

- Quedarse en casa si está enfermo.
- Evitar el contacto con personas enfermas
- Evite tocarse los ojos, nariz o boca.
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o la toser o estornudar, y tirar el pañuelo luego de usarlo. Si no hay un pañuelo a mano, se debe toser o estornudar en el codo o en la manga, no en las manos.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente luego de ir al baño; antes de comer; y luego de sonarse la nariz, toser o estornudar. Si no hay jabón y agua a mano, utilizar un desinfectante de manos con al menos 60% de alcohol. Siempre lávese las manos con agua y jabón si las manos están visiblemente sucias.
- Practique buenos hábitos de salud. Duerma mucho, esté activo físicamente, maneje su estrés, beba muchos fluidos y coma alimentos nutritivos.
- Limpie y desinfecte las manijas de las puertas, los interruptores, las agarraderas, las computadoras, los teléfonos, las mesas de noche, los lavabos de los baños, los inodoros, las mesadas, los juguetes y otras superficies que se toquen comúnmente en el hogar o el lugar de trabajo.
- Hasta donde sea posible, evite tocar las superficies usadas comúnmente en lugares públicos como botones de elevadores, manijas de puertas y pasamanos y evite estrechar las manos de otras personas. Use un pañuelo o su manga para cubrir su mano o dedo si tiene que tocar algo.
- Si es factible no utilice el elevador o baje por las escaleras, si tocó el pasamanos, lávese o desinfecte sus manos.
- Las mascarillas son útiles para los pacientes infectados con COVID-19, los trabajadores de salud y las personas o familiares que atienden pacientes infectados.

PREPARE SU HOGAR

- Tenga suministro de alimentos y de artículos del hogar como detergente para ropa y artículos para el baño y pañales si tiene niños pequeños.
- Asegúrese de tener al menos un suministro para 30 días de sus medicamentos (diabetes, hipertensión, etc.) recetados, y tenga otros suministros para la salud a mano tales como medicamentos para el dolor, remedios para el estómago, medicamentos para la tos y resfriado, electrolitos orales,
- En caso de sospecha de síntomas de la enfermedad por COVID-19, Llame a su profesional de la salud si desarrolla síntomas (fiebre, tos y falta de aire) y ha estado en contacto estrecho con una persona que se sabe que tiene la enfermedad o si ha viajado recientemente desde un área con contagio extendido o un contagio en progreso de la enfermedad en su comunidad. Comuníquese al 9303050, extensión 45042; ellos les darán las indicaciones y acudirán a su domicilio para realizar los estudios para confirmar el diagnóstico si fuera necesario, permanezca en su domicilio a menos que tenga sensación de falta de aire, acuda de inmediato con su médico.
- Siga las indicaciones establecidas para continuar con el programa educativo de sus hijos.
- Si cuida a adultos mayores o niños, planifique y prepárese para cuidarlos si ellos o usted se enferman.
- Ayude a sus familiares y vecinos a prepararse y comparta los mensajes de seguridad a aquellos que no tengan acceso a los mismos.

ENFERMEDAD EN LOS NIÑOS

En relación a los casos en pediatría las publicaciones de origen basado en la experiencia china, principalmente clasifica los casos en

- Infección asintomática: sin ningún síntoma ni signo clínico y la imagen del tórax es normal, mientras que la prueba de ácido nucleico 2019-nCoV se encuentra en un período positivo. (4.4%)
- Leve: síntomas de infección aguda del tracto respiratorio superior, incluyendo fiebre, fatiga, mialgia, tos, dolor de garganta, secreción nasal y estornudos. El examen físico muestra congestión de la faringe y sin anomalías a la auscultación. Algunos casos pueden no tener fiebre o solo tener síntomas digestivos como náuseas, vómitos, dolor abdominal y diarrea. (50.8%)
- Moderado: con neumonía, fiebre y tos frecuentes, principalmente tos seca, seguido de tos productiva, algunos pueden tener sibilancias, pero no hipoxemia obvia como falta de respiración, y en los pulmones se puede escuchar esputo o ronquidos secos y / o ronquidos húmedos. Algunos casos pueden no tener signos y síntomas clínicos, pero la TC de tórax muestra lesiones pulmonares, que son subclínicas. (38%)
- Grave: los síntomas respiratorios tempranos, como fiebre y tos, pueden ir acompañados de síntomas gastrointestinales como diarrea. La enfermedad generalmente progresa alrededor de 1 semana y se produce disnea, con cianosis central. La saturación de oxígeno es inferior al 92% con manifestaciones de hipoxia (5%)
- Crítico: los niños pueden progresar rápidamente al síndrome de dificultad respiratoria aguda (SDRA) o insuficiencia respiratoria, y también puede tener shock, encefalopatía, lesión miocárdica o insuficiencia cardíaca, disfunción de la coagulación y lesión renal aguda. La disfunción orgánica puede ser mortal. (< 1%)



La edad promedio fue de 7 años, con muy pocos casos menores del 1%, aunque con mayor riesgo de forma severa o crítica; otras publicaciones mencionan que en menores de 15 años una probabilidad de 2%, del global de casos.

Los niños con síntomas leves a moderados, se recuperan de 1 a 2 semanas del inicio de la enfermedad
No existe medicamento antiviral indicado hasta el momento,

No se ha demostrado la transmisión vertical, pero si se recomienda la vigilancia del recién nacido de una madre infectada durante el nacimiento, o cursar con asfixia intrauterina, parto prematuro, éstos pueden cursar con mayor frecuencia con síntomas inespecíficos e insidiosos.

Los puntos clave son:

- Identificación temprana
- Aislamiento temprano
- Diagnóstico temprano
- Tratamiento temprano

El aislamiento inicial del caso sospechoso se concluye por ahora hasta tener el resultado de laboratorio, en caso de ser positivo y lo requiere, trasladarlo al hospital asignado ; correspondiendo al HRAE en el caso de la Secretaría de salud ,, los pacientes del ISSSTE al Hospital de Pensiones y los del IMSS a la UMAE.

Con relación al diagnóstico solo el laboratorio de los servicios de salud, están autorizados para realizarlos, en caso de que otro laboratorio se autorice esto lo deberá boletinar el INDRE a través de nuestros Servicios de Salud.

Es muy importante no entrar en pánico, siendo la única información confiable en relación al número de casos en el Estado la proporcionada por el Secretario de Salud Dr. Mauricio Sauri Vivas y el Sr. Gobernador Mauricio Vila Dosal, quien tiene el reporte de un boletín diario a las 18:00hrs en nuestra ciudad.

Actuemos con responsabilidad por el bien de todos!!!!!!

Dong Y, Mo X, Hu Y, et al. Epidemiological characteristics of 2143 pediatric patients with 2019 coronavirus disease in China. Pediatrics. 2020; doi: 10.1542/peds.2020-0702 Zhi-Min Chen, Jun-Fen Fu1, Qiang Shu, Ying-Hu Chen. Chun-Zhen Hua, Fu-Bang Li, Ru Lin, Lan-Fang Tang, Tian-Lin Wang, Wei Wang, Ying-Shuo Wang, Wei-Ze Xu, Zi-Hao Yang, Sheng Ye1 Tian-Ming Yuan, Chen-Mei Zhang, Yuan-Yuan Zhang1 World Journal Pediatr, febrero 2020 <https://doi.org/10.1007/s12519-020-00345-5>

