

EL AUTOCUIDADO EN LAS MEDIDAS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL POR ALTO RIESGO DE REBROTE CASO ECUADOR

Dra Cruz Xiomara Peraza de Aparicio
cperaza@umed.edu.com
<https://orcid.org/0000-0003-2588-970X>

RESUMEN

Antecedentes: La devastadora crisis generada por la pandemia del COVID 19 ha llevado a varios países a optar por el levantamiento progresivo de las medidas de confinamiento, aunque el riesgo de volver al aislamiento domiciliario “es muy real” ya que el peligro persistirá, en alto porcentaje, en países que “no consiguen gestionar con sumo cuidado la transición y no lo hacen utilizando un enfoque por fases”, luego de haber anunciado que los casos de CoVID19 han superado los 3,5 millones en el mundo. **Métodos:** Basado en literatura recientemente publicada, documentos oficiales y preimpresión actualizada seleccionada estudios, se revisa evolución epidemiológica de la pandemia en Ecuador, las medidas preventivas desde los entes gubernamentales, reacciones de la población, el autocuidado. **Resultados:** Los casos positivos suben a 30.298 (PCR: 21.361 y Rápidas: 8.937) y los descartados a 34.505 (PCR: 23.012 y Rápidas; 11.493). Lamentablemente las personas fallecidas son 1.654 y se contabilizan 1.705 decesos probables por coronavirus a escala nacional. El número de recuperados se mantiene. El gobierno ecuatoriano implementó un paquete de medidas para hacer frente a una posible propagación del nuevo coronavirus COVID-19. **Conclusión:** un descuido de la ciudadanía en la etapa de distanciamiento social podría generar una nueva aceleración en la curva de contagios
Palabras claves: Pandemia, Covid19, confinamiento, distanciamiento, rebrote

SUMMARY

Background: The devastating crisis generated by the COVID 19 pandemic has led several countries to opt for the progressive lifting of confinement measures, although the risk of returning to home isolation "is very real" since the danger will persist, on high percentage, in countries that “cannot manage the transition with great care and do not do it using a phased approach”, after announcing that CoVID19 cases have exceeded 3.5 million worldwide. **Methods:** Based on recently published literature, official documents and updated preprint selected studies, epidemiological evolution of the pandemic in Ecuador is reviewed, preventive measures from government entities, reactions of the population, self-care. **Results:** Positive cases rose to 30,298 (PCR: 21,361 and Rapids: 8,937) and discarded cases to 34,505 (PCR: 23,012 and Rapids; 11,493). Unfortunately, the deceased are 1,654 and there are 1,705 probable deaths due to coronavirus nationwide. The number of recovered remains. The Ecuadorian government implemented a package of measures to deal with a possible spread of the new coronavirus COVID-19. **Conclusion:** a neglect of citizens in the stage of social distancing could generate a new acceleration in the contagion curve

Keywords: Pandemic, Covid19, confinement, distancing, regrowth

INTRODUCCIÓN

El COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente la COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo. (1)

El nuevo SARS-CoV-2 (etiología del COVID-19) provocó una epidemia en China que alcanzó su punto máximo a fines de enero y principio de febrero y comenzó a disminuir durante marzo, con más de 80000 casos confirmados y 3304 fallecidos a la fecha (28/03/2020). Cuando el número de casos de COVID-19 fuera de China aumentó 13 veces y el número de países involucrados se triplicó con más de 118000 casos en 114 países y más de 4000 muertes, el 11 de marzo de 2020, la OMS declaró al COVID-19 una pandemia (2).

El número de personas afectadas en todo el mundo por el virus SARS-CoV-2, causante de la COVID-19, ascendió a más de tres millones después de que se confirmaran este miércoles 29 de abril de 2020, 69 mil 682 nuevos casos. En la región de las Américas los enfermos representan el 41,04 % del mundo. (3)

En una revisión taxonómica se dice que los CoV son virus formados por una única cadena de ARN de polaridad positiva con una apariencia de corona bajo un microscopio electrónico debido a la presencia de glucoproteínas de pico en la envoltura. (4) El SARS-CoV-2 pertenece a la categoría betaCoVs en el mismo subgénero que el virus del síndrome respiratorio agudo severo (SARS), así como varios coronavirus de murciélago. Tiene forma redonda o elíptica y a menudo pleomórfica, y un diámetro de aproximadamente 60-140 nm. Al igual que otros CoV, es sensible a los rayos ultravioleta y al calor. Además, estos virus pueden ser inactivados efectivamente por solventes lipídicos que incluyen éter (75%), etanol, desinfectantes que contienen cloro, ácido peroxiacético y cloroformo, excepto la clorhexidina. (5) Por todo lo antes expuesto en el trabajo Analizar el autocuidado en las medidas de distanciamiento social por alto riesgo de rebrote caso Ecuador. Considerando lo importante del tema para la actuación frente al contagio por COVID19.

METODO

La investigación se basa en una revisión bibliográfica, descriptiva, conceptual, sistemática, hermenéutica, de construcción interdisciplinaria y de producción continua, por las necesarias sucesivas actualizaciones

DESARROLLO

EVOLUCIÓN EPIDEMIOLÓGICA DE LA PANDEMIA EN ECUADOR

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) ha pedido a los países de las Américas que aborden las emergencias de salud, sociales y económicas, debido a que en la región se está dando una rápida expansión del CoVID19. Etienne (2), “La pandemia ha creado una triada que implica una emergencia de salud, otra social y otra económica, para lo cual el abordaje debe hacerse como un enfoque conjunto. Para tener éxito, La OPS recomienda que los países deben apoyar sus economías mientras crean redes de protección social sólidas y adoptan medidas de salud pública basadas en evidencia que son esenciales para salvar vidas”.

Para mantenerse en esta peligrosa etapa de la pandemia, los países necesitan recursos financieros para ayudar a las personas a hacer frente a los impactos económicos de quedarse en casa o estar sin trabajo. Esto es vital para mantener el virus bajo control y reducir la duración de esta crisis en cada país. Los Jefes de Estado y los ministros de Salud y Finanzas enfrentan el mismo dilema: cómo mantener a la población segura y, al mismo tiempo, proteger los medios de vida de las familias y las comunidades. (3). Es un equilibrio difícil de alcanzar, pero no imposible

Según ha indicado, a la región de las Américas le ha tomado tres meses alcanzar 1 millón de casos, pero en menos de tres semanas casi se ha duplicado ese número. Por ejemplo, en la última semana, hubo un aumento relativo del 18 por ciento en los casos y un aumento relativo del 23 por ciento en las muertes, en comparación con la semana anterior. Mientras que en las últimas 24 horas se reportaron 37.975 casos adicionales y 1.955 muertes, lo que representa un aumento relativo de aproximadamente 2 por ciento para los casos y muertes respectivamente, en comparación con el día anterior.

Entre el 4 y el 11 de mayo, se registraron más de 96.000 casos adicionales, incluidas 5.552 muertes en América del Sur. Eso representa un aumento relativo del 45 por ciento en los casos y un aumento relativo del 51 por ciento en las muertes, en comparación con la semana anterior.

En Ecuador es difícil establecer a qué velocidad se expande el CoVID19 en el país, pues los datos oficiales nacionales varían todos los días, es decir, ciertos días se reporta un aumento de casos y otros una disminución. Lo único que aumenta a diario son las muertes confirmadas y las pruebas rezagadas. Hasta la fecha son más de 22 mil muestras para CoVID19 las que aún no se han procesado, lo que sin duda impide analizar correctamente la evolución de la enfermedad. (7).

La última actualización del Ministerio de Salud Pública (MSP), con fecha 13 de mayo, señala que al momento en Ecuador se registran 30.486 casos confirmados de CoVID19, es decir, 67 casos adicionales respecto al día anterior. Pero si se comparan las líneas de tendencia nacional de casos confirmados por fecha de inicio de síntomas de los reportes del 12 y 13 de mayo, los casos aumentan a diario desde el 1 de abril. (8)

Por ejemplo, se puede observar que el 4 de abril refleja un incremento de 23 casos en comparación al día anterior, el 8 de abril un incremento de 35 casos, el 20 de abril un incremento de 49 casos, el 1 de mayo un incremento de 58 casos, y así todos los días, lo que sin duda supera a los 67 casos adicionales reportados este 13 de mayo. Como explicación a estas variaciones el MSP sostiene que es una reclasificación y que dichas variaciones se dan por las constantes validaciones en función de los resultados que se obtienen al cierre de la investigación epidemiológica de cada caso. (9)

Ecuador inicia desde el 4 de mayo una fase de desescalada en la que los ciudadanos pasarán del aislamiento al distanciamiento social de manera paulatina con un sistema de "semáforo" que determinará el estado en que se encuentra cada municipio frente a la pandemia para determinar su salida de la crisis. (10) El proceso se lleva a cabo con un sistema de "semáforo" epidemiológico que cataloga entre "rojo, amarillo o verde" el estado de los municipios del país según su exposición al

virus (número de contagios). Son los municipios los que determinan en qué situación se encuentran y qué medidas deben tomar. (11) Con el semáforo en rojo, se permite la realización de actividades comerciales solamente por pedidos telefónicos o por Internet y con entregas a domicilio entre las 7:00 y las 22:00 horas y se mantiene la suspensión de la jornada laboral presencial, excepto en sectores esenciales. Asimismo, se alarga la permanencia del toque de queda de las 14:00 a las 5:00 horas. (12)

LAS MEDIDAS PREVENTIVAS DESDE LOS ENTES GUBERNAMENTALES REACCIONES DE LA POBLACIÓN

Hay un país en América Latina que siente con más fuerza las consecuencias del coronavirus: Ecuador. Esta nación de poco más de 16 millones de habitantes tiene más de dos mil contagiados. Allí, las cifras mortales ya superan los 75 fallecidos y solo una región, la de Guayas, concentra a más del 70% de los infectados. (9)

Aunque las 24 provincias de la nación tienen casos confirmados, el peor escenario sigue siendo el de Guayas, cuya capital es Guayaquil, dado que, según el último informe, son más de 1.500 casos en esa región y la crisis está a poco de desbordar la capacidad de respuesta de las autoridades.

Muchos de los residentes en Guayaquil, la segunda ciudad más importante del país, se quejan de la lenta reacción oficial, agravada por las medidas de la estricta cuarentena. Aseguran que las autoridades han fallado en la recolección oportuna no solo de los cuerpos de las víctimas fatales de la pandemia, sino también de quienes han perdido la vida por razones distintas.

Después de Guayas, que concentra la mayor cantidad de contagios y fallecidos, la preocupación es Pichincha por el aumento de casos, en los últimos días. Hasta este 8 de abril, la provincia registró 440 personas contagiadas de coronavirus, lo que es igual al 9,9% de los casos en el país (10). Cuando han pasado al menos cinco meses desde que el patógeno empezó a circular entre humanos y muchos se preguntan cuándo darán resultados convincentes los esfuerzos internacionales para contenerlo, (11) el alto responsable reconoció que el coronavirus puede quedarse, como tantos otros virus, como el del sarampión o el VIH, según la OMS.

EL AUTOCUIDADO

Las posibilidades de resolver las necesidades de cuidado en contextos materiales precarios son aún más difíciles y demandan todavía más trabajo no remunerado. Sumado a que muchas cosas que los hogares de ingresos medios o altos pueden resolver virtualmente (compras, trámites), en el caso de los hogares más vulnerables conlleva más tiempo, y muchas veces incurrir en largas colas poniendo en riesgo su salud y la de los demás miembros de sus hogares. (13)

Más aún, en aquellos sectores vulnerables de la población, cuyos ingresos monetarios dependen en gran medida de actividades productivas efectuadas día a día, la presión sobre el trabajo no remunerado es mayor en tanto éste es el responsable de cubrir la merma de ingresos en el periodo de aislamiento y el aumento del desfasaje con los niveles de bienestar.

Desde la visión de enfermería, la enfermedad y salud se ven como procesos de la vida, como estados mentales que hablan de la evolución de la conciencia. "El autocuidado es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida por las personas sobre sí mismas, hacia los demás o hacia el entorno, para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, salud o bienestar". (14)

Aquí se explica cómo la profesión de Enfermería, perfila a través de diversas teorías la necesidad de cómo lo decía Nigthingale, mantener un entorno basado en la higiene y la limpieza de los ambientes, con suficiente ventilación y luminosidad para la recuperación y mantenimiento de la salud, Orem citada anteriormente enfatiza en el déficit del autocuidado, ella concibe a quienes reciben los cuidados de enfermería como personas racionales, pensantes, con la capacidad de reflexionar sobre sí mismos y su entorno, y también capaces de guiar sus esfuerzos para hacer aquellas actividades que son beneficiosas para sí mismos, es decir para realizar el autocuidado.

Por su parte , Pender

CONCLUSION

Con todo, se evidencia que la situación desatada por el COVID-19 ha puesto sobre el tapete el valor y la importancia tanto social como económica de aquello que decididamente no se le ha dado el verdadero valor a la importancia del cuidado y del autocuidado en las acciones de promoción de la salud y prevención de enfermedades, de manera multifacética, para la sostenibilidad de la vida en sociedad. A partir de esta situación, se espera que tanto desde el Estado y desde la ciudadanía se comience a reconocer y a jerarquizar a aquellos sectores de actividad que generan bienestar y calidad de vida.

Se requiere el fortalecimiento del nivel primario de atención en salud de modo que se haga uso de los medios tecnológicos y las redes para orientar a la población sobre los temas inherentes a la salud.

La complejidad del COVID 19 se ha puesto en evidencia al estremecer las bases sanitarias, sociales y políticas la necesidad de interacción y mayor participación de las comunidades en la contraloría social a sus gobernantes.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19) Disponible en: https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=Cj0KCQjw2PP1BRCiARIsAEqv-pQxd9mP1PIEOHbilZNSBVs-QPP2HMBJE1kiLGx-wnPZvs4at-oDKulaAvCOEALw_wcB
2. Etienne, C. La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia. Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15756:who-characterizes-covid-19-as-a-pandemic&Itemid=1926&lang=es
3. Organización Panamericana de la Salud. Respuesta al brote de COVID-19 en la Región de las Américas. Disponible en: file:///C:/Users/Dell/Downloads/OPS%20COVID19%20Llamamiento%20a%20Don antes_V2_1.pdf
4. Organización Mundial de la Salud. Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19). Disponible en: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>
5. De Cristo, E. Virología Do Coronavírus. Editora Bibliomundi Serviços Digitais Ltda, 2020

6. Roch, E. Bacteriología y virología médicas. Universidad de Michigan, Ed Porma 2008
7. Veletanga, J. La CoVID19 se expande rápidamente en la región de las Américas, ¿qué sucede en Ecuador? Edición Médica Ecuador. Disponible en: <https://www.edicionmedica.ec/secciones/salud-publica/la-covid19-se-expande-rapidamente-en-las-americas--que-sucede-en-ecuador--95825>
8. Ministerio de Salud Pública. El MSP informa: Situación coronavirus Covid-19 (14-05-2020) 08h00. Disponible en: <https://www.salud.gob.ec/el-ministerio-de-salud-publica-del-ecuador-msp-informa-situacion-coronavirus/>
9. González, D. "Ecuador: la urgente lucha contra la pandemia en Guayaquil". Agencia France 24 2020. Disponible en: <https://www.france24.com/es/20200401-ecuador-emergencia-cuerpos-v%C3%ADctimas-coronavirus>
10. Coba, G. El aislamiento social por coronavirus se extenderá en Ecuador. Disponible en Primicias.ec: <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/aislamiento-social-extension-ecuador-coronavirus/>
11. Ryan, M. La OMS advierte que el Covid-19 podría convertirse en un virus endémico. Disponible en: en Primicias.ec: https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/oms-advier-te-covid-19-convertirse-virus-endemico/?cx_testId=3&cx_testVariant=cx_1&cx_artPos=0#cxrecs_s
12. Plazas, N. Ecuador pasa a fase de distanciamiento social con cerca de 30.000 contagios. Agencia France 24 2020. Disponible en: <https://www.france24.com/es/20200504-coronavirus-covid19-italia-espaa%C3%B1a-vacuna>
13. Rodríguez, C; Alonso, V & Marzonetto, G. En tiempos de coronavirus, el trabajo de cuidado no hace cuarentena
14. Orem, D. Modelo de Orem: Conceptos de Enfermería en la Práctica. Ediciones Científicas y Técnicas, 1993