italia, Irán, Japón, Francia y Estados Unidos, naciones a las que se recomienda no viajar por el momento.

El control en los aeropuertos incluye medición de la temperatura corporal mediante escáneres (proceder en práctica desde la epidemia del ébola).

En cuanto al diagnóstico de los posibles afectados, el Ministro de Salud aseguró que el Instituto de Medicina Tropical Pedro Kourí (IPK), tiene experiencia en el manejo de más de 17 virus, entre ellos, el COVID-19, y en el transcurso de esta semana también podrán realizarse pruebas en Villa Clara y Santiago de Cuba.

Vale señalar que lo más importante ahora es la disciplina y prontitud con que la población acuda a los servicios de salud para descartar la presencia del virus. Ante cualquier cuadro respiratorio se debe acudir al consultorio médico, al policlínico o al hospital más cercano.

Cuba ha garantizado más de 3 mil 100 camas para la atención a esa pandemia y 100 para casos de terapia intensiva. La cifra podrá incrementarse según el comportamiento del virus, informó.

Se presta especial cuidado a los Hogares de Ancianos, uno de los grupos más vulnerables, al igual que a los centros médico-psicopedagógicos, las instituciones para personas que deambulan,



Durante el espacio televisivo el Primer Ministro y el titular de Salud informaron sobre el actuar del país frente a la amenaza.

los Hogares Maternos y otros.

Educación y Cultura, así como las organizaciones de masas y sindicales están llamadas a realizar audiencias sanitarias para sensibilizar e identificar a tiempo cualquier situación peligrosa.

Aún en medio de las carencias económicas, la adquisición de recursos indispensables para enfrentar tal pandemia (medios de protección, equipos para Terapia Intensiva, y piezas de repuesto, entre otros) constituye otra prioridad de la Mayor de las Antillas.

Además, se trabaja en el incremento de los productos naturales para enfrentar el virus y en el desarrollo de un antiviral cubano, el CIGB 210, así como de un candidato vacunal.

Las universidades de Ciencias Médicas tienen la responsabilidad de encabezar la capacitación y elaboración de materiales digitales e impresos sobre el tema para informar más a la población y personal

involucrado en la tarea.

El Gobierno mantendrá al pueblo actualizado por los medios tradicionales, el sitio del Ministerio de Salud Pública, la página de *Infomed* (www.sld.cu), el sistema de medios nacionales y territoriales, y el de los organismos de la Administración Central de Estado. Igualmente, se cuenta con una aplicación disponible en *ApkLis* con datos útiles para la prevención del nuevo coronavirus. Ante cualquier duda o pregunta se puede escribir a covid19.infomed.sld.cu.

El llamado de las autoridades y especialistas ante el avance del virus es a asumir con responsabilidad la vigilancia, prevención y control desde la propia casa, centros de trabajo y escuelas; restaurantes y casas particulares que alojan a turistas.

La prioridad de la dirección del país y cada territorio es evitar la propagación del coronavirus, y solo con el esfuerzo común se hará posible.

¿Cómo protegerse?

◆ Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, frotarlas bien para eliminar cualquier suciedad o vestigio del virus, el cual es susceptible a soluciones alcohólicas e hipoclorito de sodio al 0,1 por ciento. Después usar geles hidroalcohólicos para la desinfección, productos que para superficies deben tener mayor concentración de hipoclorito, al 0,5 por ciento.

◆ Cubrirse la boca y la nariz con el pañuelo o el codo al toser o estornudar. Existe el riesgo de que una persona infectada sea asintomática y transmita el virus.



¿Cómo se propaga el COVID-19?

◆ Una persona puede contagiarse por el contacto con otra infectada. El virus puede propagarse por las microgotas exhaladas de la nariz o la boca, las cuales pueden también depositarse en una superficie, contaminar las manos y estas llevar el Sars-CoV-2 a la nariz, los ojos o la boca, virus que puede vivir horas o días, en dependencia de las condiciones de la temperatura.



Las medidas de protección incluyen el empleo de nasobucos o mascarillas para enfermos y sus cuidadores.

Consejos varios

- ◆ Mantenerse distante de cualquier persona que tosa o estornude; ante síntomas catarrales acudir rápido a los servicios de Salud, y no confiarse en que es una gripe más. Aislarse y usar utensilios, cubiertos y platos diferentes.
- ◆ Usar nasobucos o mascarillas los enfermos de gripe y sus cuidadores, pero no hacerlo todo el tiempo, pues esos aditamentos mal empleados pueden ser transmisores.
- ◆ No automedicarse: los antibióticos son ineficaces contra los virus, solo se emplean por complicaciones e indicados por el médico.
- ◆ Evitar aglomeraciones, y si se viaja al exterior, al regreso presentarse ante el médico para que establezca vigilancia por 14 días en la vivienda. Ser disciplinados y mantenerse informados por los medios de prensa nacionales.



Los niños interiorizan las medidas preventivas.

Las autoridades políticas y gubernamentales de la provincia, con el sistema de salubridad como escudo protector de la salud poblacional, implementan la estrategia aprobada por el Consejo de Ministros para controlar la posible entrada en Guantánamo del COVID-19, peligrosa pandemia de la que se reportan en el país, los tres primeros casos, correspondientes a turistas italianos.

Entrevistado por *Venceremos*, Roilder Romero Frómata, director provincial de Salud, aseguró que se extreman las medidas preventivas, entre ellas, las de control sanitario internacional en las fronteras aéreas y marítimas, y puntualizó que todo viajero proveniente del exterior, con acento en aquellas regiones con presencia del virus, es observado epidemiológicamente por 14 días, el tiempo de incubación del agente patógeno.

En caso de que alguna de esas personas presentara síntomas respiratorios, se trasladaría a la institución médica más cercana, para tomar las acciones pertinentes.

Desde el 25 de enero hasta la fecha arribaron a Guantánamo 26 viajeros procedentes de países de alto riesgo: China (cuatro), Italia (15), Panamá (cuatro), México (dos) y Brasil (uno). Respecto a los colaboradores guantanameros que prestan servicios en naciones declaradas en transmisión o en fase de vigilancia, informó el directivo que suman 127, cuya salud se protege, en tanto, se mantienen informados a los familiares sobre ellos.

Romero Frómata precisó que se monitorean de manera sistemática las Infecciones Respiratorias Agudas, pues el nuevo coronavirus provoca síntomas similares a los de una neumonía: fiebre, dolor de cabeza, tos y dificultades en la respiración, cuadros que pueden terminar en edema pulmonar o la muerte, sobre todo, en menores de 2 años, mayores de 65, embarazadas, hipertensos y diabéticos.

Sin casos confirmados en Guantánamo, pero alertas

“En ese sentido -señaló- la vigilancia epidemiológica constituye un factor clave, por ello se incrementa en centros educacionales, instituciones sociales como Casas de Abuelos, Hogares Maternos y de Ancianos, y en los centros de trabajo.

“La batalla requiere -apuntó- de la participación de todos, por lo cual se creó el grupo temporal de trabajo para la dirección de las acciones de prevención y preparación, integrado por Salud Pública, la Defensa Civil, Transporte, Educación, Cultura, las FAR, el Minint, Comercio, Acueductos y Alcantarillados, Finanzas, Economía y Planificación, Fiscalía, la ONAT, el Citma y Turismo, bajo el liderazgo del Gobernador”.

El también especialista en Medicina General Integral llamó a intencionar más el control sobre las casas de renta y la preparación del personal que trabaja en ellas, también en los paladares, adonde acude gran número de turistas extranjeros.

“En el territorio -remarcó- están definidos los lugares de aislamiento para aquellos casos sospechosos con, al menos, dos de los síntomas expuestos y tener también criterio epidemiológico, o sea, proceder de algunos de los países donde existe el nuevo coronavirus.

“El Hospital de Tropas (Carretera a Jamaica) y el campamento de pioneros Daniel Llosas Preval, para pacientes nacionales, y las villas Colibrí, en Santiago de Cuba, y La Lupe, en Guantánamo, para los extranjeros, están acondicionados para la asistencia especializada y disponen del aseguramiento logístico y tecnológico necesario, así como de ocho ambulancias debidamente equipa-



das”.

Añadió que se trabaja en la capacitación del personal sanitario, incluyendo los estudiantes de Medicina, quienes son encargados de difundir los conocimientos a la población en general, cuya activa participación en el cumplimiento de las orientaciones de seguridad es muy importante, como lo enfatizara el Presidente de la República Miguel Díaz-Canel Bermúdez.

Instó a extremar las medidas higiénicas para evitar el contagio y propagación del virus: lavado frecuente de las manos con agua y jabón o con un desinfectante de manos a base de alcohol; cubrirse boca y nariz

con el codo flexionado o con un pañuelo al toser o estornudar, y eliminar el pañuelo inmediatamente, mantener, al menos, un metro de distancia con las demás personas, particularmente con aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre.

Es indispensable para todos los organismos -subrayó- la preparación del personal, identificar los trabajadores con síntomas respiratorios y garantizar su aislamiento, aplicar medidas de desinfección, disponer de medios de aseo e hipoclorito.

A estas medidas se suma posponer en lo posible los viajes a países de alto riesgo, así como la realización de intercambios con participación extranjera, e informar a las autoridades sanitarias del retorno de trabajadores provenientes de naciones con transmisión.

El sitio web *Infomed*, del Ministerio de Salud, informó este 11 de marzo, que el número de casos de COVID-19 en las últimas dos semanas se ha multiplicado por 13 fuera de China, epicentro del coronavirus, registrándose más de 118 mil casos en 114 países y 4 mil 291 personas muertas.

Para mantenerse debidamente informados, el directivo de Salud anunció como canales oficiales el sitio de la Presidencia de la República de Cuba (www.presidencia.gob.cu), la web del Ministerio de Salud Pública (salud.msp.gob.cu), la página de Infomed (www.infomed.cu), así como los medios de prensa nacionales y territoriales, y el sistema comunicacional de los Organismos de la Administración Central del Estado.

Las acciones implementadas -concluyó el doctor Romero Frómata- lejos de constituir motivo de alarma se orientan a la preparación y participación oportuna de la cadena de dirección y de la población.

● **Annaliet SOUT ALVAREZ**
Foto: **Leonel ESCALONA FURONES**

Aprenden federadas a confeccionar nasobucos

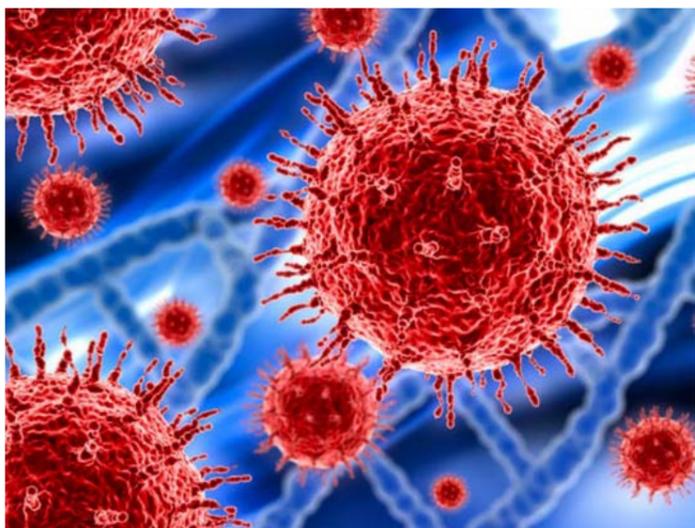
La confección hogareña de nasobucos para prevenir el coronavirus COVID-19, es de las acciones emprendidas por la Federación de Mujeres Cubanas en Guantánamo como efectiva contribución al enfrentamiento y prevención de la pandemia que se expande por América, espacio geográfico donde Cuba se inserta.

En coordinación con especialistas de la textilera Confecciones Ámbar, la FMC realizó un taller durante el cual mostraron a secretarías de zonas y blo-

ques, cómo confeccionar la mascarilla, diseño que tiene como particularidad tres capas de tela, conjunto protector ante infecciones respiratorias.

Arletty Espinosa Campos, técnica en calidad de Ámbar, explicó que el nasobuco puede confeccionarse en casa con tejidos de algodón preferentemente, el cual permite lavado y planchado y, en consecuencia, su reutilización.

● **Mayliovys DEL TORO TERRERO.**
Foto: **Lorenzo CRESPO SILVEIRA**



El coronavirus-2 (en la foto) del síndrome respiratorio agudo grave (SARS-CoV-2) es el causante de la enfermedad COVID-19. A principios, el virus se denominó 2019-nCoV (del inglés 2019-novel coronavirus) y fue descubierto y aislado en Wuhan, China, tras provocar la epidemia que es hoy una pandemia. Llegada inicialmente al hombre por zoonosis (desde animales), puede causar enfermedad respiratoria aguda y neumonía grave en humanos.

Síntomas:

Secreciones nasales, dolor de garganta, tos y fiebre, congestión nasal, fatiga, esputos, cansancio, dolores musculares, diarreas. La enfermedad puede ser más grave en algunas personas y provocar neumonía o dificultades respiratorias, son similares a otras patologías respiratorias.

Del 83 al 98 por ciento de los infectados por coronavirus presentan fiebre, mientras que la tos seca afecta del 76 al 82 por ciento de los casos de COVID-19.

Además, se cree en este momento, que los síntomas podrían aparecer de los dos a 14 días después de la exposición.



Es decisivo el aporte de las federadas en la confección artesanal de los nasobucos.