

COVID-19: los contagios en el foco de las noticias y en las dudas de la población

10/10/2020

Tres meses de inmunidad manteniendo todas las medidas de prevención. Una vez que la persona tiene una infección por coronavirus tiene en la mayoría de los casos defensas contra el virus por tres meses. Es decir, no contagia ni se contagia ante un contacto estrecho con un caso positivo. De todos modos debe aplicar todas las medidas de prevención como si no hubiese tenido COVID: distancia social, higiene de manos y tapabocas. El motivo: un pequeño porcentaje de la población podría no desarrollar defensas y entonces adquirir la infección nuevamente.

¿Cuántos días me debo aislar si tengo coronavirus? ¿Cuánto tiempo luego de haber estado en contacto con un caso positivo debo permanecer aislado? Ante estas situaciones es muy importante permanecer aislados en nuestro domicilio, sin salir y sin estar en contacto con otras personas, tanto si estamos infectados con coronavirus o porque hemos tenido contacto estrecho con una persona que tiene la infección.

Si tenemos una infección por coronavirus debemos aislarnos **10 días como mínimo** si evolucionamos favorablemente. En ese caso, es decir, en condiciones normales, al día 11 ya no contagiamos. El período de contagio se amplía a 21 días si tenemos las defensas bajas (por otras enfermedades) o si estamos internados con cuadros severos.

Catorce días de aislamiento por contacto estrecho. Las personas que han tenido contacto estrecho con otra que tiene Coronavirus, deben quedarse en su casa por 14 días. El motivo, lo sabemos: es el período de incubación de la enfermedad, es

decir, que hasta el último día pueden aparecer síntomas.

El único examen que confirma la infección por coronavirus en Mendoza es un hisopado de nariz (nasofaríngeo). El hisopado se puede realizar mediante dos técnicas diagnósticas: por biología molecular (PCR) o por test de antígeno, que son los test rápidos que han llegado recientemente a la Provincia.

Hisopado solo con evaluación médica. A veces, sucede que una persona con síntomas, acude rápidamente a hacerse un hisopado a un laboratorio. Sin embargo, es importante recordar que el hisopado es solo una parte de la evaluación integral de una persona enferma. Se requiere que un médico vea al paciente, evalúe si requiere realizarse el hisopado, lo solicite y considere si tiene riesgo de complicarse su cuadro de COVID-19.

¿Y si no me hicieron hisopado cómo podría saber si tuve o no COVID? Ya sabemos que lo ideal es que cuando una persona presenta síntomas acuda a un médico y el profesional evalúe la realización del hisopado, que es la única forma en que se puede confirmar la enfermedad. Sin embargo, puede pasar que por distintos motivos esto no se hiciera y transcurriera tiempo y la persona no tuviera más síntomas y quisiese saber si tuvo la infección. Para esos casos está la opción de hacerse anticuerpos contra Coronavirus mediante una extracción de sangre. Idealmente se debería realizar luego de tres semanas de la aparición del primer síntoma.

En estos casos es muy importante recordar que **entre un 10 a 30% de las personas no producen anticuerpos** frente al Coronavirus y esto no quiere decir que no hayan tenido la infección, sino que las personas que presentan infecciones por diversos virus respiratorios no siempre producen anticuerpos frente a estas infecciones.

Para evaluar la necesidad de estas determinaciones y cuál es la más conveniente según el caso, es recomendable acudir al

Centro de Salud COVID más cercano al domicilio o si tiene obra social al Centro Sanitario con convenio con misma.

El ranking de las medidas de prevención

Tan básico como fundamental. Para cortar la transmisión es básico y vital aislarse si tenemos síntomas o contacto estrecho con alguien con coronavirus.

El distanciamiento social en la cumbre de la prevención. Si bien todas son importantes, algunas resultan aún más prioritarias para evitar el contagio.

En **primer lugar se ubica el distanciamiento social:** guardar la distancia de más de 2 metros con otras personas, en todo momento.

Le sigue la higiene de manos. Son igualmente efectivas el lavado de manos con agua y jabón y el secado con toallas de papel como el uso de alcohol en gel, salvo que las manos tengan suciedad visible y resulta imprescindible lavarlas con agua y jabón.

En el tercer puesto está el uso correcto del tapabocas más su correcta higiene posterior. Y en el cuarto lugar, la limpieza, desinfección y ventilación de la vivienda.

Fuente: Dirección General de Epidemiología y Gestión Integral de la Calidad en Salud- Subsecretaría de Planificación y Coberturas Públicas Sanitarias. Ministerio de Salud, Desarrollo Social y Deportes.

Fuente: Prensa Mendoza