



Mi Universidad

Super nota

Nombre del Alumno: Rosalinda Santiago Ramírez

Nombre del tema: virus SARS- cov 2

Nombre de la Materia: Enfermería geronto-geriatrica

Nombre del profesor: Lic. Alfonso Velázquez Ramírez

Nombre de la Licenciatura. Enfermería

Cuatrimestre: 6to

VIRUS SARS-COV 2

Es un virus que forma parte de la familia de virus "Coronavirus", que reciben su nombre por su forma en "corona". Es el más reciente de los coronavirus, identificado en el 2019 y causa la enfermedad llamada COVID-19, responsable de la actual pandemia.



Uno de los grupos más vulnerables por la pandemia de COVID-19 son las personas adultas mayores. Este grupo poblacional tiene mayor probabilidad de muerte asociadas a la edad avanzada y la edad promedio de las personas que ingresan a servicios hospitalarios es de 56 años.

La salud es de todos Minsalud

Los adultos mayores con enfermedades crónicas como:

diabetes, hipertensión o enfermedades cardiovasculares, tienen riesgo de desarrollar cuadros más graves de coronavirus.

Cuida tu salud y verifica con tu médico que estas afecciones estén controladas.

#EvitaElCoronavirus #EnAdultosMayores

Las comorbilidades (enfermedad cardíaca, enfermedad respiratoria y diabetes) y, las cuales están presentes en la población adulta mayor en México, y la inmunodepresión son factores de riesgo importantes ante la vulnerabilidad y la gravedad de la enfermedad por COVID-19

Corre un mayor riesgo de sufrir una forma grave de COVID-19 si tiene:

- Diabetes
- Hipertensión
- Asma y otras enfermedades respiratorias
- Cáncer
- Cardiopatía

HealthyTogether

La mayoría de las personas que padecen COVID-19 sufren síntomas de intensidad leve a moderada y se recuperan sin necesidad de tratamientos especiales. Sin embargo, algunas personas desarrollan casos graves y necesitan atención médica.



Si un adulto mayor presenta síntomas. La primera recomendación es no automedicarse, sino acudir por una atención médica apropiada. Tampoco se debe usar antibióticos que no hayan sido recetados después de una valoración médica y se recomienda que las personas adultas mayores eviten tocarse la cara.

NO Automedicarse

Los síntomas más habituales son los siguientes:

1. Fiebre
2. Tos
3. Cansancio
4. Perdida del gusto o olfato

Los síntomas menos habituales son los siguientes:

1. Dolor de garganta
2. Dolor de cabeza
3. Molestias y dolores
4. Diarrea
5. Erupción cutánea o perdida del color de los dedos de las manos o los pies
6. Ojos rojos o irritados

Síntomas del covid-19 **Nuevas variantes**

| | | | |
|------------------------------|--------------------------|------------------|--------|
| | | | |
| Dolor de garganta | Dolor de cabeza | Congestión nasal | Tos |
| | | | |
| Estornudos | Fiebre | Secreción nasal | Fatiga |
| Ocasionalmente | | | |
| | | | |
| Pérdida del olfato y/o gusto | Dificultad para respirar | Diarrea | |

Esté atento a los signos de advertencia de emergencia* del COVID-19:

1. Dificultad para respirar
2. Dolor o presión persistente en el pecho
3. Confusión
4. Incapacidad de despertarse o permanecer despierto
5. Piel, labios o lechos de uñas pálidos, grises o azulados, según el tono de la piel

*Esta lista no incluye todos los síntomas posibles.

¡COVID-19!
¿Cuándo ir al médico?

No olvides usar mascarilla y lavarte las manos

| | | |
|---|---|---|
| | | |
| Tos seca o con esgarro, estornudos, dolor de garganta, diarrea, fiebre, pérdida del gusto, o del olfato, malestar general, dolor de cabeza persistente, pulso mayor a 100 por minuto, poca orina en el día. | Mayor de 65 años, presión alta, enfermedad cardíaca, azúcar en la sangre, enfermedad renal o pulmonar, cáncer, toma medicina que baja las defensas. | Más de 25 respiraciones en 1 minuto, sensación de ahogo, boca entrecerrada, labios o dedos morados, confusión mental o somnolencia, o si tienes pulsómetro que muestre 90% o menos. |
| Reposo, aislamiento, comida sana, abundante líquido, duerme boca abajo, puedes quedarte en casa y vigilar tus síntomas. | Hay que estar alerta... mejor una tele-consulta | Necesitas oxígeno consulta tu EPS o al hospital. Evitar ir en transporte masivo |

Tel: 576 7090

E.S.E. HOSPITAL Nuestra Señora de LA CANDELARIA
Guarne - Antioquia

Otras sugerencias son:

1. La etiqueta respiratoria.
2. Lavarse las manos frecuentemente de 10 a 20 veces por día, con agua y jabón.
3. Usar alcohol en gel.
4. Desinfectar las superficies.

| | | |
|--|--|--|
| | | |
| | | |

A medida que envejecemos, las respuestas del sistema inmunitario innato y el adaptativo cambian. Los monocitos de los individuos mayores producen menos interferón en respuesta a la infección viral es por ello que los adultos mayores corren mas peligro con el COVID.

EL SISTEMA INMUNE, NUESTRA MAQUINARIA DE PROTECCIÓN CONTRA ENFERMEDADES

Glóbulos rojos

Linfocitos
(Glóbulos blancos: células características del sistema inmune)

Enfermedades infecciosas como la COVID-19, actúan de diferente forma en niños y adultos, según la condición en la que se encuentre su sistema inmune.

En la etapa de la tercera edad, hay una cantidad menor de células inmunitarias que actúan en contra de organismos patógenos.

Ciencia UNAM www.ciencia.unam.mx Salud

COVID-19

Enfermedad por coronavirus 2019

10 FORMAS DE PROTEGERSE Y PREPARARSE SI USTED TIENE MÁS DE 60 AÑOS Y/O ENFERMEDADES SUBYACENTES*

- Lávese las manos con agua y jabón frecuentemente, y limpie y desinfecte regularmente las superficies.
- Continúe tomando sus medicamentos regulares y siga los consejos médicos.
- Adopte un estilo de vida saludable para ayudar a su sistema inmunológico: coma alimentos nutritivos, duerma lo suficiente, no fume, manténgase activo y limite el consumo de alcohol.
- Mantenga una distancia de al menos 1 metro con otras personas y evite el contacto físico (apretones de manos, abrazos) con otros.
- Si la COVID-19 se está propagando en su comunidad, siga las recomendaciones de quedarse en casa. Evite ir a iglesias u otras reuniones grandes.
- Asegúrese de tener sus medicamentos regulares para al menos un mes en caso de que tenga que quedarse en casa. Planifique cómo obtendrá más si fuera necesario.
- Establezca una comunicación regular con familiares, amigos o vecinos y acuerde cómo obtendrá alimentos y buscará atención médica si se enferma.
- Conozca los síntomas de la COVID-19, como fiebre, tos y dificultad para respirar, para poder identificarlos rápidamente en caso de que aparezcan.
- Si presenta síntomas, contacte al teléfono asignado en su país, a su proveedor de salud o a su médico de inmediato.
- No se sienta solo. Manténgase en contacto con familiares y amigos por teléfono, chat, video llamada o email.

*Los adultos mayores de 60 años y las personas inmunodeprimidas o aquellos con afecciones subyacentes, como presión arterial alta, diabetes, cáncer y/o enfermedades pulmonares y cardíacas, están en mayor riesgo.

OPS Organización Panamericana de la Salud Organización Mundial de la Salud

Conócelo. Prepárate. Actúa. www.paho.org/coronavirus

El COVID en adultos mayores también les provoca tanto de ansiedad como de depresión y de problemas de dormir.



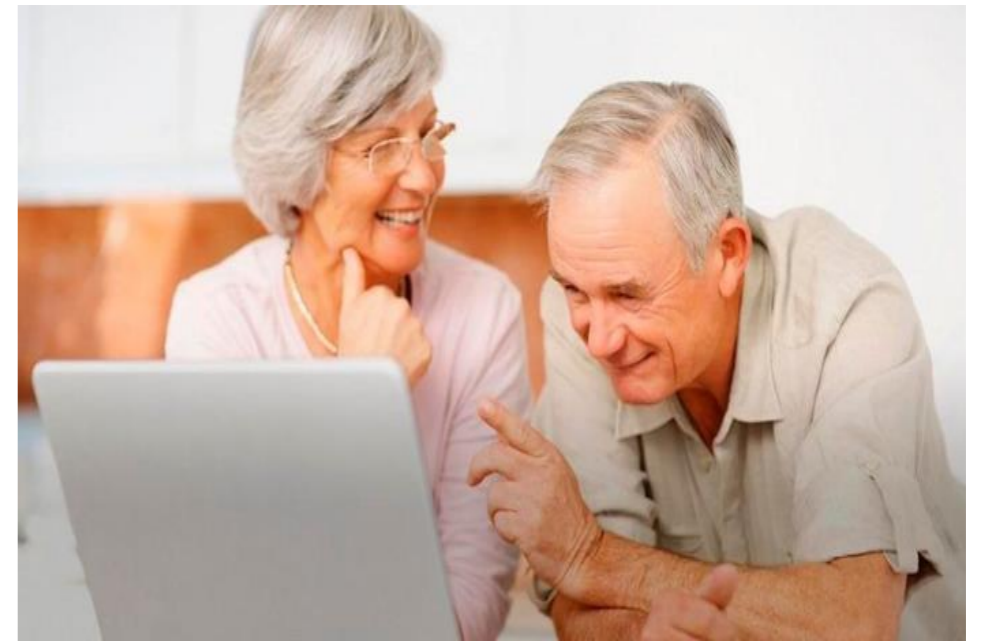
Actividades psicosociales para personas mayores durante aislamiento social por COVID-19.

¿Por qué son útiles?

- ✓ Salir de la rutina.
- ✓ Promueven la actividad física.
- ✓ Procuran el desarrollo cognitivo.
- ✓ Previenen enfermedades.

Para más información contacte al Centro de Asesoría y Orientación del Instituto Nacional de Geriátrica, SROS. Las actividades psicosociales para personas mayores se realizarán fundamentalmente para mantener la salud y mejorar la calidad de vida en las personas mayores del Instituto Nacional de Geriátrica, 2.º PL. C/O. 12. D.

SALUD MINISTERIO NACIONAL DE SALUD



A pesar de que los ancianos son más vulnerables que el resto de la población a la COVID-19, pueden recuperarse con un tratamiento conforme a los protocolos establecidos y siguiendo las pautas del método clínico. Los médicos generales deben controlar las enfermedades de base y vigilar a los ancianos, que por edad y comorbilidades son de alto riesgo.



Si quieres a tus adultos mayores, cuídate y cuídalos a ellos contra el COVID. La mejor forma de combatir el COVID es cuidándonos y realizando las medidas de higiene preventivas.

Ayude a detener el COVID-19

- Vacúnese contra el COVID-19
- Lávese las manos frecuentemente
- Cubra su boca y nariz con una máscara
- Evite las multitudes y practique el distanciamiento social (6 feet / Mantenga la distancia)
- Denuncie las pruebas, vacunas y tratamientos fraudulentos del COVID-19

La prevención del COVID-19 está en tus manos

Mantener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como el COVID-19.

Lava tus manos con agua y jabón entre 40 y 60 segundos.

Desinfecta regularmente superficies como:

- mesas
- teléfonos
- escritorios
- teclados de tu pc

Al toser o estornudar, usa tu antebrazo o pañuelos desechables.

No toques tus ojos, nariz y boca sin lavarte las manos.

Usa desinfectante para manos a base de alcohol.

Línea de Información *462

MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA

PRESIDENCIA DE LA REPÚBLICA DOMINICANA

BIBLIOGRAFIA

1. La salud de las personas adultas mayores durante la pandemia del covid – 19 http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000700007
2. La COVID-19 y Adultos Mayores <https://www.paho.org/es/envejecimiento-saludable/covid-19-adultos-mayores#:~:text=La%20pandemia%20de%20la%20COVID%2D19%20ha%3A&text=evidenciado%20las%20tasas%20de%20mortalidad,sus%20necesidades%20%C3%BAnicas%2C%20entre%20otras.>
3. Adultos mayores- coronavirus- gob.mx <https://coronavirus.gob.mx/adultos-mayores/>
4. Adultos mayores- medica sur https://www.medicasur.com.mx/en_mx/ms/covid_19_Adultos_Mayores
5. Adultos mayores en riesgo de covid-19 y sus vulnerabilidades socioeconómicos y familiares: un análisis e con el ENASEM. PDF <https://rppoblacion.uaemex.mx/article/download/15590/11989/>
6. Adultos mayores frente al COVID -19- universidad Anahuat <https://www.anahuac.mx/investigacion/noticias/adultos-mayores-frente-al-covid-19>
7. COVID-19 en ancianos: revisión de casos con evolución favorable <https://mgyf.org/covid-19-en-ancianos-revision-de-casos-con-evolucion-favorable/>
8. <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html> síntomas del COVID-19-CDC
9. Como afecta el coronavirus a las personas mayores -AARP <https://www.aarp.org/espanol/salud/enfermedades-y-tratamientos/info-2020/coronavirus-en-personas-mayores.html>
10. Por que el coronavirus es mas peligroso para los ancianos <https://elpais.com/ciencia/2020-03-23/por-que-el-coronavirus-es-mas-peligroso-para-los-ancianos.html>