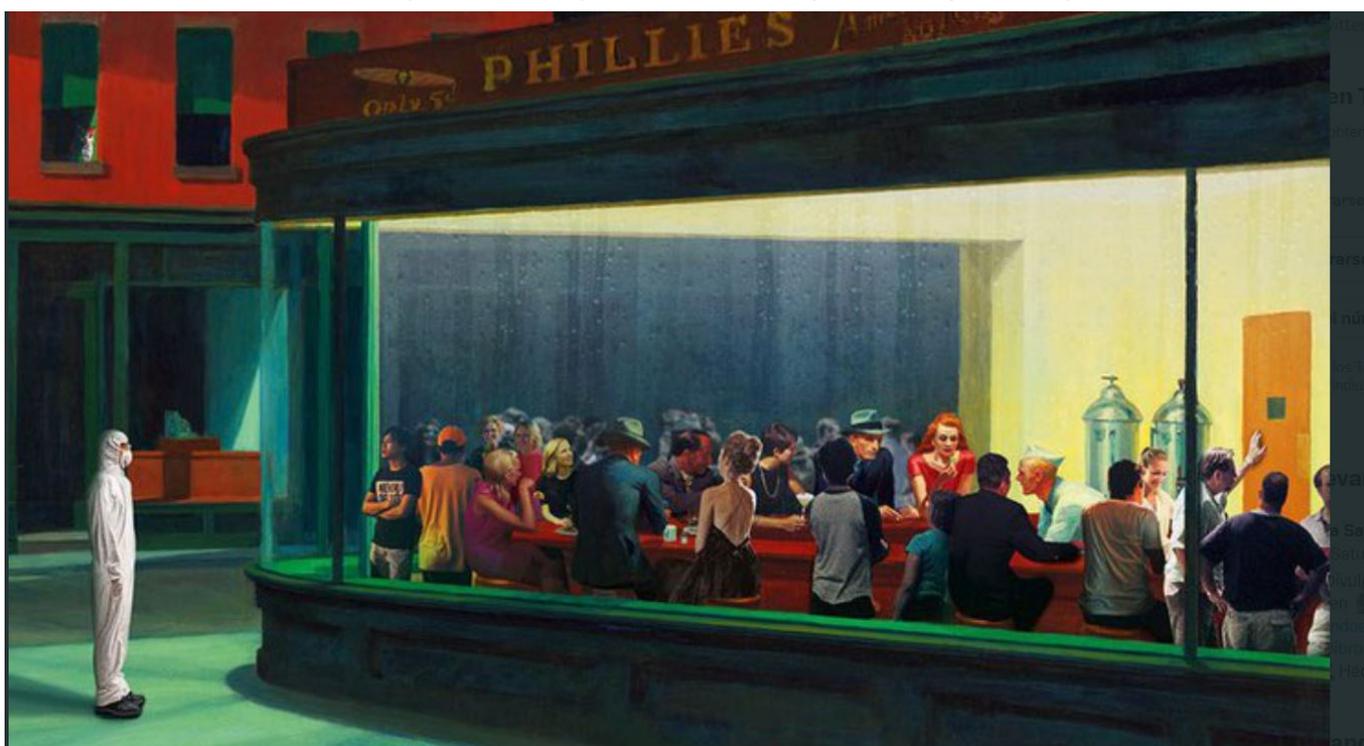


NEWSLETTER COVID-19

Información periódica para los trabajadores y trabajadoras



Publicación del diario alemán Der Freitag

Información COVID-19

Seguridad y Salud Frente al COVID-19

España recibe una nueva ola de infectados por Covid. El Ministerio de Sanidad ha informado este martes que la incidencia acumulada a 14 días ha subido siete puntos en las últimas 24 horas hasta los 139 casos por cada 100.000 habitantes.

Desde el SPP incluimos información y algunos consejos y recomendaciones que os pueden ayudar en estos momentos.

INFORMACIÓN
INSTITUCIONAL
PREVENTIVA:

Prevención de Riesgos
Laborales y Salud
Laboral

¡Seguimos cuidándonos!

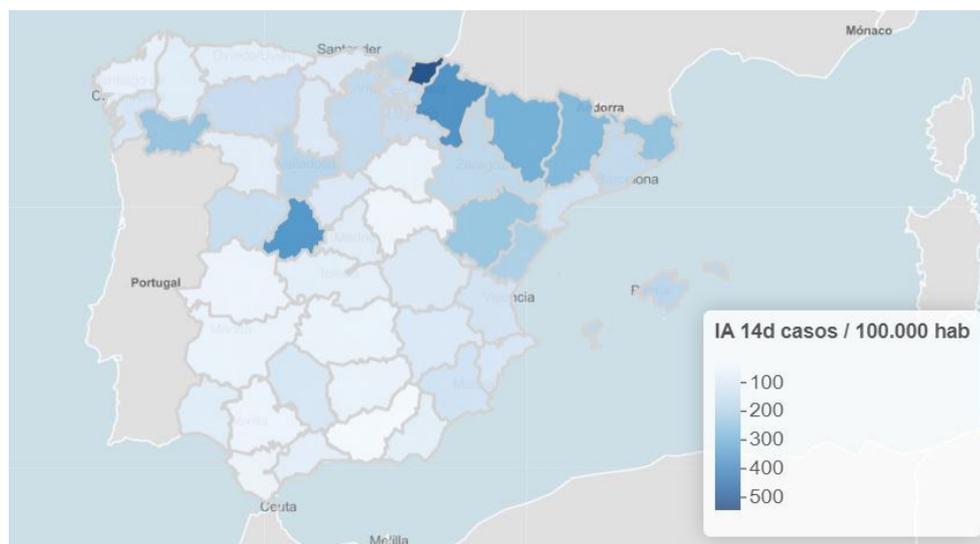
Situación actual

Datos consolidados a 24 de noviembre

Dada la evolución epidemiológica en nuestro país, la publicación, por parte del Ministerio de Sanidad, de los siguientes datos se produce los martes o miércoles.



Mapa de incidencias acumuladas por provincia



Mapa de incidencias acumuladas por provincias y por semana epidemiológica (de lunes a domingo) a partir de datos notificados a la RENAVE. Estos resultados son provisionales y deben interpretarse con precaución porque ofrece la información disponible en el momento de la extracción de datos. (24 de noviembre)

¿Vacunación Covid en niños?

La Agencia Europea del Medicamento aprueba la vacuna de Pfizer para niños de 5 a 11 años.

Luz verde a la vacuna de Pfizer-BioNTech para niños de 5 a 11 años. La Agencia Europea del Medicamento (EMA) ha autorizado la primera inmunización para niños en la Unión Europea, el producto desarrollado por la BioNTech y Pfizer, que hasta ahora solo estaba autorizada para adultos y mayores de 12 años. La dosis de Comirnaty, el nombre comercial del producto, "será más baja que la utilizada en personas de más de 12 años, 10 microgramos en lugar de 30", ha informado la Agencia. Al igual que con los adultos, la vacuna se administrará en dos dosis con tres semanas de diferencia.



La Asociación Española de Pediatría aconseja la vacunación de todos los niños de entre 5 y 11 años una vez que la Agencia Europea de Medicamentos (EMA) ha dado luz verde para administrarles Comirnaty, el producto desarrollado por la BioNTech y Pfizer contra la covid-19, que hasta ahora solo estaba autorizado para adultos y mayores de 12 años.

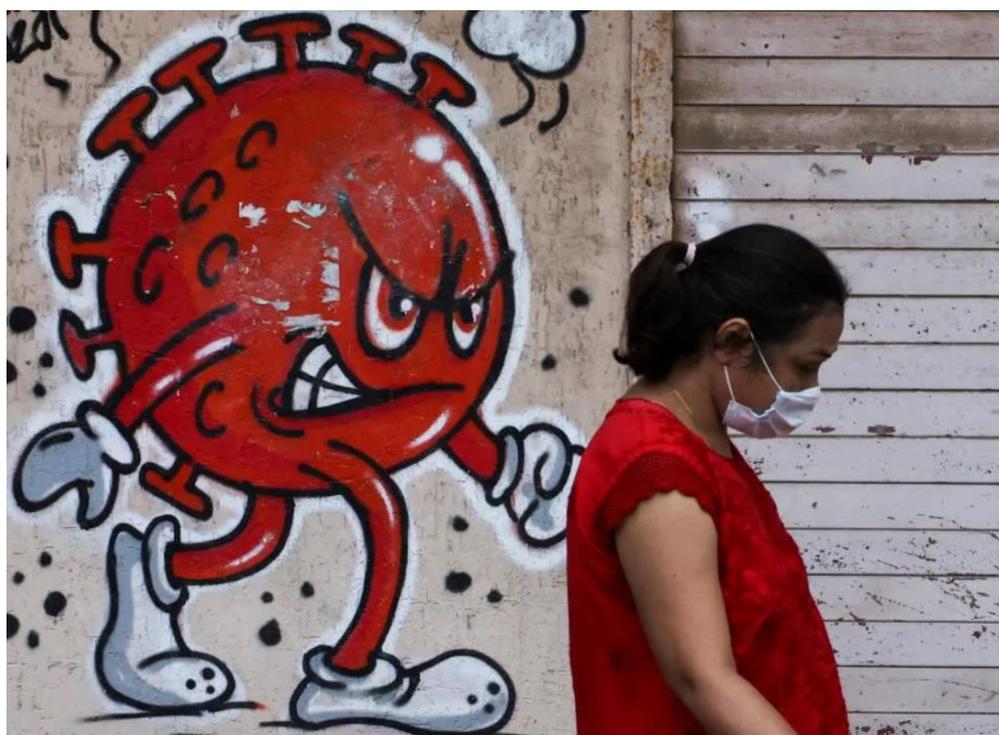
Aseguran que de esta forma no sólo no se privará a la población infantil del beneficio que aporta la vacunación sino que además se avanzará en lograr la normalización de su escolarización y de las relaciones de las criaturas en los colegios, con el consiguiente bienestar psicoemocional. Al mismo tiempo, enfatizan los pediatras, inmunizar a los niños permitirá disminuir la circulación del SARS-COV-2 y la aparición de nuevas variantes, así como avanzar en el objetivo de lograr la inmunidad de grupo o de rebaño.

Entre las razones aducidas figura también "el derecho del niño a su protección individual frente a esta enfermedad que, aunque en general a estas edades es leve, puede complicarse en ocasiones".

Este grupo poblacional es actualmente el que mayor incidencia registra. En Estados Unidos la vacuna recibió la luz verde de la FDA hace un mes y se ha inyectado a alrededor de un millón de niños de 5 a 11 años.

5 motivos por los que la incidencia acumulada no para de crecer, explicados por expertos españoles

La incidencia acumulada de casos de COVID-19 en España lleva creciendo ya más de 3 semanas consecutivas, hasta situarse por encima de los 100 casos por 100.000 habitantes.



La incidencia acumulada en España ya ha superado la barrera de los 100 casos por cada 100.000 habitantes, Esto significa que el país está en riesgo medio de propagación del coronavirus, entre 50 y 150 casos, lejos del nivel bajo que alcanzó por primera vez en el recuento de los 14 días anteriores al 7 de octubre. Sin embargo, gracias al alcance de la vacunación, la nueva oleada de positivos podrían no ser casos graves de COVID-19 y evitar lo que más se teme: las hospitalizaciones y las muertes.

"A lo mejor ahora nos escapamos de esta oleada de otoño. A lo mejor es muy suave y, sobre todo, en cuanto a gravedad, que es lo único que importa", señala Margarita del Val, viróloga e investigadora del CSIC

Estos son los 5 principales motivos por los que la incidencia acumulada de casos de COVID-19 no para de crecer en España.

- Relajación de las medidas de protección.
- Alcance de la vacunación.
- Protección que ofrecen las vacunas.
- Disminución de la inmunidad a largo plazo.
- Posible aparición de variantes más resistentes.

¿Realmente es posible ser inmune al covid-19 sin haberse contagiado previamente o sin haber sido vacunado?

A pesar de ese tiempo que llevamos conviviendo con el covid-19, siguen quedando muchas interrogantes en el camino.

Por ejemplo, se están estudiando (y se seguirá haciendo en el futuro) las variantes del nuevo coronavirus; también sigue en el ojo de los expertos el origen del virus; y no se puede dejar atrás la inmunidad, que es algo para analizar desde distintos ángulos.

La inmunidad es de gran interés, entre otros motivos, porque ayudará a controlar la pandemia, al punto de que un día se pueda regresar a la 'normalidad'. Si un grupo de personas tiene inmunidad contra covid-19, quiere decir que está protegido en cierto grado contra la enfermedad (o al menos contra su forma más grave y severa).

Hay diversas formas de adquirir inmunidad contra el covid-19: la vacunación y haberse recuperado de la enfermedad son las dos más claras, de acuerdo con expertos.

Tipos de inmunidad: Se puede hablar de cuatro tipos de inmunidad:

Inmunidad innata o natural: Es la que tenemos en nuestro cuerpo de manera inherente para defendernos.

Inmunidad adquirida: Es la que conseguimos cuando nos infectamos de un virus, hongo, bacteria, etcétera. La inmunidad adquirida se divide en dos: la inmunidad celular y humoral. La primera se refiere a los linfocitos 'inteligentes' (células T o de memoria), los cuales escanean al agente extraño que entró al cuerpo para determinar si ya lo conocen. Si lo identifican por un contacto que hubo en el pasado, le avisan al segundo componente, la inmunidad humoral (que son otros linfocitos 'inteligentes' llamados células B), para que dé la orden a otras células de que comiencen a producir anticuerpos.

Inmunidad por vacunas: La vacunación genera células T para que el cuerpo pueda reconocer al patógeno cuando entra a tu cuerpo, y entonces las células B puedan ordenar la generación de anticuerpos y atacarlo.

Inmunidad cruzada: En el caso del SARS-CoV-2, todavía se trata de una teoría, como indican los estudios hechos hasta ahora. La inmunidad cruzada es una inmunidad muy débil.

¿Entonces puede haber personas inmunes al covid-19 sin haberse contagiado previamente?

Los especialistas explicaron que la inmunidad natural no es suficiente para esquivar al SARS-CoV-2, por lo que puede haber infección.

En la inmunidad adquirida, forzosamente tienes que infectarte del nuevo coronavirus para después tener un grado de protección.

La inmunidad cruzada relacionada al covid-19 todavía sigue siendo una teoría. La inmunidad que hemos tenido por los resfriados que hemos sufrido por los virus de la familia coronavirus no parece que sea suficiente, por lo menos no se ha demostrado eso.

Por lo tanto, hasta ahora no hay pruebas totalmente contundentes que indiquen que puedes tener inmunidad al covid-19 sin haberte contagiado del virus.

Inmunidad de las vacunas, pueden provocar en ti la generación de células T para defenderte del nuevo coronavirus, sin que sea necesario un contagio previo.

Europa endurece las restricciones ante su peor ola de contagios de la pandemia

La mayoría de países europeos imponen nuevas restricciones ante el repunte de la incidencia: desde la vacunación obligatoria y el confinamiento total, hasta la implantación del pasaporte COVID o el teletrabajo

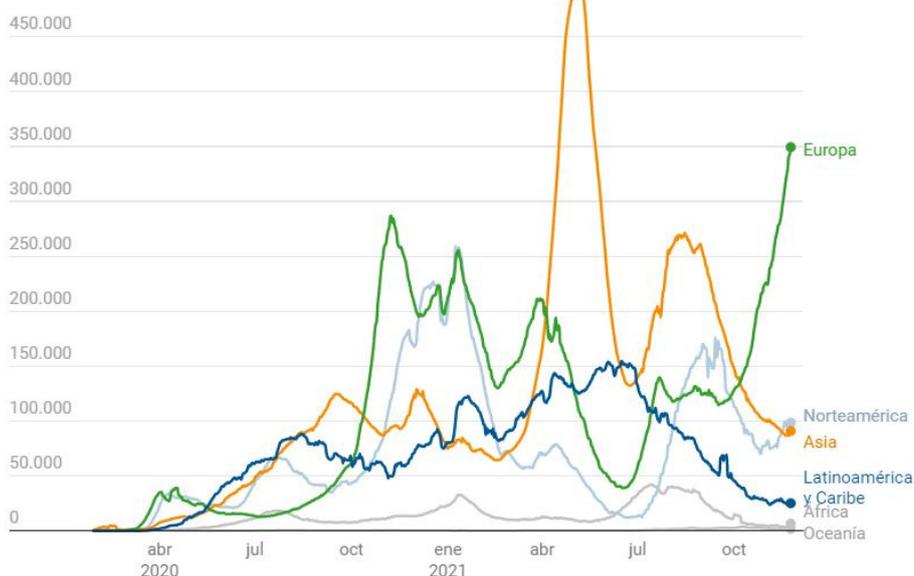
Europa se enfrenta a su peor ola de contagios de la pandemia. Los casos diagnosticados tocan techo aunque la mortalidad se aleja, gracias a la vacunación, de la de la primera ola. Sin embargo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha advertido que podrían morir medio millón más de personas a causa del coronavirus en los próximos cuatro meses si Europa no toma medidas para frenar el aumento de la incidencia, que en algunos países se sitúa ya en tasas similares a las de los peores momentos de la pandemia. El director de la organización para la región, Hans Kluge, se ha mostrado preocupado por el alza de casos en una entrevista a la BBC, en la que ha recordado que la "COVID-19 es otra vez la causa número uno de mortalidad" en el continente.

La tendencia sigue al alza en prácticamente todo el continente. Se salvan Estonia, Letonia, Lituania y el corredor que va de Ucrania hasta Montenegro, donde el número de nuevos contagios ha bajado respecto a la semana anterior, pero que aún mantienen tasas muy elevadas de incidencia: desde los 1.230 casos por cada 100.000 habitantes en los últimos 14 días registrados en Estonia, hasta los 394 de Rumanía. La mortalidad eso sí, se mantiene alejada de las cifras de otras olas gracias a la vacunación.

Donde más han subido los contagios respecto a la semana anterior ha sido en Alemania, Dinamarca, República Checa, Austria, Suiza, Francia, Países Bajos, España y Portugal. Y, con ellos, las tasas de incidencia, que han hecho a muchos de estos países recuperar viejas restricciones o implantar nuevas medidas. La principal ha sido la de Austria, que se ha convertido en el primer país en anunciar la obligatoriedad de la vacunación para febrero de 2022. Con solo el 64% de la población vacunada, la incidencia superaba este viernes los 1.650 casos por cada 100.000 habitantes, lo que ha provocado que las autoridades confinen a toda la población a partir del lunes, tras constatar que las restricciones en marcha desde hace dos semanas no han surtido el efecto esperado.

La evolución de los nuevos casos de coronavirus en cada región

Media semanal de los nuevos casos diarios de Covid-19 en cada región del mundo



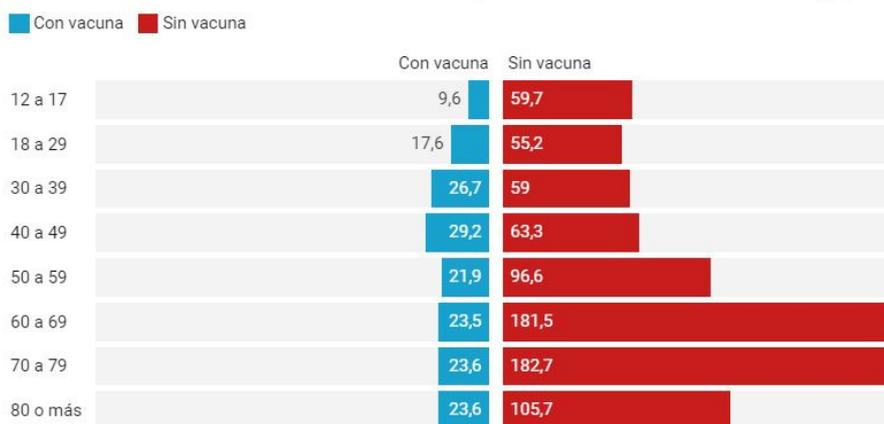
Fuente: Universidad de Johns Hopkins • Creado con Datawrapper

Cómo te afectará la sexta ola de coronavirus si estás vacunado o no, según tu edad

La tasa de contagios de los sexagenarios sin vacunar multiplica por ocho la de vacunados

Contagios según edad y estado de vacunación

Tasa media semanal durante las últimas 8 semanas por cada 100.000 habitantes de cada grupo



Fuente: Ministerio de Sanidad (23/11/2021) • Creado con Datawrapper

Gravedad según edad y vacunación

Tasa media semanal durante las últimas 8 semanas por cada 100.000 habitantes de cada grupo

Con vacuna Sin vacuna

Hospitalizados



UCI



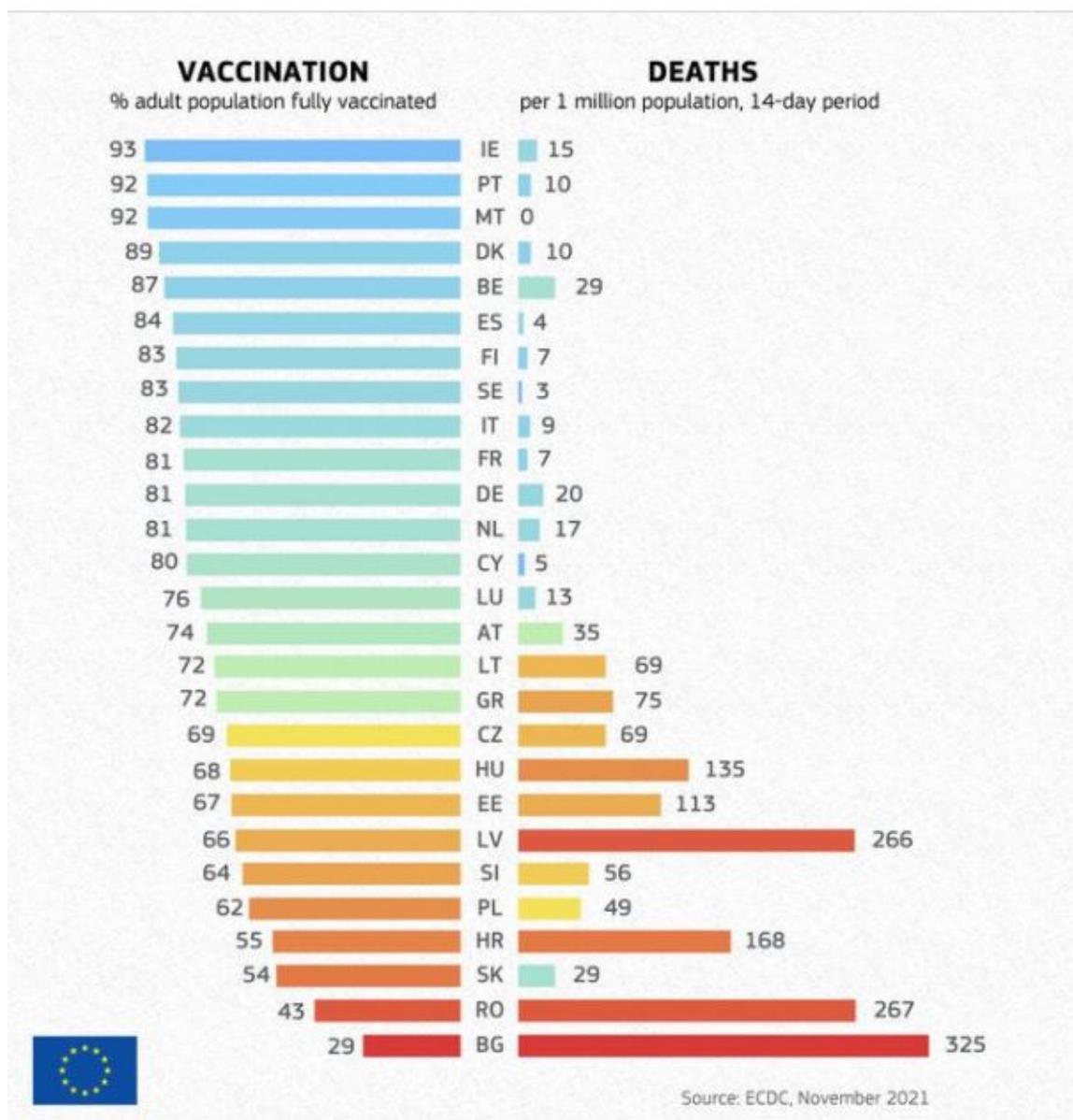
Fallecidos



Una persona de **60 a 69 años** sin vacunarse contra el coronavirus tiene **ocho veces más riesgo** de contagio que una vacunada. Una persona de **30 a 59 años sin vacunarse tiene el doble de riesgo** de acabar en el hospital que una persona de 60 a 79 años vacunada. Una persona de **80 años o más años sin vacunarse tiene seis veces más riesgo** de terminar ingresada que una vacunada de la misma edad. Ni una persona de 12 a 30 años ni de 30 a 59 vacunadas terminarán en la UCI, mientras que **sí hay riesgo de ingresar para los no vacunados**. Una persona de **60 a 79 años sin vacunarse tiene 25 veces más riesgo de morir** que una vacunada.

El gráfico con el que la Comisión Europea demuestra la eficacia de las vacunas

Las vacunas contra la Covid-19 funcionan. Es ya una evidencia, porque los datos son muy claros: a más vacunación, menor riesgo de muerte y por tanto menos fallecimientos. Así lo vuelve a dejar claro un gráfico elaborado y publicado por la Comisión Europea con el que demuestra la eficacia de la vacunación contra el coronavirus, con cifras de cada país. En un lado, el porcentaje de población con la pauta completa y en el otro la cifra de muertes por cada millón de habitantes en 14 días. Los datos nos muestran que cuanto mayor es la tasa de vacunación, menor es la tasa de mortalidad.



Suecia y España son junto a Chipre los Estados miembros que tienen niveles más bajos de fallecimientos, más allá de Malta que por tamaño poblacional no notifica apenas muertes a medio plazo, tal como se puede ver en el gráfico. Irlanda, Portugal y Malta son los países con mayores niveles de vacunación y mantienen niveles de mortalidad muy bajas.

El trayecto seguro de la infancia a la adolescencia. Seguridad vial

SEGURIDAD
VIAL
6-12
años

El trayecto seguro de la infancia a la adolescencia



Al pasear



La actividad física tiene múltiples beneficios para la salud en todas las personas, a cualquier edad y tanto en niñas como en niños.

Promueve su actividad física durante al menos 1 hora distribuidas a lo largo del día



Enséñale pero, sobre todo, sé su mejor ejemplo

Eres su principal ejemplo, **adopta comportamientos saludables y seguros: intenta ir caminando siempre que puedas, cruza siempre por pasos señalizados y espera a que el semáforo se ponga verde.**



Explícale **cómo hay que caminar de forma segura**: sin correr, respetando los semáforos, dejando pasar a las personas mayores y personas con problemas de movilidad, mirando a la izquierda y a la derecha antes de cruzar por los pasos de cebra,...

Hasta los 10 años id de la mano.



Conforme vaya creciendo, fomenta su autonomía, **enséñale a que haga trayectos solo/a**, como ir al colegio andando. Caminad juntos las primeras veces para ayudarle a encontrar una ruta directa y segura.



En el coche, da ejemplo



Ponte el cinturón

- ▶ Los niños y niñas aprenden por imitación y reproducen comportamientos observados.
- ▶ Respeta las normas y señales de tráfico.
- ▶ Usa siempre el cinturón.
- ▶ No uses el móvil ni te distraigas al volante.
- ▶ No fumes ni conduzcas habiendo consumido alcohol ni otras drogas.
- ▶ Conduce con calma. Evita comportamientos y lenguaje agresivo al volante.



Es obligatorio que niños/as viajen en los **asientos traseros** (salvo las excepciones recogidas en la legislación) y en un **sistema de retención infantil** hasta que alcancen una altura de al menos 1,35 metros.

La DGT recomienda el uso de sistema de retención infantil hasta que el niño/a mida **1,50 metros** para que el cinturón de seguridad le acople mejor.

No lo pases por alto, **supervisa que tu hijo/a vaya correctamente sujeto.**



Las sillas tienen que estar clasificadas y homologadas por alguna de estas **normativas**:



▶ Según el peso: **ECE R44/04**



▶ Según la altura: **i-Size (ECE R129 i-Size)**



En enséñale a...

- ▶ **Moderar la velocidad** al acercarse a un cruce. Si es necesario, detenerse.
- ▶ Cumplir las **normas de tráfico**. Explícale el significado de las señales.
- ▶ **No circular con auriculares de música ni usar el móvil** mientras va en bici o patinando.
- ▶ **No circular con un/a pasajero/a**. Solo las personas adultas pueden llevar en las bicicletas menores de hasta 7 años en sillas homologadas. En los **patinetes** solo puede ir **una persona**.
- ▶ **No hacer competiciones**. Muéstrale el uso lúdico, deportivo o de transporte.
- ▶ Ser **respetuoso** y conducir **sin agresividad**.



En bici, patinete o monopatín



Uso de casco

Su **cabeza** es muy vulnerable. Hay que **protegerla** para prevenir lesiones en caso de caída.



- ▶ **Menores de 16 años: obligatorio** usar siempre el casco, en bicicleta o patinete, **tanto en ciudad como en carretera**.
- ▶ El casco es obligatorio en motocicletas y ciclomotores, **también** si se viaja como **acompañante**.
- ▶ Antes de los 7 años no pueden viajar como pasajeros/as en una **moto**. Entre los 7 y los 12 años sólo si la conducen sus progenitores o personas autorizadas.

Usa tú también el casco, **eres su principal ejemplo**



No circular por las aceras para evitar atropellar a peatones.

- ▶ Solo está permitido circular por las aceras a niños/as que utilicen la bicicleta, monopatín como un juguete, **no como medio de transporte**.
- ▶ Tendrán que ir **acompañados por una persona adulta** para controlar que circulan sin poner en riesgo a las demás personas.

Circular solo por zonas señalizadas: carriles bici o ciclo vías. Es lo más seguro.

- ▶ También está permitido circular por la calzada, aunque **con niños/as** es recomendable buscar itinerarios que incluyan carriles bici, aunque suponga dar algún rodeo, y así **evitar circular con vehículos**.



De noche, o con **poca iluminación**, es **obligatorio el uso de las luces** en bicicletas y patinetes.

- ▶ Al ser los niños/as más bajitos, se recomienda que lleven alguna **prenda reflectante** para hacerse ver.

