

# COVID 19: CARTILLA SANITARIA PARA PREVENIR LA PROPAGACIÓN DEL VIRUS EN EL TRABAJO

Marzo 2021

## En esta edición:

- ¿Qué es el Coronavirus?
- ¿Cómo se trasmite?
- ¿Cómo se propaga?
- ¿Cuáles son los síntomas?
- ¿Cuáles son las consecuencias de la COVID - 19?
- ¿Cuál es la población con mayor riesgo de contagio?
- ¿Cuáles son los síntomas?
- Pruebas de detección de COVID - 19



## Sugerencia de Revisión:

Bolivia Segura y Ministerio de Trabajo Empleo  
y Previsión Social. 



## 1. ¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS?

La enfermedad por coronavirus (COVID - 19) es una enfermedad infecciosa causada por un coronavirus descubierto en el año 2019.

El coronavirus puede provocar síndrome respiratorio leve, agudo o severo; afecta de distintas maneras en función de cada persona.

Cuando el cuadro es severo puede llegar a producir neumonía, insuficiencia renal e incluso la muerte.

## 2. ¿CÓMO SE TRASMITE?

Principalmente se transmite en gotas generadas cuando una persona infectada habla, tose, estornuda o espira difuminando saliva y otra persona tiene contacto con estas gotículas.

Las gotículas difuminadas son pesadas por lo que tienden a caer al suelo o superficies en las cuales pueden permanecer mucho tiempo, incrementando la probabilidad de contagio por contacto.

Existen muchas personas que cursan la infección de forma asintomática; sin embargo, igual pueden contagiar y propagar el virus de forma silenciosa.

## 3. ¿CÓMO SE PROPAGA?

- Las personas que están físicamente cerca, omitiendo las distancias de seguridad, de una persona con COVID-19 o que tienen contacto directo con ella tienen mayor riesgo de infección.
- Las infecciones ocurren principalmente a través de la exposición a gotitas respiratorias, cuando se está en contacto cercano con una persona con COVID-19.
- Las gotitas respiratorias provocan infecciones cuando son inhaladas o se depositan en las membranas mucosas, como las que revisten la parte interna de la nariz y la boca.

- A medida que las gotitas respiratorias se desplazan a una mayor distancia de la persona con COVID-19, la concentración de estas gotitas disminuye.

## 4. ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

Los síntomas más comunes de pacientes con COVID-19 varían desde aquellos que presentan síntomas leves hasta quienes se enferman gravemente.

Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus. Las personas con los siguientes síntomas podrían tener COVID-19:

### a. Los síntomas más habituales de la covid-19 son:

- Fiebre.
- Tos seca.
- Cansancio.

### b. Otros síntomas menos frecuentes y que pueden afectar a algunos pacientes son:

- Pérdida del gusto o el olfato.
- Congestión nasal.
- Conjuntivitis (enrojecimiento ocular).
- Dolor de garganta.
- Dolor de cabeza.
- Dolores musculares o articulares .

- Diferentes tipos de erupciones cutáneas.
- Náuseas o vómitos.
- Diarrea.
- Escalofríos.
- Vértigo.

*No todos los pacientes infectados tienen todos los síntomas, ni en la misma intensidad. Existen personas asintomáticas, algunas tienen síntomas postinfección e incluso se pueden dar casos de reinfección.*

### c. Síntomas de Cuadro Grave

Los síntomas más habituales son:

- Disnea (dificultad respiratoria).
- Pérdida de apetito.
- Confusión.
- Dolor u opresión persistente en el pecho.
- Temperatura alta (por encima de los 38° C).

Otros síntomas menos frecuentes:

- Irritabilidad.
- Merma de la conciencia (a veces asociada a convulsiones).
- Ansiedad.
- Depresión

## 5. ¿CUÁLES SON LAS CONSECUENCIAS DE LA COVID - 19?

Entre las personas que desarrollan síntomas, la mayoría (alrededor del 80%) se recuperan de la enfermedad sin necesidad de recibir tratamiento hospitalario. Alrededor del 15% desarrollan una enfermedad grave y requieren oxígeno y el 5% llegan a un estado crítico y precisan cuidados intensivos.

Entre las complicaciones que pueden llevar a la muerte se encuentran la insuficiencia respiratoria, el síndrome de dificultad respiratoria aguda, la septicemia y el choque séptico, la tromboembolia y/o la insuficiencia multiorgánica, incluidas las lesiones cardíacas, hepáticas y renales.

En las complicaciones neurológicas más graves y raras, se pueden presentar, accidentes cerebrovasculares, inflamación del cerebro, estado delirante y lesiones neurales.

Rara vez, los niños pueden manifestar un síndrome inflamatorio grave unas semanas después de la infección.

## 6. ¿CUÁL ES LA POBLACIÓN CON MAYOR RIESGO DE CONTAGIO?

- El riesgo de enfermarse gravemente a causa del COVID-19 aumenta con la edad, y los adultos mayores son quienes corren mayor riesgo.
- Ciertas afecciones o enfermedades de base también pueden aumentar el riesgo de enfermarse gravemente.
- Las personas con mayor nivel de riesgo, y aquellas que las visitan o viven con ellas, deben tomar precauciones para protegerse de contraer el COVID-19.

- Aunque los niños no se han visto tan afectados por el COVID-19 como los adultos, también pueden ser infectados por el virus y, en algunos casos, desarrollar enfermedades graves.

## 7. PRUEBAS DE DETECCIÓN DE COVID-19

Existen dos tipos de pruebas de detección de coronavirus: las virales, que detectan la presencia del virus en el cuerpo y las de anticuerpos, que detectan si se cursó la enfermedad con anterioridad.

En la mayoría de los casos se utiliza una prueba molecular para detectar el SARS-CoV-2 y confirmar la infección, la más frecuentemente es la de la reacción en cadena de la polimerasa (RCP); cuyas muestras se recogen en la nariz o la garganta con un hisopo.

Por otro lado están las pruebas de anticuerpos, que determinan si una persona pasó la infección aunque no haya tenido síntomas. Estas pruebas, denominadas también serológicas, se hacen a partir de una muestra de sangre y detectan los anticuerpos que se hayan generado en respuesta a la infección. La mayoría de los pacientes generan anticuerpos al cabo de días o las primeras semanas.

No se recomienda que se usen estas pruebas para diagnóstico en etapa temprana de la infección.

### Sobre las pruebas rápidas

Las pruebas rápidas de antígenos (a veces llamadas pruebas de diagnóstico rápido) detectan

las proteínas del virus (conocidas como antígenos). Las muestras se recogen en la nariz o la garganta con un hisopo. Estas pruebas son más económicas que las de PCR y ofrecen los resultados con más rapidez, aunque por lo general son menos precisas. Funcionan mejor cuando hay más virus circulando en la comunidad y cuando las muestras se toman de un sujeto que se encuentra en la fase más infecciosa de la enfermedad.

### Personas que deben realizarse las pruebas

- Personas que tengan algún síntoma de Covid-19.
- Personas que hayan tenido contacto con algún caso positivo.
- Personas que no pudieron evitar la exposición en viajes, trabajo, reuniones, entre otros.

Si se hace la prueba de detección, debe mantenerse en aislamiento en casa mientras espera los resultados de la prueba y seguir las recomendaciones de su médico.

Si el resultado de la prueba es positivo, tomar las medidas de protección y consultar al médico.

Si el resultado de la prueba señala que no tenía COVID-19 al momento de realizarse misma, se sugiere seguir con las medidas de prevención para no infectarse.

