

Preguntas Frecuentes COVID-19

Shweta Bansal

Associate Professor studying infectious disease spread at Georgetown University

(traducido de http://bansallab.com/COVID_FAQ.pdf)

Este virus suena como la influenza. ¿Por qué tanto alboroto?

Se han hecho muchas comparaciones entre la influenza y el SARS-Cov-2, el virus que causa COVID-19. La realidad es que las dos infecciones son muy distintas:

- 1) SARS-Cov-2 se propaga mucho más fácilmente que la influenza;
- 2) SARS-Cov-2 genera un alto número de gente asintomática (gente sin síntomas) o infecciones leves que hace muy difícil seguir a los individuos que están infectados y aislarlos para prevenir la transmisión;
- 3) Como el SARS-Cov-2 es un nuevo virus, toda la población mundial es susceptible a él (es decir, nadie tiene inmunidad o protección por haberse infectado antes en el pasado).

Estas características permiten que el virus se propague fácilmente, sin detectarse y afectando a todos, haciendo a COVID-19 una epidemia muy peligrosa.

Hay mucho que no sabemos sobre este virus. ¿No deberíamos esperar para actuar hasta que sepamos más?

¿Existe mucha incertidumbre sobre este patógeno y brote? Si, definitivamente. Pero los datos que tenemos son más que suficientes para decirnos que debemos actuar AHORA MISMO. La última información del CDC de Estados Unidos dice que esta enfermedad extremadamente riesgosa, mostrando que entre el 14-20% de los individuos entre 20 y 40 años (la mayoría de ustedes) y entre el 30 y el 45% de los individuos de 64-74 (la mayoría de nuestros padres)

necesitan hospitalización después de infectarse. ¡Estos son datos serios que nos llaman a tomar acciones!

El virus no parece afectar mucho a la gente joven. ¿Podemos pedirle a la población de riesgo que tome medidas de distanciamiento social y dejar que la gente joven y saludable se infecte para desarrollar inmunidad colectiva (*herd immunity*) ?

Esto suena a una buena idea y podría funcionar si nos enfrentáramos a un patógeno más simple. De hecho, el gobierno de Reino Unido estaba en proceso de implementar esto como una política pública, pero se dió cuenta con tiempo de que era una idea peligrosa. Existen dos cosas que hacen de esta idea extremadamente riesgosa:

1) No está claro todavía cuales son los grupos de riesgo. Hay muchos individuos que parecen no estar en riesgo (jóvenes, sin comorbilidades, etc) que están terminando en terapia intensiva o que fallecen del virus. Sabemos que la edad es un factor de riesgo, pero hay posiblemente otros como son la susceptibilidad genética, los hábitos (como el tabaquismo), que pueden hacer que una persona tenga un mayor riesgo.

2) Aislar a los individuos infectados una vez que están infectados es una tarea difícil porque muchos pueden ser asintomáticos (no mostrar síntomas) y parece ser que es posible transmitir la enfermedad antes de tener síntomas.

He escuchado que habrá el mismo número de individuos infectados sin importar lo que hagamos ahora. ¿Por qué debería practicar el distanciamiento social si ese es el caso?

Puede ser que efectivamente tengamos un número grande de casos aplicando el distanciamiento social. Pero con el distanciamiento social, podemos repartir el mismo número de casos en un periodo mayor de tiempo, de tal forma que nuestros sistemas de salud puedan atenderlos. Sin distanciamiento social, los casos van a continuar con el mismo ritmo, y entonces las salas de cuidados intensivos y las camas de hospitales no serán suficientes, y no habrá suficientes materiales y equipos como máscarillas y ventiladores que los

trabajadores del sistema de salud necesitan para protegerse y salvar vidas.

¿Qué debo hacer para proteger a mi familia y ayudar a mi comunidad?

Esta pandemia nos afecta a todos, así que todos tenemos que hacer nuestra parte. Aquí hay algunas sugerencias:

- Recuerda la última vez que tuviste una gripa fuerte. Haz todo lo que hiciste aquella vez para evitar que tu familia y compañeros de trabajo se enfermaran.
- Lava tus manos con agua y jabón por 20 segundos tantas veces como puedas. (¡Tal vez no sea mala idea agregar un poco de crema para mantener esas manos suaves!)
- Trabaja desde casa si puedes hacerlo.
- Evita todas las salidas que no sean esenciales (básicamente todo lo que no sea ir a comprar víveres, la farmacia, o una visita médica esencial).
- Evita el contacto con toda la gente mayor de tu familia. Asegúrate que tengan suficiente comida y medicamentos. Mantente en contacto con ellos por teléfono o videollamadas.
- Trata de mantenerte en contacto con tus amigos y familia a través de mensajes, teléfono, o videollamadas (el distanciamiento social no quiere decir que dejes de comunicarte).
- Si puedes apoyar a la gente que realiza labores esenciales en tu comunidad (trabajadores de la salud, personal de limpieza, trabajadores de tiendas de abarrotes y restaurantes, etc) con sus necesidades diarias, considera ayudarles.

¿Las mascarillas ayudan ante el COVID-19? ¿Debería comprarlas?

Los estudios han demostrado que la gente con COVID-19 debería usar mascarillas para proteger a otros a su alrededor. Sin embargo, las

maskarillas no son efectivas para proteger a los individuos de infectarse.

Si tienes mascarillas, guarda algunas en caso de que alguien de tu familia se enferme. Sin embargo, los hospitales pronto van a necesitar mascarillas y guantes. Así que por favor, no las acumules, y si tienes acceso a una fuente grande de estas, considera donarlas a tu hospital local. Proteger a profesionales de la salud debería ser nuestra primera prioridad.

He escuchado que medicamentos como la hidroxiclороquina ayudan con el COVID-19. ¿Debería pedirle a mi médico que me lo recete para tener una reserva?

Existen algunas razones para creer que algunos fármacos como la hidroxiclороquina pueden reducir los síntomas causados por COVID-19. Sin embargo, ningún estudio clínico ha mostrado de manera confiable todavía que estos funcionan. Adicionalmente, estos medicamentos son necesarios para gente con condiciones crónicas (como lupus) así que por favor, no causes una escasez de sus medicamentos. Los estudios de eficacia de fármacos para COVID-19 están sucediendo en este momento, y los hospitales de todo el mundo están dándole los medicamentos a los pacientes con síntomas graves que los necesitan.

Quiero seguir la epidemia más de cerca. ¿Cuáles son unas fuentes confiables de información?

Existe mucha desinformación y mitos de esta crisis de salud pública en la red. Recomendando los siguientes recursos:

<https://www.nih.gov/health-information/coronavirus> : Para información de síntomas, la situación actual en los E.E.U.U., pruebas de COVID-19, y como prepararse.

Si tienes otras preguntas, contáctame y las añadiré aquí.

shweta.bansal@georgetown.edu

Traducción: Guillermo de Anda Jáuregui