

combatiendo la COVID-19



Visión CEVECE
2022 Semana 05

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades. Av. Fidel Velázquez No. 805, Col. Vértice. C.P. 50150. Tel. (722) 2193887. Estado de México.

posibles medicamentos contra COVID-19

- Se puede prescribir el Remdesivir a pacientes hospitalizados con COVID-19. Se administra a través de una aguja en la piel (por vía intravenosa).
- También ha autorizado el uso de emergencia del fármaco Baricitinib (Olmiant) para la artritis reumatoide para tratar la COVID-19 en algunos casos. El Baricitinib es una píldora que parece funcionar contra la COVID-19 porque reduce la inflamación y tiene actividad antiviral. La FDA indica que puede usarse para las personas hospitalizadas con COVID-19 que utilizan respiradores mecánicos o necesitan oxígeno suplementario.
 - Las y los investigadores están estudiando otros tratamientos posibles para la COVID-19, por ejemplo:
 - Medicamentos antivirales. Además del Remdesivir, otros fármacos antivirales que se están evaluando son el Favipiravir y el Merimepodib. Los estudios han demostrado que la combinación de lopinavir y el ritonavir no es eficaz.
 - Dexametasona. El corticoide dexametasona es un tipo de fármaco antiinflamatorio que las y los investigadores están estudiando para tratar o prevenir la disfunción de los órganos y las lesiones pulmonares debidas a

inflamación. Los estudios han encontrado que reduce en un 30 % el riesgo de muerte en las personas que utilizan respirador y en un 20 % en las personas que necesitan oxígeno suplementario.

- Terapia antiinflamatoria. Las y los investigadores estudian muchos medicamentos antiinflamatorios para tratar o prevenir la disfunción de varios órganos y la lesión pulmonar que provoca la inflamación asociada a la infección.
- Inmunoterapia. Estudian el uso de un tipo de inmunoterapia llamada plasma de personas convalidadas. La FDA ha dado autorización de emergencia para la terapia con el plasma de personas convalidadas para tratar la COVID-19. El plasma de personas convalidadas es sangre donada por personas que se han recuperado de la COVID-19. El plasma de personas convalidadas con una gran cantidad de anticuerpos puede usarse para tratar a algunas personas hospitalizadas que tienen la COVID-19 que se encuentran en una fase temprana de la enfermedad o bien tienen un sistema inmunario debilitado.

La Administración de Medicamentos y Alimentos del Gobierno de los Estados Unidos (FDA) ha aprobado un fármaco antiviral llamado Remdesivir (Veklury) para tratar la COVID-19 en adultos, adultas, niñas y niños mayores de 12 años.

tratamiento en casa

- ¿Cómo saber cuándo se necesita atención médica de emergencia? ¿Por cuánto tiempo es necesario el aislamiento? ¿Qué puedes hacer para prevenir la transmisión de microbios? ¿Cómo puedes apoyar a un ser querido que está enfermo, y controlar tu estrés? Esto es lo que necesitas saber.
- La mayoría de quienes se enferman de COVID-19 solo presentan una enfermedad leve y pueden recuperarse en casa. Los síntomas pueden durar unos días, y quienes tienen el virus podrían sentirse mejor en más o menos una semana. El tratamiento tiene como objetivo aliviar los síntomas y consiste en el descanso, la ingesta de líquidos y analgésicos.
- Sin embargo, las y los adultos mayores y personas de cualquier edad que tengan afecciones médicas previas deben llamar a su médico/a no bien aparecen los síntomas. Esos factores ponen a las personas en mayor riesgo de enfermarse gravemente de COVID-19.
- Sigue las recomendaciones de tu médico/a sobre el cuidado y el aislamiento en casa para ti o tus seres queridos. Habla con él o ella, si tienes alguna

pregunta sobre los tratamientos. Ayuda a la persona que está enferma a hacer las compras y conseguir los medicamentos y, si es necesario, encárgate de cuidar a su mascota.

- Si tú o la persona que tiene COVID-19 presentan signos que advierten que se trata de una emergencia, se necesita atención médica inmediata. Llama al 911 o al número local para emergencias si no puedes despertar a la persona enferma o si notas signos que indiquen una emergencia, entre ellos:
 - Problemas para respirar.
 - Dolor u opresión persistente en el pecho.
 - Confusión repentina.
 - Labios o cara de color azulado.
 - Incapacidad para permanecer despierta.
 - Piel, labios o lecho de las uñas de color pálido, grisáceo o azulado, según el tono normal de la piel.

Si tienes la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) y te estás cuidando en casa, o si estás cuidando a un ser querido con COVID-19 en casa, quizás tengas algunas preguntas.

medidas de prevención en casa

- Para proteger a otros y otras en el hogar, una persona que está enferma debe hacer lo siguiente:
- En la medida de lo posible, mantenerse alejada de las otras personas y mascotas que haya en su casa.
- Usar una mascarilla si vive o está en contacto con otras personas. Las y los niños menores de 2 años o cualquier persona que no pueda quitarse la máscara sin ayuda no deben usar mascarillas.
- Toser y estornudar en un pañuelo desechable. Tirar el pañuelo y luego lavarse las manos de inmediato. Lavarse con agua y jabón durante un mínimo de 20 segundos, o use un gel antiséptico o desinfectante para las manos que contenga alcohol.
- Si es posible, quedarse en una habitación y usar un baño separado de otras personas.
- Usar sus propios platos, vasos, tazas y utensilios para comer y no compartirlos con las personas con las que convive. Después de usarlos, lavarlos con el lavavajillas o con agua jabonosa muy caliente.
- Usar su propia ropa de cama y toallas y no compartirlas con las personas con las que convive.
- Además:
- Si la persona que está enferma no puede usar una mascarilla, las o los cuidadores deben usar una mientras estén en la misma habitación.
- Asegurarse de que todas las zonas compartidas de la casa tengan una buena ventilación. De ser posible abrir una ventana o encender un filtro de aire o el aire acondicionado.
- No permitir el ingreso de visitas a su casa (esto incluye niños, niñas y adultos/as).
- Todas las personas que vivan juntas en la casa deben lavarse bien las manos y con frecuencia. Lavarse con agua y jabón durante un mínimo de 20 segundos, o use un gel antiséptico o desinfectante para las manos que contenga alcohol.
- Lavar la ropa, la ropa de cama y las toallas de la persona enferma, con detergente y agua lo más caliente posible. Estas prendas se pueden lavar junto con el resto de la ropa de la familia. Si es posible, usar guantes cuando se toque la ropa sucia de la o el enfermo. Lavarse bien las manos después de lavar la ropa del enfermo (incluso si se usan guantes).
- Usar todos los días un limpiador de uso doméstico o toallitas para limpiar las cosas que se tocan mucho. Aquí se incluyen los picaporte de las puertas, interruptores, juguetes de uso frecuente, controles remotos, manillas o los tiradores de las cadenas del inodoro, encimeras y teléfonos. Mantener los juguetes de la o el niño enfermo separados de otros juguetes, de ser posible.

Cualquier persona que esté enferma, incluso si no sabe con certeza que tiene COVID-19, debe quedarse en casa a menos que necesite atención médica. Esto ayuda a evitar que la enfermedad se propague a otras personas.

alimentación sana

- Sin embargo, muchos de nosotros y nosotras somos lo suficientemente afortunados como para poder decidir en lo que respecta a un elemento importante, es decir, nuestra alimentación. Llevar una dieta saludable desempeña una función importante en nuestra salud general y nuestro sistema inmunitario. Los alimentos que consumimos afectan directamente a cómo nos sentimos y al funcionamiento de nuestro organismo. Esto es así tanto durante una enfermedad como antes o después de ella.
- A continuación, se indican seis hábitos alimenticios saludables y recursos de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) para ayudarte:
- Combina alimentos. Consume alimentos variados de cada grupo y de todos los grupos de alimentos a fin de asegurar una ingesta suficiente de nutrientes importantes.
- Consume frutas y hortalizas en abundancia. Las frutas y hortalizas proporcionan gran cantidad de vitaminas y minerales, así como la fibra necesaria para una dieta saludable. Las frutas y hortalizas congeladas o enlatadas mínimamente elaboradas son una opción adecuada para limitar tus viajes al mercado o supermercado. No obstante, asegúrate de prestar atención a los ingredientes.
- Añade legumbres, cereales integrales y frutos secos a tu dieta. Las legumbres, cereales integrales, frutos secos y grasas saludables como las

que contienen los aceites de oliva, sésamo, cacahuete u otros aceites insaturados pueden reforzar tu sistema inmunitario y ayudar a reducir la inflamación.

- Limita las grasas, el azúcar y la sal. En momentos de estrés elevado, muchas personas consumen alimentos preparados que les producen una sensación de bienestar. Lamentablemente, estos suelen tener un elevado contenido de grasas, azúcar, sal y calorías, lo cual, como parte de una dieta desequilibrada, puede afectar con el tiempo a su salud general.
- Lleva a cabo una buena higiene de los alimentos. La higiene en todas sus formas resulta especialmente importante en estos tiempos de pandemia. Sin embargo, cabe recordar que la COVID-19 es una enfermedad causada por un virus respiratorio. No es una enfermedad transmitida por los alimentos. Aun así, realizar una buena higiene para la inocuidad de los alimentos siempre es importante.
- Mantente físicamente activo/a y bebe abundante agua. Hacer ejercicio resulta importante tanto para tu salud física como mental. La obesidad y el sobrepeso han aumentado significativamente en los últimos años. Especialmente ahora, cuando las personas permanecen en casa más tiempo debido a las restricciones de la COVID-19, es importante encontrar otras formas de mantenerse activo/a.

Si ha habido un momento que nos ha hecho prestar atención a nuestra salud, ha sido la pandemia de la enfermedad por COVID-19. Durante este año también ha quedado claro que no todos los factores relacionados con la salud se encuentran bajo nuestro control.

análisis de paxlovid y molnupiravir

- Estos medicamentos antivirales contra COVID-19 tuvieron un proceso paralelo de regulación sanitaria, en el que ya fueron aprobados, y también uno de análisis para usarlos de manera óptima, asegurando su eficacia y reduciendo cualquier riesgo asociado. México es el primer país de América Latina que autoriza estos medicamentos; por lo tanto, se va a tener la posibilidad de tenerlos primero que otros países.
- La Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS) autorizó el uso de emergencia del tratamiento oral molnupiravir, elaborado por la empresa Merck Sharp & Dohme (MSD), para atender pacientes con COVID-19 leve o moderado, y con alto riesgo de complicaciones. Esta aprobación se emitió en tiempo record, ya que las agencias de regulación sanitaria en el mundo cuentan con evidencia científica que posibilita evaluar esta opción terapéutica oral como segura y eficaz, que permitirá reducir las hospitalizaciones por COVID-19. La autorización para uso de emergencia se emitió de manera controlada y para su uso se requiere prescripción médica, considerando las acotaciones detalladas en el oficio de autorización para evitar mal uso de este medicamento, la automedicación y su venta irregular.
- El otro fármaco, Paxlovid de Pfizer, fue aprobado por la COFEPRIS para tratar a personas infectadas con el virus SARS-CoV-2 con COVID-19 leve o moderado con riesgo de complicaciones. El fármaco demostró su capacidad para reducir de manera drástica las hospitalizaciones y muertes relacionadas con el virus SARS-CoV-2. En el caso de los ingresos a unidades de salud, su efectividad fue del 89% cuando se administró a pacientes no vacunados/as de alto riesgo dentro de los tres días posteriores al inicio de los síntomas.
- Paxlovid tiene dos componentes, de acuerdo con lo explicado por la COFEPRIS: Nirmatrelvir: inhibe una proteína del patógeno, con lo que impide la replicación del virus y Ritonavir: ayuda con la desaceleración del fármaco, esto para que pueda permanecer más tiempo en el organismo de las personas que lo reciban.
- A finales de enero o a principios de febrero del 2022, México podría comenzar a utilizar las píldoras Molnupiravir, de Merck, así como Paxlovid, de Pfizer, para tratar la COVID-19.

La Subsecretaría de Salud del Gobierno Federal de México anunció que los medicamentos de Pfizer y Merck serán parte de un programa de gobierno contra la pandemia, como la vacunación, y administrará los medicamentos aprobados contra COVID-19.

Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México

Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/

correo: cevece@salud.gob.mx

o síguenos por:

