GUÍA DE MANEJO DE PACIENTES CON INFECCIONES RESPIRATORIAS Y COVID-19.

ADULTOS (15 AÑOS CUMPLIDOS O MÁS)

MARZO 2023

cosem

CONTENIDO

1. GUÍA PARA EL USUARIO CON INFECCIONES RESPIRATORIAS Y COVID-19 ..... **3**

1.1. Pasos para el aislamiento de todo paciente que presente síntomas respiratorios, sea o no Covid-19. ..... **3**

1.2. Duración y criterios del levantamiento de aislamiento. **3**

1.3. Controles, tratamiento y síntomas ante los que debe consultar y a dónde. **4**

1.3.1 Para usuarios con síntomas leves (*) Covid-19 confirmado, Covid-19 negativo o sintomáticos que no se testean, que no tengan condiciones que hagan necesario un seguimiento mas estrecho. **4**

1.3.2 Para usuarios con síntomas leves, mayores de 70 años o con enfermedades crónicas, tratamientos o condiciones en los que deba tener un seguimiento más estrecho, con o sin Covid-19 confirmado. **6**

2. SUGERENCIA PARA LAS PERSONAS QUE HABITAN O SON CUIDADORES DEL CASO CON SÍNTOMAS RESPIRATORIOS Y COVID-19 EN EL DOMICILIO **7**

3. PARA USUARIOS QUE HAN SIDO CONTACTO CERCANO DE UN CASO COVID-19 POSITIVO Y NO PRESENTAN SÍNTOMAS **8**

1. GUÍA PARA EL USUARIO CON INFECCIONES RESPIRATORIAS Y COVID-19.

1.1. PASOS PARA AISLAMIENTO DE TODO PACIENTE QUE PRESENTE SÍNTOMAS RESPIRATORIOS, SEA O NO COVID-19.

a) Con el objetivo de cuidar a quienes viven con usted, recomendamos:

- Habitación de uso exclusivo. Si no es posible permanecerá a una distancia mínima de dos metros de otro integrante del domicilio.
- Mantenga una buena ventilación del domicilio.
- Para circular en espacios comunes, póngase el barbijo y realice la higiene de manos al salir.
- Puede salir a espacios abiertos como jardín, balcón, fondo siempre que esté alejado de otros.
- Evitar el contacto con personas susceptibles de enfermarse, ancianos, personas con enfermedades crónicas, inmunodeprimidos o embarazadas.

b) Higiene de manos y aseo personal:

- El aseo personal se hará de forma habitual minimizando el contacto con objetos. De ser posible, destinar un baño para uso personal del enfermo.
- Los artículos de higiene personal deberán ser de uso individual.
- Se deberá hacer la higiene de manos con alcohol en gel si las manos están visiblemente limpias o lavado de manos con agua y jabón si están sucias o tocó fluidos corporales.

1.2. DURACIÓN Y CRITERIOS DE LEVANTAMIENTO DE AISLAMIENTO

Criterios de testeo	
Tipo de Paciente	**Testeo**
Sintomático respiratorio o sospechoso de COVID **SIN** criterio de ingreso a Sanatorio ya sea moderados o críticos.	**Sugerido SOLO en:** • 70 años independientemente del estado vacunal. • 65años no vacunado. • 65 años vacunados con comorbilidades de riesgo. • Inmunosuprimidos severos independientemente de la edad y estado vacunal. • Embarazadas. En aquellos casos no incluidos en los casos sugeridos y el usuario quiera realizárselo deberá coordinarlo fuera de COSEM particular.
Sintomático respiratorio o sospechoso de COVID CON criterio de ingreso a Sanatorio ya sea Moderados o Críticos y/o ya ingresado que desarrolle síntomas.	En todos los casos.
Contacto asintomático de caso confirmado.	No tiene indicación.
Asintomático que ingrese por causas no respiratorias a Sanatorio cuidados moderados.	No tiene indicación.
Asintomático que ingrese para cirugía de urgencia o coordinación en Block quirúrgico con realización cierta o potencial de anestesia general.	No tiene indicación, salvo que se prevea ingreso a cuidados críticos.
Asintomático que se deba realizar procedimiento invasivos con posibilidad de generación de aerosoles.	No tiene indicación.
Asintomático con alta hospitalaria que ingrese a comunidad cerrada.	No tiene indicación.

Criterios de Aislamiento	
Tipo de Paciente	**Aislamiento / Días**
Adultos o niños completamente vacunados.*	5
Adultos o niños no vacunados.	7
Adultos que vivan en residenciales independientemente del estado vacunal.	10
Adultos o niños internados en centros hospitalarios en cuidados moderados.	10
Adultos o niños internados por cuadros severos o críticos, así como pacientes con inmunodepresión severa.	14 o más según criterio del médico.

** Completamente vacunados se considera adultos 3 dosis, niños 2 dosis, independientemente del tipo de vacuna y de la fecha de la última dosis (Fuente: MSP).*

En todos los casos, el levantamiento del aislamiento se podrá realizar siempre que en las últimas 48 Hs. esté sin fiebre y con mejoría de los síntomas. Se exhorta a extremar el uso de mascarilla en forma adecuada, especialmente durante todo el periodo de aislamiento y en los 5 días posteriores al levantamiento del mismo.

1.3. CONTROLES, TRATAMIENTO Y SÍNTOMAS ANTE LOS QUE DEBE CONSULTAR Y A DÓNDE

1.3.1 PARA USUARIOS CON SÍNTOMAS LEVES (*) COVID-19 CONFIRMADO, COVID-19 NEGATIVO O SINTOMÁTICOS QUE NO SE TESTEAN, QUE NO TENGAN CONDICIONES QUE HAGAN NECESARIO UN SEGUIMIENTO MÁS ESTRECHO:

(Dolor de garganta, mocos, tos, dolor de cabeza, pérdida de olfato o gusto, cansancio, dolor corporal, fiebre mayor a 37.3°C debajo del brazo menos a 5 días, diarrea de corta evolución, menores de 70 años y que no tenga enfermedades crónicas, tratamientos y/o condiciones médicas que hagan necesario un seguimiento más estrecho* que podrá ver en detalle al final del punto 1.3.1)

- Usted deberá controlar la temperatura dos veces por día.
- Tomar mucho líquido en lo posible más de 2 litros por día.
- Si tiene fiebre o dolor tomar siempre que no sea alérgico, paracetamol 1g hasta cada 6 horas (Zolben,® Dolex®, Dolosedol®, Kitodol®, Dozic®), dipirona 500 mg hasta cada 6 horas (Novemina®, Novalgina®, Causalon®, etc.) o ibuprofeno 400 mg hasta cada 8 horas (Perifar®, Actron®, Ibupirac®), este último no es recomendado si usted sufre de enfermedades hepáticas o del riñón o está embarazada.
- No se recomienda hacer ejercicio durante el período de la enfermedad.
- La mayoría de los pacientes leves no presentan complicaciones y evoluciona a la mejoría a medida que pasan los días.
- Usted deberá controlar si aparecen signos de advertencia de emergencia que se describen a continuación:
    - Dificultad para respirar o respiración agitada.
    - Dolor o presión en el pecho persistente.
    - Incapacidad para despertarse o mantenerse despierto.
    - Piel, labios o lechos de las uñas azulados.
    - Caída de la cantidad de orina diaria.

- Si contara con saturómetro de oxígeno (no sirve aplicación de teléfono) y la saturación fuera menor a 94 % sin oxígeno estando sentado.
- En ancianos, que no se alimenten, que duerman todo el día, que se encuentren con nueva confusión o excitación.

- Si usted presenta alguno de los síntomas mencionados deberá llamar de forma inmediata al 159 SEMM, si es socio de SEMM o al 1983 si no lo es.
- Si usted presentara los síntomas que se detallan a continuación deberá enviar un WhatsApp al 099 870 094 o llamar al 2403 0000 interno 5 opción 9.
  - Persistencia de temperatura axilar mayor o igual a 37.3 °C más allá del 5to día.
  - Haya reinstalado temperatura axilar mayor o igual a 37.3 °C más allá del 5to día.
  - Presentara vómitos o deposiciones líquidas varias veces en el día durante varios días.
  - Empeoramiento de alguno de los síntomas como cansancio intenso o dolor muscular intenso.
- **Si usted no presentara ningún síntoma de mala evolución de los mencionados, no requerirá ninguna consulta médica ni estudios de control.** Se mantendrá aislado y se podrá reintegrar a trabajar una vez finalizado el aislamiento recomendado según el grupo al que pertenezca, siempre y cuando los últimos 2 días antes de finalizar el mismo se encontrara sin temperatura axilar mayor o igual a 37.3 °C sin tomar remedios para bajar la fiebre, con mejoría de síntomas respiratorios y del resto de los síntomas. De no cumplir con los criterios mencionados deberá comunicarse con el 2403 0000 interno 5 opción 9.

Durante los 5 días siguientes al levantamiento del aislamiento, se enfatiza: evitar reuniones sociales, contactos con personas que tengan enfermedades crónicas severas, embarazadas, concurrir a lugares públicos y seguir cumpliendo las medidas destinadas a disminuir la trasmisión (uso de barbijo, mantener la distancia y uso de alcohol en gel).

NOTA: el día en que empieza con los síntomas se considera el día 0, para los casos Covid-19 confirmado en que no tienen síntomas el día que se realiza el test es el día 0.

- Si usted requiere certificado laboral BPS o certificado laboral no BPS, deberá seguir las instrucciones que le indica el mensaje final luego de completar el formulario del ***Portal de Síntomas Respiratorios.***

***Enfermedades crónicas, tratamientos y/o condiciones médicas que hagan necesario un seguimiento más estrecho:**

Enfermedades cardiológicas: Personas que hayan presentado infartos, pacientes con stent, prótesis valvulares, que hayan sido operados del corazón o tengan el corazón agrandado. / Enfermedades pulmonares: Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), Asma con internaciones frecuentes o internación en CTI reciente. Apnea obstructiva del sueño. Enfermedad bronquiectásica. / Enfermedades metabólicas: Obesidad (IMC >= 30), diabéticos con insulina. / Enfermedad renal: Pacientes con problemas o alteración en la función renal, pacientes en diálisis, no incluye patologías de próstata ni cálculos en los riñones. / Enfermedades del hígado: pacientes con cirrosis. / Enfermedades neurológicas: haber tenido infarto cerebral con secuelas, esclerosis múltiple. / Enfermedades o tratamientos que alteren las defensas: Pacientes con cáncer en tratamiento con radioterapia o quimioterapia en el momento actual o en los últimos 6 meses. / Pacientes trasplantados. / Pacientes que estén en tratamiento con: Metrotexate, Ciclosporina, Azatriopina, Prednisona mayor a 20 mg durante más de 2 semanas, Tacrolimus, Sirolimus, Ciclofosfamida, Micofenolato, Leflunomida, Fingolimod. Medicación biológica para tratamiento de cáncer o enfermedades autoinmunes (no tamoxifeno ni letrozole). / VIH con CD4 menor o igual a 200 (Defensa). / Embarazadas. /

Personas con Síndrome de Down que tengan 40 años o más. / Personas con 65 años o más que NO estén vacunadas./ Personas con 70 años o más, sin importar su estado vacunal.

1.3.2 PARA USUARIOS CON SÍNTOMAS LEVES, MAYORES DE 70 AÑOS O CON ENFERMEDADES CRÓNICAS, TRATAMIENTOS O CONDICIONES EN LOS QUE DEBA TENER UN SEGUIMIENTO MÁS ESTRECHO, CON O SIN COVID-19 CONFIRMADO.

- Usted deberá controlar la temperatura dos veces por día.
- Tomar mucho líquido en lo posible más de 2 litros por día.
- Si tiene fiebre o dolor tomar, siempre que no sea alérgico, paracetamol 1 g hasta cada 6 horas (Zolben, ® Dolex®, Dolosedol®, Kitodol®, Dozic®), dipirona 500 mg hasta cada 6 horas (Novemina®, Novalgina®, Causalon®, etc.) o ibuprofeno 400 mg hasta cada 8 horas (Perifar®, Actron®, Ibupirac®), no se recomienda si usted sufre de enfermedades hepáticas o del riñón o está embarazada.
- Será contactado por un profesional de la salud de la institución para su seguimiento hasta el final del período de aislamiento. La frecuencia del mismo, así como en modalidad telefónica o con alguna de las modalidades de atención presencial dependerá según el caso y la evolución del mismo, lo mismo que el tipo de tratamiento y la necesidad o no de realizar análisis de control, las que serán pautadas por el profesional de la salud.
- La mayoría de los pacientes con infecciones respiratorias no presentan complicaciones y evoluciona a la mejoría a medida que pasan los días.
- Usted deberá controlar si aparecen signos de advertencia de emergencia que se describen a continuación:
    - Dificultad para respirar, respiración agitada.
    - Dolor o presión en el pecho persistente.
    - Incapacidad para despertarse o mantenerse despierto.
    - Piel, labios o lechos de las uñas azulados.
    - Caída de la cantidad de orina diaria.
    - Si contara con saturómetro de oxígeno (no sirve aplicación de teléfono) y la saturación fuera menor a 94 % sin oxígeno estando sentado.
    - En ancianos, que no se alimenten, que duerman todo el día, que se encuentren con nueva confusión o excitacion, o si sufre una enfermedad crónica y presenta síntomas de descompensación de la misma.
- Si usted presenta alguno de los síntomas mencionados deberá llamar de forma inmediata al 159 de SEMM, si es socio de SEMM o al 1983 si no lo es.
- Si usted no presenta ningún síntoma de mala evolución de los mencionados, se mantendrá aislado y se podrá reintegrar a trabajar una vez finalizado el aislamiento recomendado por el profesional de la salud siempre y cuando los últimos 2 días antes de finalizar el mismo se encontrará sin temperatura axilar igual o mayor de 37.3°C, sin tomar remedios para bajar la fiebre, con mejoría de síntomas respiratorios y del resto de los síntomas y no presentará descompensación de patologías crónicas. En caso de no cumplir algunos criterios, será el profesional de la salud quien le indique el fin del aislamiento.
- Durante los 5 días siguientes al levantamiento del aislamiento, se enfatiza: evitar reuniones sociales, contactos con personas que tengan enfermedades crónicas severas, embarazadas, concurrir a lugares públicos, seguir cumpliendo las medidas destinadas a disminuir la trasmisión (uso de barbijo, mantener la distancia y uso de alcohol en gel). Salvo mejor opinión del profesional de la salud.
- Si usted requiere certificación laboral BPS/certificado laboral no BPS e ingresó el formula-

rio en la web la tendrá que solicitar al profesional de la salud que lo contactó.

- Los usuarios con Covid-19 perteneciente a este punto, requieren de un aislamiento que puede ser mayor a los 5 días, por lo que recomendamos aguardar el contacto del profesional de la salud.

2. SUGERENCIA PARA LAS PERSONAS QUE HABITAN O SON CUIDADORES DEL CASO CON SÍNTOMAS RESPIRATORIOS Y COVID-19 EN EL DOMICILIO.

a) Recomendaciones generales:

- Todos los familiares, cuidadores o que viven con el usuario con síntomas respiratorios, sea o no COVID-19 son considerados contactos, esto quiere decir que pueden haberse infectado. Según la última pauta del MSP, los contactos asintomáticos no tienen indicación de aislamiento ni de testeo, tampoco certificación médica.
- Se procurará que sea una sola persona la que asista al usuario con síntomas respiratorios. No deben ser ancianos, personas con enfermedades crónicas, inmunodeprimidos o embarazadas.
- Deberán hacerse la higiene de manos si las manos están limpias con alcohol en gel o lavarse las manos con agua y jabón si están sucias o tocó algún fluido corporal (sangre, secreciones, mocos, orina o materia fecal), después de cualquier contacto con el enfermo o su entorno inmediato. Si usa guantes deberá realizar la higiene de manos una vez que se los retire.
- Automonitorearán la aparición de síntomas sospechosos de infección como mocos, dolor de garganta, molestia en los ojos, malestar general, chuchos de frío, cansancio, dolor de cabeza, tos, falta de aire, dolor de barriga, ganas de vomitar, movilizar el intestino varias veces en el día disminuido de consistencia, presencia de temperatura axilar igual o mayor a 37.3oC la que deberá controlarse dos veces al día; en caso de presentar alguno de ellos deberá comunicarse con su prestador de salud.
- Evitar situaciones en las que pudiera entrar en contacto cercano con otras personas cara a cara a menos de 2 metros.
- Se recomienda para todo contacto conviviente extremar las medidas destinadas a disminuir la transmisión del virus (uso de barbijo, mantener la distancia y uso frecuente de alcohol en gel), asistir a reuniones sociales y evitar visitar personas mayores o que tengan enfermedades crónicas.

b) Manejo limpieza de hogar, ropa, utensilios y superficies:

- Se recomienda la limpieza y desinfección diaria del domicilio para evitar nuevos contagios, además de la habitación del paciente.
- Se deben ventilar todas las habitaciones de la casa a diario.

Después de que el enfermo use el baño, si este es de uso común, se procederá a la limpieza y posterior desinfección del mismo.

3. PARA USUARIOS QUE HAN SIDO CONTACTO CERCANO DE UN CASO COVID-19 POSITIVO Y NO PRESENTAN SÍNTOMAS.

Definición de contacto cercano: Un contacto cercano es alguien que estuvo a menos de 2 m de distancia de una persona que tiene COVID-19 al menos 15 minutos durante el día. Esto puede ser desde 48 hs. antes de que la persona con COVID-19 tuviera síntomas o diera positivo por primera vez hasta 14 días después.

- No requiere aislamiento ni testeo.
- Deberá controlarse la temperatura dos veces por día.
- Esté atento a si aparecen posibles síntomas de Covid-19 en los siguientes 14 días luego del contacto con el caso positivo, en cuyo caso deberá ingresar un nuevo formulario en la Web de Cosem o contactando al 2403 0000 interno 5 opción 9.

OTRAS RECOMENDACIONES

Si algún integrante ya tuvo COVID-19 recuerde que existen las reinfecciones, por lo que si presentara nuevamente síntomas sospechosos o se hiciera sintomática luego de haber tenido contacto con una persona con Covid-19 confirmado que viva o resida en comunidades cerradas, deberá comunicarse con su prestador de salud igualmente para que le indique conducta a seguir. En dicho caso, deberá continuar con las medidas destinadas a disminuir la transmisibilidad en todo momento, uso de barbijo, mantener el distanciamiento físico, realizar la higiene de manos y de la tos.

Comité de Infecciones Respiratorias COSEM versión 4 - 29/03/2023

Fuente:

OPS – OMS

CDC

Ministerio de Salud Pública del Uruguay

cosem