

**TEMA:**

Acciones Que Implementa Los Habitantes De Motozintla Contra El Covid-19.



**PRESENTA:**

De León Velázquez Delvin Alexander

**Materia:**

Seminario De Tesis

**Catedratico:**

García Alfonzo Mireya Del Carmen

**Cuatrimestre:**

9°no cuatrimestre

**Carrera:**

LIC. En Enfermería

**Lugar y Fecha:**

Comitán De Domínguez, Chiapas a 25 de febrero del 2020

# INDICE

<b>INTRODUCCION</b> .....	4
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	5
<b>Los síntomas más habituales son los siguientes:</b> .....	6
<b>Los síntomas graves son los siguientes:</b> .....	6
<b>De la misma manera la OMS dio a conocer las siguientes medidas de prevención</b> .....	7
<b>PREGUNTAS DE INVESTIGACION</b> .....	10
<b>OJETIVOS:</b> .....	11
<b>Objetivos Generales:</b> .....	11
<b>Específicos:</b> .....	11
<b>JUSTIFICACION</b> .....	12
<b>Hasta ahora la OMS nos indica cuales son los primeros síntomas:</b> .....	13
<b>Otros síntomas menos comunes son los siguientes:</b> .....	13
<b>De la misma manera nos recomiendan cuales son las medidas a seguir para</b> <b>evitar el contagio o propagación:</b> .....	14
<b>Evite el contacto directo</b> .....	14
<b>HIPOTESIS</b> .....	16
<b>METODOLOGIA</b> .....	16
<b>¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS?</b> .....	17
<b>ORIGEN</b> .....	18
<b>¿Qué es el nuevo coronavirus?</b> .....	19
<b>Coronavirus Wuhan, epicentro de la crisis del Covid-19</b> .....	20
<b>Epidemia de la enfermedad por coronavirus COVID-19 en la ciudad de Wuhan,</b> <b>China</b> .....	21
<b>Síntomas de la infección por coronavirus</b> .....	22
<b>Cómo se transmite el coronavirus humano?</b> .....	23
<b>Quién está en riesgo?</b> .....	24
<b>Cuál es la población susceptible de enfermar por el coronavirus COVID-19?</b> .....	24
<b>Período de incubación del nuevo coronavirus SARS-CoV-2</b> .....	24
<b>Cómo se hace el diagnóstico de la enfermedad por coronavirus?</b> .....	25
<b>Tratamiento del coronavirus</b> .....	25
<b>COVID-19 EN MÉXICO</b> .....	26
<b>COVID-19 EN CHIAPAS</b> .....	28

<b>GUÍA FAMILIAR PARA LAS COMUNIDADES DE CHIAPAS</b> .....	30
<b>Medidas preventivas al salir de casa</b> .....	30
<b>Filtro sanitario al entrar a casa</b> .....	30
<b>Medidas preventivas en casa</b> .....	31
<b>Cuidado al toser o estornudar</b> .....	31
<b>Abastecimiento de alimentos</b> .....	31
<b>Si un familiar regresa a casa</b> .....	32
<b>En caso de síntomas</b> .....	32
<b>Durante el aislamiento puedes presentar los siguientes síntomas</b> .....	32
<b>Si tiene un enfermo de COVID-19 en casa</b> .....	33
<b>¿Cuánto dura el COVID-19 en diferentes superficies?</b> .....	33
<b>Uso correcto del cubre bocas</b> .....	34
<b>¿Cuándo cambiar el cubre bocas?</b> .....	34
<b>Plan familiar de protección civil</b> .....	35
<b>Detecta y reduce riesgos</b> .....	35
<b>Seamos familias solidarias</b> .....	35

## INTRODUCCION

A un que parezca muy moderno en la actualidad la situación generada por la aparición del coronavirus covid-19 exige la adopción de medidas que aúnen la protección de la salud de las personas con el adecuado funcionamiento. El coronavirus (covid-19) es un nuevo virus que ha creado una situación emergente en todo el mundo.

Los coronavirus se descubrieron en los años 60 siendo importantes patógenos humanos y animales, provocando distintas enfermedades que pueden ir desde un resfriado hasta una neumonía.

El 30 de enero, el alto grado de contagio presentado por esta nueva etapa de coronavirus, llevó a que las autoridades de la OMS decretaran una Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional”

En el siglo XXI nos encontramos ante un gran reto salud debido a una infección emergente llamada coronavirus que la organización mundial de la salud (OMS) a denominado como covid-19.

El pasado 30 de enero, y ha ido evolucionando. Dando paso a la siguiente investigación que va referida al tema relacionado, sabiendo que aún no se tiene una cura, pero si maneras de evitar su propagación se han estado haciendo investigaciones pertinentes para que esta las contenga.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los coronavirus son una familia de virus que causan diversas enfermedades de vías respiratorias en humanos. Causan desde el resfriado común hasta el SARS o síndrome respiratorio agudo severo. Un coronavirus llamado SARS-CoV-2 causa la enfermedad conocida como COVID-19. En el 2017, la Organización Mundial de la Salud (OMS) los colocó en su lista de Patógenos Prioritarios. La predicción de la OMS fue evidente en diciembre de 2019, con los reportes de los casos de neumonía.

Desde finales de diciembre de 2019, se reportaron casos de una infección respiratoria en personas de la ciudad de Wuhan en el centro de China esta enfermedad que se ha extendido por el mundo y fue declarada pandemia global por la OMS.,

La enfermedad por el virus causante de COVID-19 se transmite de una persona infectada a otras: - a través de las pequeñas gotas que expulsa un enfermo al toser y estornudar que pueden respirarse o, más comúnmente, depositarse en superficies como en las manos, caras, ropa y objetos como teléfonos celulares o muebles - al abrazar, besar y/o tocar o estrechar la mano de una persona enferma - al tocar un objeto o superficie contaminada con el virus y luego llevarse las manos sucias a boca, nariz u ojos.

Desgraciadamente las certezas son pocas porque se trata de un virus nuevo. En todo caso sabemos que su difusión es muy grande, y que existe un porcentaje elevado de los infectados. El COVID-19 afecta de distintas maneras en función de cada persona. La mayoría de ellas que se contagian presentan síntomas de intensidad leve o moderada, y se recuperan sin necesidad de hospitalización.

Las personas que se contagian empiezan a presentar síntomas en un plazo de 5 a 6 días desde que se infectan, pero pueden tardar hasta 14.

### **Los síntomas más habituales son los siguientes:**

Fiebre

Tos seca

Cansancio

### **Los síntomas graves son los siguientes:**

Dificultad para respirar o sensación de falta de aire

Dolor o presión en el pecho

Incapacidad para hablar o moverse.

El Covid-19 es aún el enemigo del planeta tierra, pues ha cobrado la vida de más de 307 mil personas y ya hay más de 4.5 millones de contagios, aunque también más de 1 millón 637 mil recuperados.

Además que en el Continente Americano la crisis no ha llegado a su punto crítico, siendo Estados Unidos el país más afectado de esta región y también de todo el mundo, pues tan solo en este país ya rebasaron el 1.4 millones de contagios y los 87 mil fallecidos.

Por su parte En México ya suman 45 mil 32 contagios confirmados y 4 mil 767 muertes por la pandemia del coronavirus SARs-CoV-2, de acuerdo al último reporte de la Secretaría de Salud, mientras que aproximadamente 28 mil 475 personas se han recuperado de la enfermedad, lo que representa 66.85 por

ciento del total de contagiados en el país. De acuerdo con datos de la UNAM, la letalidad de la enfermedad es 10.5 por ciento, es decir, fallece uno de cada 10 casos.

Ya que todavía no hay un antídoto para esta enfermedad mortal sin embargo un estudio reciente reveló que el cloro y la luz solar son una combinación letal para exterminar al coronavirus, claro, con un cierto riesgo para la salud humana, debido a la sobreexposición.

### **De la misma manera la OMS dio a conocer las siguientes medidas de prevención**

Lavarse las manos frecuentemente

Lávese las manos con frecuencia con un desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón.

¿Por qué? Lavarse las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón mata el virus si este está en sus manos.

Adopte medidas de higiene respiratoria

Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo; tire el pañuelo inmediatamente y lávese las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol, o con agua y jabón.

¿Por qué? Al cubrir la boca y la nariz durante la tos o el estornudo se evita la propagación de gérmenes y virus. Si usted estornuda o tose cubriéndose con las manos puede contaminar los objetos o las personas a los que toque.

Mantenga el distanciamiento social

Mantenga al menos 1 metro (3 pies) de distancia entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre.

¿Por qué? Cuando alguien con una enfermedad respiratoria, como la infección por el 2019-nCoV, tose o estornuda, proyecta pequeñas gotículas que contienen el virus. Si está demasiado cerca, puede inhalar el virus.

Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca

¿Por qué? Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si se toca los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas, puedes transferir el virus de la superficie a sí mismo.

Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, solicite atención médica a tiempo.

Con la confirmación de 56 casos nuevos y tres defunciones en las últimas horas, el estado de Chiapas llega a 505 pacientes positivos y 38 decesos en lo que va de la pandemia por coronavirus COVID-19, con fecha de corte al 14 de mayo, dio a conocer el secretario de Salud, José Manuel Cruz Castellanos.

La situación actual de la epidemia de COVID-19 en Chiapas, pero particularmente en Motozintla, es preocupante ya que las estadísticas el



municipio cuenta con 4 casos de coronavirus COVID-19, los cuales uno de ellos está hospitalizado, mientras los otros dos casos han sido dado de alta, y 1 deceso.

No se conoce si la pandemia desaparecerá totalmente después de alcanzar su máxima expansión, o se quedará como una epidemia estacional o incluso como una enfermedad endémica

Esto lleva a tomar una serie de acciones inmediatas para salvar vidas a corto plazo y, a más largo plazo, alcanzar el umbral de inmunidad contra el virus con el menor coste humano y socioeconómico posible.

Es por ello que Integrantes de la Comisión Universitaria para la Atención de la Emergencia del Coronavirus señalaron que es momento de plantear mayores acciones para reducir los contagios de Covid-19, pues aún hay tiempo para hacer preparativos ante futuros escenarios.

El investigador Malaquías López Cervantes, dijo que en este punto en que ya se tienen casos y contactos, pero todavía no hay una transmisión abierta en la comunidad, es justo el momento de empezar a tomar algunas decisiones e incluso implementar algunas acciones, ahora que “el tiempo está a nuestro favor”.

## PREGUNTAS DE INVESTIGACION

1. Que es el covid-19?
2. ¿Cuáles son signos y síntomas del covid-19?
3. ¿De qué medio ha escuchado la información del covid-19?
4. acciones que se usa ante covid-19'

## **OJETIVOS:**

### **Objetivos Generales:**

1. Identificar las acciones que más recurren las personas.
2. Trasmistir información de las acciones que favorece ante el contagio.
3. Dar a conocer el riesgo de contagio ante el covid-19.

### **Específicos:**

1. Descubrir que acciones se implementa en las familias.
2. Acciones que se toman en el área laboral.
3. Facilitar información sobre medidas de aislamiento a tener en cuenta para pacientes infectados que permanecen en su domicilio con más personas.
4. Proporcionar información sobre precauciones Higiénicas a seguir como medidas de contención del contagio entre personas
5. Desarrollar proyectos de prevención y control de enfermedades infecciosas en nuestro entorno
6. Concientizar a la gente que mantenga su distancia como medio de prevención.
7. Entregar recomendaciones acerca del covi-19.

## JUSTIFICACION

El interés principal de realizar en el presente trabajo de tesis del tema “ACCIONES QUE IMPLEMENTA LOS HABITANTES DE MOTOZINTLA CONTRA EL COVID-19”, parte de una reflexión personal por la situación actual que atraviesa nuestro planeta. Primero quiero hacer referencia en una breve descripción a cerca de del covid-19.

La pandemia del coronavirus o COVID-19, que el 31 de diciembre del 2019 fue registrada por la oficina de Organización Mundial de la Salud (OMS) en China como epidemia regional, se diseminó con rapidez por el planeta.

Al 19 de marzo se registran aproximadamente 235,701 casos; 9,786 decesos y 84,960 recuperados, en 160 países y territorios. El impacto del virus a nivel global está en proceso, su alcance está en función de la movilidad del hombre –quien se moviliza por todo el planeta– y de los cuidados que tome para prevenir contagiarse y portar el virus, pero no se sabe cuánto tiempo durará, ni los daños de todo tipo que dejará a su paso, las secuelas, ya no cabe duda, serán por años.

Esta pandemia es un tipo de crisis fuera de lo común, algo a lo que no estamos acostumbrados, como si lo estamos a la crisis económica o a la narco guerra o a la violencia citadina o a la guerra convencional, entre otras crisis, que están contenidas en regiones, y que más o menos se aprende y se sobrevive con ellas.

Mientras no se conozca bien a la enfermedad viral, su naturaleza, comportamiento, modos de dispersión y contagio, asociación con otros

patógenos, variabilidad en la susceptibilidad del huésped, manejo idóneo de enfermos, recuperación, etc., y no se elabore una vacuna efectiva, la pandemia podrá permanecer como tal por meses o años; se supone, esto no se sabe.

La idea no es pulir indefinidamente un tema, habida cuenta que la nueva información está fluyendo imparablemente y así seguirá por largo rato.

Los estudios que sobre el virus y la enfermedad están realizando a toda velocidad científicos de diversos países; meta-análisis de los primeros estudios publicados sobre sintomatología, sobre análisis de laboratorio, sobre ensayos clínicos, etc.

### **Hasta ahora la OMS nos indica cuales son los primeros síntomas:**

Fiebre

Tos seca

Cansancio

### **Otros síntomas menos comunes son los siguientes:**

Molestias y dolores

Dolor de garganta

Diarrea

Conjuntivitis

Dolor de cabeza

Pérdida del sentido del olfato o del gusto

Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies

## **De la misma manera nos recomiendan cuales son las medidas a seguir para evitar el contagio o propagación:**

Lavarse las manos frecuentemente

Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de haber estado en un lugar público, o después de sonarse la nariz, toser o estornudar.

### **Evite el contacto directo**

Evite el contacto cercano con personas que están enfermas, incluso dentro de su casa. De ser posible, mantenga una distancia de 6 pies entre la persona enferma y otros miembros de su hogar.

Cubrirse la boca y la nariz con una cubierta de tela para la cara al estar rodeados de personas

Usted podría propagar el COVID-19 incluso si no se siente enfermo.

Todos deberían usar una cubierta de tela para la cara cuando salen de sus casas, por ejemplo, para ir a la tienda de comestibles o para buscar otros productos necesarios.

## Cubrirse la boca al toser y estornudar

Si se encuentra en un ámbito privado y no tiene puesta la cubierta de tela para la cara, recuerde siempre cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable o con la parte interna del codo al toser o estornudar.

## Limpiar y desinfectar

Limpiar Y desinfecte diariamente las superficies que se tocan con frecuencia. Esto incluye las mesas, las manijas de las puertas, los interruptores de luz, los mesones, las barandas, los escritorios, los teléfonos, los teclados, los inodoros, los grifos, los lavamanos y los lavaplatos.

Derivado de las medidas que ya conocemos, esta investigación se pretende Analizar los distintos medios que los habitantes de la ciudad de Motozintla mas emplean en esta pandemia, esto se dará a conocer a través de una encuesta, que conoceremos más adelante de acuerdo con cada una de sus graficas correspondientes, anexada de cada una de las encuestas que se realizaron de manera virtual a diferentes familias de dicho municipio.

Esto beneficiaría a la población, a las autoridades, y medios de salud para implementar un proyecto y así, se lleve a cabo una mejor comunicación y propagación de información verídica ya que hasta el momento existe información falsa en los diferentes medios que conocemos.

## **HIPOTESIS**

Tener un registró de las acciones sanitarias que realizan los habitantes de motozintla, Chiapas en la prevención del virus covid19, ¿ayudaran a la prevención de contagios?

## **METODOLOGIA**



Para realizar la siguiente investigación de tesis que tiene como principal objetivo, identificar las acciones que implementan los habitantes de Motozintla contra el Covid-19, y obtener los resultados se tomó un pequeño muestreo del 10% de la población total, y se le proporciono un cuestionario de tipo variable, ya que con esto se va a tomar en cuenta para la recolección de los datos, para luego analizarlos.

Así mismo el cuestionario consta de una serie de 8 preguntas que tienen validez y confiabilidad. Se tomó en cuenta la investigación ya proporcionada por la OMS.

El procedimiento fue el siguiente:

Se identificaron las familias a las cuales se les proporciono a un miembro para poder responder este cuestionario, se les hizo llegar por los diferentes medios de comunicación, ya sean redes sociales tales como Facebook, correo electrónico y whatsapp, etc.

Por lo consiguiente se hizo una recolección de información, y se fueron apartando para después obtener resultados y se graficaron para así poder llegar a una conclusión y mostrar el cumplimiento de nuestra hipótesis.

¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades leves como el resfriado común, y enfermedades graves como el SRAS (síndrome respiratorio agudo severo) o el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV).

Los coronavirus afectan tanto a humanos como a animales, incluyendo felinos, camellos y murciélagos. La transmisión de animal a humano es rara, pero cuando se da, el virus puede evolucionar y después continuar con transmisión humano a humano. Además, se sabe que hay otros coronavirus circulando entre animales, que todavía no han infectado al ser humano.

Los coronavirus humanos comunes que la mayoría de las personas contraen en algún momento de sus vidas, incluyen los siguientes tipos:

229E (coronavirus alfa)

NL63 (coronavirus alfa)

OC43 (coronavirus beta)

HKU1 (coronavirus beta)

## ORIGEN

El nuevo coronavirus Covid-19 tuvo su origen en la ciudad de Wuhan, en China. A mediados del mes de diciembre de 2019, las autoridades sanitarias de Wuhan detectaron una serie de casos de neumonía producida por una causa desconocida. En ese momento se originó una alarma sobre una nueva enfermedad desconocida hasta el momento

Una primera investigación posterior sobre el origen de esta enfermedad, publicada en la revista [The Lancet](#), (revista médica británica, Mayo 22, 2020) determinó que se trataba de un nuevo tipo de virus, de la familia Coronaviridae, emparentado con el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS) y con el Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (MERS) pero que no es igual a ninguno de ellos.

Para averiguarlo estudiaron 10 muestras genéticas tomadas de pacientes procedentes de Wuhan que incluía ocho genomas completos y dos genomas parciales.

### **¿Qué es el nuevo coronavirus?**

Los coronavirus son una serie de virus llamados así por su forma, ya que tienen una especie de corona (como la de un reloj) alrededor del virión, del 'núcleo' del virus. Estos organismos conviven con el ser humano desde siempre, y hay muchos tipos de ellos, tanto animales como humanos.

Sin embargo, el primer análisis comparativo de esta nueva enfermedad determinó que el 2019-nCov (nombre provisional del virus que finalmente fue denominado SARS-CoV-2), era "suficientemente distinto" de los otros dos betacoronavirus de gravedad detectados en humanos, el SARS y el MERS, para ser considerado como una nueva enfermedad: el Covid-19.

Los coronavirus son una serie de virus llamados así por su forma, ya que tienen una especie de corona (como la de un reloj) alrededor del virión, del 'núcleo' del virus. Estos organismos conviven con el ser humano desde siempre, y hay muchos tipos de ellos, tanto animales como humanos.

Sin embargo, el primer análisis comparativo de esta nueva enfermedad determinó que el 2019-nCov (nombre provisional del virus que finalmente fue denominado SARS-CoV-2), era "suficientemente distinto" de los otros dos betacoronavirus de gravedad detectados en humanos, el SARS y el MERS, para ser considerado como una nueva enfermedad: el Covid-19.

### **Coronavirus Wuhan, epicentro de la crisis del Covid-19**

El punto común de los primeros casos de nuevo coronavirus fue el mercado de la ciudad china de Wuhan, en la provincia de Hubei: ese fue el epicentro de la crisis sanitaria declarada a nivel mundial.

El mercado de Wuhan se trata de un mercado de animales. De ahí la importancia de averiguar desde qué animal 'dio el salto' el coronavirus para infectar a los humanos.

"Aunque nuestro análisis filogenético sugiere que los murciélagos podrían ser el huésped original de este virus, un animal vendido en el mercado de mariscos en Wuhan podría representar un huésped intermedio que facilita la aparición del virus en humanos", explican los investigadores.

No obstante, también se ha barajado la posibilidad de que fuera el pangolín el huésped intermedio que facilitó la mutación del coronavirus.

No obstante, las secuencias genéticas de las muestras estudiadas fueron casi idénticas puesto que compartieron más del 99,98 por ciento de la misma secuencia, lo que indica, según los investigadores "una aparición muy reciente del virus en humanos", que apenas ha tenido tiempo de mutar.

### **Epidemia de la enfermedad por coronavirus COVID-19 en la ciudad de Wuhan, China.**

Desde diciembre pasado se han presentado más de 5.3 millones de casos de la infección denominada COVID-19, provocada por el nuevo coronavirus, entre los cuales destacan 1.6 millones de enfermos en Estados Unidos, 344 mil en Rusia, 260 mil en Reino Unido, 235 mil en España, 229 mil en Italia, 182 mil en Francia, 180 mil en Alemania.

En Latinoamérica hay miles de casos confirmados de COVID-19, 347 mil en Brazil, 115 mil en Peru, 65 mil en México, 65 mil en Chile, 36 mil en Ecuador, 20 mil en Colombia, 10 mil en Panama, 14 mil en República Dominicana, 11 mil en Argentina, 5.9 mil en Bolivia, 3.7 mil en Honduras, 1.9 mil en Cuba, 3 mil en Guatemala, 1.9 mil en El Salvador, 918 en Costa Rica, 764 en Uruguay, 1010 en Venezuela, 862 en Paraguay, 279 en Nicaragua y 18 en Belize.

De los más de 5.3 millones de casos a nivel mundial, miles de personas se encuentran graves y se han reportado más de 343 mil muertes. Se calcula que alrededor de uno de cada cuatro casos son graves.

La ministra de Salud china Ma Xiaowei reveló que las personas pueden propagar el virus antes de que tengan síntomas, lo cual hace el virus aún más peligroso para la salud pública.

La Organización Mundial de la Salud ha clasificado la enfermedad COVID-19 como una pandemia y una "emergencia internacional".

### **Síntomas de la infección por coronavirus**

Las infecciones provocadas por el coronavirus pueden causar casos leves a moderados de infección respiratoria aguda similares al resfriado común y a la gripe.

Los signos y síntomas más frecuentes de la infección COVID-19 son:

Fiebre alta (mayor a 38 grados)

Tos seca (sin flemas)

Pérdida del sentido del olfato y del gusto

Falta de apetito

Dolores musculares

Fatiga

Dolor de cabeza

Dolor de garganta

Escalofríos persistentes.

No todos los síntomas anteriores pueden estar presentes. Se pueden presentar combinaciones de estos síntomas.

Estos síntomas pueden evolucionar a enfermedad grave como la neumonía cuyos síntomas incluyen:

Dificultad para respirar

Sensación de opresión en el pecho

Dolor en el pecho.

Es importante tomar en cuenta que en los casos de COVID-19 la fiebre puede no estar presente en pacientes muy jóvenes, pacientes muy viejos, pacientes inmunosuprimidos o que están tomando medicamentos para bajar la fiebre.

### **Cómo se transmite el coronavirus humano?**

El virus coronavirus humano se transmite de persona a persona de diversas formas:

Por el aire cuando se tose, se estornuda o se habla y se expulsan pequeñas gotitas de secreciones respiratorias. Las personas pueden luego respirar las gotitas contaminadas con el virus y contagiarse.

Al estrechar las manos o tocar a la persona enferma.

Al tocar objetos o superficies contaminadas con el virus y luego llevar las manos a la boca, nariz o los ojos.

## Quién está en riesgo?

La infección COVID-19 es muy peligrosa para las personas que tienen el sistema inmune debilitado por enfermedades subyacentes (diabetes, cáncer, enfermedad pulmonar obstructiva crónica o EPOC, enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial, etc.), personas en tratamiento con quimioterapia, radioterapia o drogas inmunosupresoras; también están en riesgo los adultos mayores, sobre todo los que tienen enfermedades crónicas como las mencionadas anteriormente.

## Cuál es la población susceptible de enfermarse por el coronavirus COVID-19?

Toda la población puede enfermarse con el nuevo coronavirus, desde los niños pequeños hasta los adultos mayores. La infección por COVID-19 es una enfermedad nueva y, por tanto, las personas no tienen anticuerpos que los protejan contra este tipo de virus.

No obstante, en un estudio realizado con información de casos presentados en China, se observó que se presentaron menos casos en niños y jóvenes menores de 19 años (2.1%), la mayoría (el 58,6% de los casos) son adultos de 30 a 59 años y el 31.2 % de los casos se presentó en mayores de 60 años.

## Período de incubación del nuevo coronavirus SARS-CoV-2

El período de incubación es el intervalo de tiempo entre la infección con el virus y la aparición de los primeros síntomas o signos de la enfermedad. En el caso del nuevo coronavirus SARS-CoV-2 identificado por primera vez en China en 2019 y que causa la enfermedad COVID-19, el período de incubación es de 2 a 14 días y el virus puede transmitirse de persona a persona durante este período en el cual el enfermo no presenta síntomas.



## **Cómo se hace el diagnóstico de la enfermedad por coronavirus?**

Para hacer el diagnóstico se toma en cuenta los síntomas de la persona, antecedentes de viajes y de contactos con otras personas sospechosas de contagio en los últimos 14 días. Para el diagnóstico definitivo se hacen exámenes de laboratorio que permiten detectar la presencia del virus en la persona enferma.

## **Tratamiento del coronavirus**

No existe un medicamento antiviral específico para el tratamiento del coronavirus común humano, ni tampoco para la nueva enfermedad COVID-19. Por ser causada por un virus los antibióticos no son útiles para el tratamiento de esta enfermedad. Los antivirales utilizados para el tratamiento de la gripe tampoco son útiles en estos casos.

En estos momentos se realizan pruebas con diferentes combinaciones de antivirales, pero todavía no hay datos confiables sobre su eficacia.

A los enfermos se le deben tratar los síntomas y se debe brindar tratamiento de soporte para mantener el funcionamiento de los órganos vitales.

El gobierno de Francia lanzó un comunicado en donde recomienda no utilizar medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINEs), por que podrían empeorar la condición de los enfermos, aunque todavía no hay datos suficientes para corroborar esto, de todas maneras se recomienda exclusivamente el uso de acetaminofen (paracetamol) para el tratamiento de los síntomas.

## COVID-19 EN MÉXICO

A primera hora de la mañana, Hugo López-Gatell Ramírez, subsecretario de Prevención y Promoción de la Salud mexicano, anunció el contagio de un hombre de 35 años en Ciudad de México que recientemente estuvo en Italia.

"Existía una prueba reactiva, estaba pendiente hacer la segunda prueba de confirmación. Esto ocurrió a las 6:00 horas, salió el resultado y se confirma", por el Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias (INER), afirmó López-Gatell.

Agregó que el hombre infectado se mantiene estable con "una enfermedad leve", con síntomas parecidos a un catarro y que, al tratarse de una persona joven y sin enfermedades previas, su caso es "de muy bajo riesgo".

López-Gatell dijo que este hombre se encuentra en situación de aislamiento en el INER, al igual que otras cinco personas de su familia que permanecen bajo observación.

Posteriormente, en una rueda de prensa vespertina de la Secretaría de Salud que a partir de ahora será diaria, el subsecretario López-Gatell confirmó dos casos más: uno en Ciudad de México y otro en Sinaloa.

Por tanto, hasta la noche del viernes, había 3 casos confirmados de coronavirus en México.

El caso de Sinaloa se trata de un hombre de 41 años que dio positivo en un primer examen y quedó bajo observación hasta que se confirmó el contagio.

El secretario de Salud de Sinaloa, Efrén Encinas, informó que hay un segundo caso sospechoso que es atendido en el mismo hotel, además de que están rastreando a todas las personas que hayan podido tener contacto con el primero, incluidos los pasajeros de un vuelo.

Las tres personas contagiadas estuvieron durante la tercera semana de febrero en una convención celebrada en Bérgamo, Italia, país donde ya se confirmaron más de 500 casos de coronavirus.

Según describieron las autoridades, todo parece apuntar a que una persona de nacionalidad italiana y residente en Malasia, que también tiene síntomas, fue quien les contagió.

México no tiene vuelos directos a Italia, pero sí a varias ciudades europeas con conexión, como Madrid, Barcelona, París, Londres o Ámsterdam.

En marzo, se presentaron los siguientes casos:

El 1 de marzo, una joven de dieciocho años de edad que se encontraba estudiando en Italia junto con la joven de Coahuila confirmada el 29 de febrero, y que reside en Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.

## COVID-19 EN CHIAPAS

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas; 26 de mayo de 2020.- En el informe diario sobre el comportamiento del coronavirus COVID-19, el secretario de Salud de Chiapas, José Manuel Cruz Castellanos, dio a conocer que en las últimas horas se confirmaron 64 casos nuevos y tres defunciones, por lo que la entidad alcanzó un total de mil 228 casos positivos y 94 decesos.

Debido a que el municipio de Tuxtla Gutiérrez representa el foco más fuerte de contagio, al registrar el 40 por ciento de la totalidad de los casos (452), el funcionario estatal anunció que propondrá en el Comité para la Seguridad en Salud, la implementación del Programa de Control Organizado para el centro de la ciudad, cuya finalidad es cortar la cadena de transmisión del virus.

Explicó que dicho programa consiste en transformar el primer cuadro de la ciudad capital en un centro comercial amplio y seguro, que contará con filtros múltiples de acceso y en cada comercio, a fin de garantizar la seguridad de la población que acuda a abastecerse en establecimientos con actividades esenciales y no esenciales.

Abundó que este programa se aplicará por un periodo de 20 días, para lo cual ya se sostuvieron reuniones con dueños de comercios, a fin de concientizarlos sobre la necesidad de llevarlo a cabo y advertir que en caso de incumplimiento se harán acreedores a sanciones administrativas, con base en el Bando de Policía y Buen Gobierno, y la Ley General de Salud en materia de protección contra riesgos sanitarios.

Con relación a los 64 casos nuevos, Cruz Castellanos mencionó que se registraron en los siguientes municipios: Tapachula, 20; Tuxtla Gutiérrez, 14; Comitán, ocho; San Cristóbal de Las Casas, seis; Bochil, dos; y en Acala, Arriaga, Berriozábal, Chiapa de Corzo, Frontera Comalapa, Huixtla, Mezcalapa, Ocosingo, Palenque, Pichucalco, Suchiapa, Teopisca, Tonalá y Tzimol, un caso en cada uno. Se trata de 40 mujeres y 24 hombres.

En cuanto a las defunciones, expuso que la número 92 para Chiapas recae en paciente masculino, de 77 años de edad, con domicilio en la capital chiapaneca.

La defunción número 93 corresponde a paciente masculino, de 89 años, habitante de Tuxtla Gutiérrez, quien tenía antecedentes de diabetes, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y tabaquismo.

La defunción número 94 se trata de paciente femenino, de 50 años, residente de la ciudad capital, quien presentaba diabetes, hipertensión y obesidad.

Finalmente, sobre el estatus del total de mil 228 casos, el secretario de Salud señaló que 482 son pacientes dados de alta, 442 manejados de manera ambulatoria, 93 hospitalizados estables, 55 hospitalizados graves, 62 hospitalizados intubados y 94 decesos.

Destacó que en las últimas 24 horas fueron dados de alta 186 pacientes, tras 21 días de observación, ya que no presentaban carga viral.

# GUÍA FAMILIAR PARA LAS COMUNIDADES DE CHIAPAS

## Medidas preventivas al salir de casa

Organizar tus actividades, sal de casa lo menos que puedas

Usa camisa manga larga y pantalones, recógete el pelo, no lleves anillos, pulseras, ni esmalte en las uñas y usa cubrebocas.

Mantén sana distancia, adopta el saludo a distancia (No abrazos, no besos, no dar la mano).

Intenta no usar transporte público y paga completo tu pasaje para evitar cambio.

Desinfecta las monedas con agua y alcohol

## Filtro sanitario al entrar a casa

### PASO 1

Usa jerga con cloro y agua para desinfectar tu calzado.

Deja tu ropa en un cesto y dentro de una bolsa de plástico.

Los artículos como morral, anteojos y celulares desinféctalos.

### Paso 2

Ponte tus zapatos limpios

Lávate las manos con agua y jabón entre 40 a 60 segundos.

Procura bañarte inmediatamente

## **Evita Reuniones, velorios, fiestas patronales o familiares**

El amontonamiento de gente en el mismo lugar puede causar muchos contagios y poner en peligro a tu familia y a la comunidad.

### **Medidas preventivas en casa**

Lavado de manos frecuente con agua y jabón. En caso necesario usa el cubrebocas.

Aseo en el hogar de superficies de contacto frecuente (pisos, mesas, sillones, manijas de puerta, etc.) con una solución de 10 tapitas de cloro en 20 litros de agua.

No compartir toallas, cucharas, cuchillos, tenedores y vasos.

Lava seguido la ropa, toallas y sábanas.

### **Cuidado al toser o estornudar**

Al toser o estornudar cúbrete usando la parte interior del codo.

No te toques los ojos, nariz y boca.

En caso de usar una servilleta o papel de baño, colócalo dentro de una bolsa de plástico y adentro del bote de la basura.

### **Abastecimiento de alimentos**

Elige una persona para hacer las compras, de preferencia joven y sano.

No olvides desinfectar o lavar con abundante agua y jabón las bolsas de mandado, envolturas, latas y cajas que lleves a casa.

Lava y desinfecta frutas y verduras sumergiéndolos en un trasto o cubeta con agua y cloro, en 15 litros de agua y de 2 a 3 tapitas de cloro durante 5 minutos.

Enjuaga con agua limpia.

### **Si un familiar regresa a casa**

Si algún familiar, vecino o conocido regresa de viaje debe aislarse durante 14 días.

Si tienes un familiar fuera de tu comunidad, que vaya a regresar, comunícate con él. Si no es un caso de fuera mayor, pídele que posponga su viaje.

### **En caso de síntomas**

Si tú o algún familiar presentan:

Fiebre, dolor de garganta, tos, dolor de pecho, dificultad para respirar y malestar general.

Llama al número 800 772 20 20

O revisa la lista de teléfonos de orientación médica.

Aíslate con los que hayas tenido contacto.

### **Durante el aislamiento puedes presentar los siguientes síntomas**

Si tú o alguno de tus familiares presenta:



Enojo

Agresividad

Miedo

Ansiedad

No puede dormir

Pánico

Violencia Familiar

Comunícate al número de teléfono

Línea de vida 800 911 20 00

### **Si tiene un enfermo de COVID-19 en casa**

Mantenlo aislado 21 días y bajo observación.

Separa sus utensilios de comida y de higiene personal; lava por separado su ropa.

Limpia y desinfecta el lugar donde se encuentra.

Al pasarle sus alimentos y medicina, protégete con cubrebocas y guantes.

### **¿Cuánto dura el COVID-19 en diferentes superficies?**

Acero inoxidable: 3 días

Madera: 4 días

Superficies porosas (cabello, billetes, papel y telas). No dura mucho

Monedas: cobre 4 horas, acero 48 horas.

Aire: 3 horas

Aluminio y látex: 8 horas

Cubre bocas: 7 días

Plástico: 9 días

Suela de zapatos: 5 días

### **Uso correcto del cubre bocas**

Lávate las manos correctamente, antes de colocarlo

Revisa cual es el lado correcto, las costuras gruesas van en la parte de adentro del cubreboca

Rodea tus orejas con el elástico y cubre toda tu nariz y boca. Cuida que tus manos no toquen la parte de adentro

No tocarlo mientras lo traigas puesto y, si tienes que hacerlo, lávate las manos antes

Aunque traigas el cubreboca, tose y estornuda adentro del codo

Quítalo y agárralo de las ligas y después lávate las manos

### **¿Cuándo cambiar el cubre bocas?**

Si se humedeció

Si te lo pusiste en el cuello, en la cabeza o lo quitaste por alguna otra razón

Si está roto o desgastado

Después de visitar a un enfermo

Ponlo en una bolsa de plástico, ciérrala muy bien y tírala en el bote de basura

## **Plan familiar de protección civil**

La mochila de emergencia debe contener:

Útiles de aseo

Agua embotellada

Cerillos o encendedor

Radio de pilas

Cinta adhesiva

Linterna con pila

Cuchilla multiusos

Documentos y duplicado de llaves

Botiquín de primeros auxilios

Mantas y ropa de abrigo

Alimentos no perecibles

Barra de chocolate y cereales

## **Detecta y reduce riesgos**

Tanto en el interior como en el exterior de tu casa

Elabora un croquis de tu vivienda y marca las zonas de menor riesgo

Diseña rutas de evacuación

Practica simulacros

## **Seamos familias solidarias**

Ubica un espacio seguro que permita el alojamiento de familiares

Es indispensable mantenerlo limpio y desinfectado

Realiza un rol de actividades para el aseo de los diferentes espacios en tu hogar.

## **Bibliografía**

<https://www.redaccionmedica.com/secciones/sanidad-hoy/coronavirus-origen-evolucion-porque-no-es-igual-sars-mers-1429>

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>

[https://www.geosalud.com/enfermedades\\_infecciosas/sindrome-respiratorio-coronavirus-oriente-medio/coronavirus.html](https://www.geosalud.com/enfermedades_infecciosas/sindrome-respiratorio-coronavirus-oriente-medio/coronavirus.html)

<https://www.marca.com/claro-mx/trending/2020/03/21/5e76446d46163fb0118b45ab.html>

<https://www.marca.com/claro-mx/trending/2020/03/14/5e6c39a722601d3e128b4611.html>

<https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-51677751>

<https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-51677751>

[https://es.wikipedia.org/wiki/Pandemia\\_de\\_enfermedad\\_por\\_coronavirus\\_de\\_2020\\_en\\_M%C3%A9xico](https://es.wikipedia.org/wiki/Pandemia_de_enfermedad_por_coronavirus_de_2020_en_M%C3%A9xico)