

NEWSLETTER COVID-19

Información periódica para los trabajadores y trabajadoras



Información COVID-19

INFORMACIÓN
INSTITUCIONAL
PREVENTIVA:

Prevención de Riesgos
Laborales y Salud
Laboral

Seguridad y Salud Frente al COVID-19

La pandemia de COVID-19 está evolucionando. Estamos inmersos en una auténtica explosión de casos de una nueva variante del SARS-CoV-2 llamada ómicron, que comparte mutaciones con sus predecesoras, y que parece, según los estudios preliminares, más contagiosa, pero causante de una enfermedad más leve en los vacunados.

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

¡Seguimos cuidándonos!

+ Cruz Roja

Servicio de
Prevención de
Riesgos Laborales

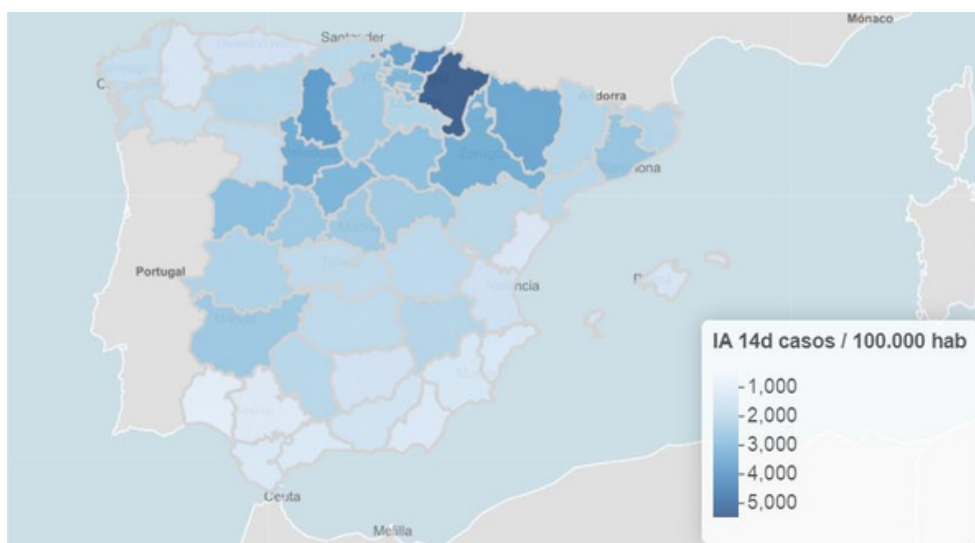
Situación actual

Datos consolidados a 4 de enero

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

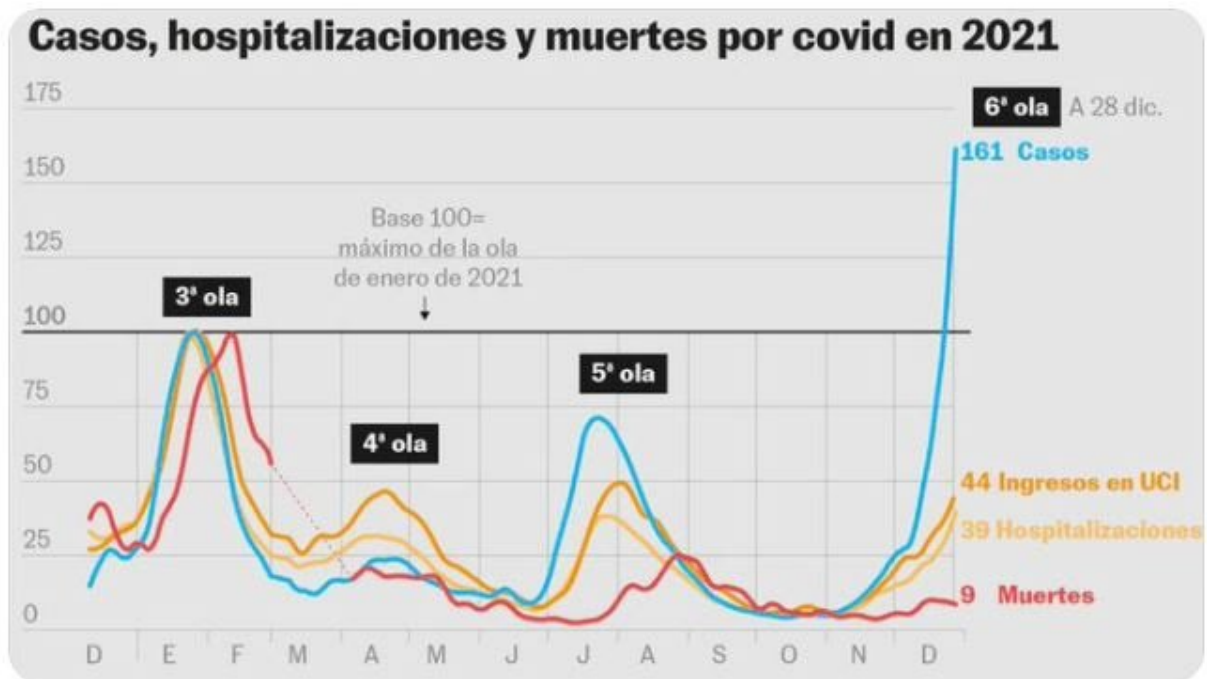


Mapa de incidencias acumuladas por provincias y por semana epidemiológica (de lunes a domingo) a partir de datos notificados a la RENAVE. Estos resultados son provisionales y deben interpretarse con precaución porque ofrece la información disponible en el momento de la extracción de datos. (4 de enero)

La importancia y los beneficios de vacunarse contra el COVID-19

Existen muchas teorías acerca de la vacunación contra el Covid-19. Sin embargo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) y autoridades expertas en salud de todo el mundo están impulsando a la población a vacunarse como la mejor solución para poner fin a la pandemia. Cuanto antes se consiga inmunizar a las personas, más rápido se logrará no solo frenar la expansión de la enfermedad, sino también limitar su impacto en la economía.

Las vacunas funcionan evitando la enfermedad grave y que no te lleva al hospital. Es cierto que no evitan la infección. No evitan los contagios. En ocasiones se malinterpreta su importancia y su eficacia pero es bueno recordarlo. La verdadera importancia la observamos en la siguiente imagen: la función de las vacunas es separar la línea roja de la azul.



Los beneficios de la vacunación

De acuerdo con la OMS la vacunación es una forma sencilla, inocua y eficaz de protegerse contra las enfermedades dañinas antes de entrar en contacto con ellas, pues activa las defensas naturales del organismo para que aprendan a resistir infecciones específicas y fortalezcan el sistema inmunitario.

En ese sentido, la vacunación contra el COVID-19, permitirá reducir el riesgo de enfermarse de forma grave y morir, pues se estará mejor protegido. No se alcanzará la inmunidad al 100%, ya que una persona vacunada puede contraer la enfermedad; sin embargo, se estima que las consecuencias en el organismo serán mucho menores.

Los principales beneficios son:

- Las vacunas contra el COVID-19 también pueden evitar que se enferme gravemente aunque contraiga el virus.
- Todas las vacunas contra el Covid-19 son seguras y efectivas.
- Al vacunarse uno mismo también protege a las personas que lo rodean.
- Es una forma más segura de desarrollar la inmunidad.

Diferencias entre resfriado, catarro, gripe o covid por variante ómicron

Después de más de 20 meses de pandemia del coronavirus SARS-CoV-2, y con la covid-19 aún muy lejos de erradicarse, la aparición de la contagiosa **variante ómicron** ha llegado en un momento muy complicado para la respuesta sanitaria, en plena llegada de la gripe anual y con el frío que trae un aumento de los inevitables catarros. La considerable rebaja en el costo de los test de antígenos ha hecho que mucha gente opte por aprovisionarse de ellos, lo que ha creado una situación de escasez en las farmacias, que no obstante siguen ofreciendo realizarlos en sus instalaciones a un precio entre los 15 y 20 euros, con pasaporte covid incluida.

La fiebre, la tos y el dolor muscular no son tan espectaculares como la pérdida del gusto o el olfato a la hora de dar pistas, y ómicron no genera esos síntomas que sí estaban en las anteriores mutaciones del virus. La nueva variante es más resistente a las vacunas disponibles, aunque es cierto que causa menos ingresos por sí misma en las unidades de cuidados intensivos. Un estudio de la aseguradora Discovery Health en Sudáfrica señaló que la vacuna de Pfizer apenas alcanzaba un 33% de protección contra la infección provocada por ómicron. Sin embargo, Pfizer afirmó que tres dosis de su vacuna podrían neutralizar esta nueva variante.

The infographic features a central white silhouette of a human figure against a blue background. Red circles are overlaid on the silhouette to indicate the primary areas of symptomatology: the head and neck area for all three conditions, the chest and upper abdomen for Omicron and Flu, and the lower abdomen for Flu. The text is arranged in four quadrants around the silhouette.

Diferencias entre ómicron, gripe y resfriado

Resfriado

- Suele presentar síntomas más leves y no va acompañado de fiebre

Ómicron

- Garganta irritada
- Congestión nasal
- Tos seca
- Dolor muscular
- Mucosidad excesiva
- Problemas gastrointestinales

Gripe

- Nariz congestionada
- Garganta afectada
- Fiebre
- Fatiga
- Dolores musculares
- A los tres días los síntomas comienza a remitir

¿Es Ómicron menos virulenta?

La pandemia no ha terminado, y no sabemos cómo ni cuándo terminará. El nivel de incertidumbre sigue siendo muy alto.

Todavía hay muchas cosas que no sabemos de ómicron y predecir cómo evolucionará el virus es muy arriesgado.

No podemos descartar que incluso la situación empeore, pero también podemos encontrar algunas noticias no tan negativas.

1. La infección por ómicron supone un menor riesgo individual de hospitalización y fallecimiento

Cada vez hay más evidencias de que la infección por esta variante supone un menor riesgo de hospitalización. Los primeros análisis que llegan de Sudáfrica sugieren un riesgo reducido de hospitalización entre las personas infectadas con ómicron en comparación con las infectadas con otras variantes, en el mismo período de tiempo.

Además, una vez hospitalizadas, las personas infectadas con ómicron tenían un riesgo reducido de enfermedad grave en comparación con las personas infectadas por delta. Es probable que parte de esta reducción se deba a una alta inmunidad de la población.

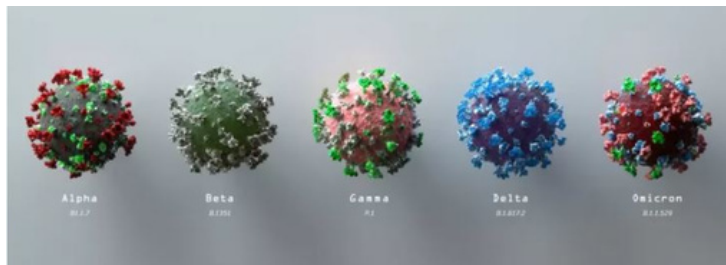
Un reciente informe del Imperial College de Londres concluye que las personas que contraen ómicron tienen una menor probabilidad de necesitar atención hospitalaria en comparación con la variante delta.

2. En algunos países los casos caen en picado

En Noruega, Holanda, Bélgica, Alemania, Sudáfrica o Austria ya ha comenzado a disminuir el número de casos. Es posible que en varios de estos países se mezclen el efecto de delta y ómicron. Algunos, además, llevaban varias semanas con restricciones.

Pero si nos fijamos en Sudáfrica, donde el efecto de ómicron parece más evidente, el aumento ha sido explosivo y exponencial y la caída también parece ser muy rápida. Algunos sugieren unas cuatro-cinco semanas de subida hasta llegar al máximo y otro tanto de bajada.

Quizá esta sea la mejor noticia. Aunque la posibilidad individual de hospitalización sea menor, un muro vertical de casos es tremendamente peligroso para el sistema sanitario y lo puede llevar al colapso. Por eso, la caída en picado de casos es una muy buena noticia.



3. Las vacunas protegen frente a ómicron

Las personas con dos dosis permanecen protegidas frente a la hospitalización, aunque hayan perdido parte de la protección frente a la infección.

Probablemente esto es debido a que la mayoría de las vacunas proporcionan una respuesta celular que no se ve afectada por esta variante. También hay datos que demuestran que una tercera dosis de las vacunas ARN mensajero tienen una potente capacidad neutralizante contra ómicron.

Además, ya se están desarrollando nuevas vacunas universales frente al SARS-CoV-2 y todas sus variantes, incluida ómicron.

4. Hay fármacos eficaces contra ómicron

La revista *Science* presenta en su portada al medicamento **Paxlovid**, un nuevo antiviral oral, inhibidor de la proteasa viral, con una capacidad de disminuir el riesgo de covid-19 grave en más de un 90 %. Este antiviral ya ha sido aprobado por la FDA.

El Paxlovid es un inhibidor de una de las proteasas del SARS-CoV-2, la denominada 3CL. El tratamiento se combina con otro inhibidor de las proteasas, el **ritonavir**, que ha sido empleado contra el VIH.

Como la variante ómicron no presenta mutaciones en esas proteínas que son la diana de Paxlovid, es muy probable que este fármaco sea igualmente eficaz con la nueva variante en la vida real. Al menos, según ha informado la empresa Pfizer, los ensayos in vitro así lo demuestran.

Pero todavía hay más. El anticuerpo monoclonal Sotrovimab, de la empresa GSK, también parece que es eficaz contra ómicron. Se trata de un anticuerpo que se une a una zona concreta (epítipo) en el SARS-CoV-2 compartida con el SARS-CoV-1 (el virus que causa el SARS), lo que indica que ese epítipo está muy conservado. Esto dificulta que se desarrollen resistencias en las nuevas variantes.

5. Ómicron infecta menos las células pulmonares

Al menos en modelos celulares y en hámsteres. Es verdad que no tenemos el dato en humanos, pero existen varios trabajos preliminares que sugieren que la variante ómicron se multiplica peor en células pulmonares, lo cual podría ser indicativo de su menor virulencia (aunque habría que comprobar qué ocurre en otros órganos).

Ómicron en España

Aunque la sexta ola, marcada por ómicron, ha conducido a máximos de contagios diarios e incidencia acumulada, la hospitalización y las UCI están lejos de los datos de los peores momentos de la pandemia.

El 29 de noviembre de 2021 la Comunidad de Madrid comunicaba el primer contagio de la variante ómicron de COVID-19 en España. Desde entonces, los contagios se han multiplicado hasta convertir a esta variante en la prevalente en España, pero sin llegar a bloquear las UCI, como sucedió con la ola de hace 12 meses. Te damos seis datos sobre la presencia de ómicron en España y de cómo ha afectado a los contagios, la positividad o las UCI.

Ómicron y los contagios: más de un millón

El mismo día que se comunicaba el primer contagio de ómicron en España, el informe de Sanidad del 29 de noviembre reflejaba 5.153.923 contagios notificados desde el inicio de la pandemia. El último informe publicado por Sanidad en 2021, el del 30 de diciembre, señalaba 6.294.745 de contagios notificados. Desde el 29 de noviembre de 2021 se notificaron 1.140.822 contagios, o lo que es lo mismo: el 18,1% desde el inicio de la pandemia.

No obstante, conviene recordar que no todos estos contagios son imputables a ómicron. Según la última entrega del informe de la situación epidemiológica de las variantes de SARS-CoV-2 en España, del Ministerio de Sanidad, los datos muestran que la variante ómicron está desplazando a delta como variante dominante en España.

Ómicron y la incidencia acumulada: nueve veces más en un mes

El 29 de noviembre, España presentaba una incidencia acumulada a 14 días de 199,02 casos por 100.000 habitantes, con algunas regiones (Andalucía, Ceuta, Extremadura) por debajo de los 100 puntos. A cierre del año, en el informe del 30 de diciembre, la incidencia acumulada a 14 días subía a 1.775,27. El incremento es de 1.576,25 casos. La IA del 30 de diciembre, ya con ómicron presente en España, era de casi 9 veces más que la del 29 de noviembre, sin que el aumento de ingresos en las UCI siguiera esa proporción.

Ómicron y la positividad: se multiplica por tres

La positividad a 29 de noviembre de 2021, según el informe de ese día del Ministerio de Sanidad, se ubicaba en el 6,80%, un dato que recogía el total de pruebas diagnósticas realizadas entre los días 19 de noviembre y 25 de noviembre. A 30 de diciembre, y sobre los datos de pruebas diagnósticas del 20 al 26 de diciembre, la positividad subía al 20,47%, tres veces más que un mes antes.

Ómicron, los hospitales y las UCI: lejos de máximos

A 29 de noviembre, los pacientes de covid ocupaban el 3,05% de las camas hospitalarias, según los datos de Sanidad. Un mes más tarde, en el último informe de 2021, la tasa es del 8,81%, menos de tres veces más pese a que la incidencia se ha multiplicado por nueve. Lo mismo sucede por la ocupación de UCI por pacientes covid: ha pasado del 7,33% (29 de noviembre) al 19,42% (30 de diciembre), pese a que la incidencia a 14 días está en máximos.

La ola ómicron contra las demás: la diferencia en las UCI son las vacunas

La cuarta ola de COVID-19, la del invierno de 2021, registró su máximo de incidencia acumulada a 14 días el 27 de enero de 2021, con una IA de 899,93 casos por 100.000 habitantes, la mitad que la registrada el pasado 30 de diciembre: 1.775,27. En esa misma fecha del 27 de enero, la positividad era del 14,93%, seis puntos menos que la registrada el 30 de diciembre: 20,47%. Sin embargo, el 27 de enero de 2021 la ocupación de UCI por pacientes de covid era del 41,90%, menos de la mitad que la registrada, con el doble de incidencia, el 30 de diciembre de 2021: 19,42%.

A 27 de enero de 2021, la población con pauta completa de vacunación era de 173.066 personas: el 0,41% de la población mayor de 12 años. A 30 de diciembre, en plena ola de ómicron, los datos muestran que el 89,9% de la población mayor de 12 años tiene la pauta completa de vacunación, el 26,8% de los menores entre 5 y 11 ha recibido una dosis de vacuna y el 50,5% de los mayores de 40 años ya ha recibido una dosis de refuerzo de la vacuna contra la COVID-19.

La coinfección de gripe y COVID-19 o 'flurona'

El pasado 2 de enero el Ministerio de Sanidad israelí confirmó a la Agencia EFE su primer caso de coinfección de gripe y COVID-19, que han bautizado como flurona, combinando las palabras flu, gripe en inglés, con 'corona'.

¿Qué es 'flurona'?

Flurona no es una nueva variante de coronavirus, sino que es como se ha bautizado al fenómeno en el que un paciente se **infecta de COVID-19 y gripe al mismo tiempo**. El término ha sido acuñado a partir de que el Ministerio de Sanidad de Israel confirmase el pasado 2 de enero un caso de esta coinfección. Se trata de una mujer embarazada que no estaba vacunada y que fue tratada por síntomas leves. Fue dada de alta el 30 de diciembre de 2021.

¿Es la primera vez que se observa esta coinfección?

No. Ya en abril de 2020 el Hospital Clínico de San Carlos de Madrid notificó el caso de una paciente de 46 años, admitida en el hospital en enero de ese mismo año, que fue positiva para el SARS-CoV-2 y el virus de la influenza A, uno de los virus que produce la gripe.

También el pasado 26 de diciembre de 2021 se notificaron algunos casos de coinfección en Galicia, de los que se hizo eco la prensa local.

¿Es frecuente?

"Por ahora no es frecuente, pero ahora que la gripe empieza a circular podrían darse casos de coinfección sobre todo en personas vulnerables",.

Según la vigilancia epidemiológica conjunta del Centro Europeo para la Prevención y Control de Enfermedades (ECDC, por sus siglas en inglés) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), la incidencia de gripe continúa creciendo por toda Europa, especialmente en las zonas del norte y este del continente.

¿Cómo es posible que se produzca?

Según la catedrática de Inmunología, es posible que se den coinfecciones de varios virus. "Es algo habitual en pacientes inmunodeprimidos, por ejemplo por infecciones por el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) que se infecten de herpes y otros virus", subraya.

"La coinfección de dos virus respiratorios es un hecho bien conocido en medicina", recalca a Newtral.es José María Eiros, portavoz de la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica (SEIMC). Por ejemplo, existen las coinfecciones de virus de la gripe con el virus respiratorio sincitial o el rinovirus. Según Eiros, suelen ser comunes en el ámbito pediátrico "sobre todo en temporada invernal".

González señala que la coinfección entre COVID-19 y gripe se produce gracias a que los virus de la gripe y del coronavirus "entran por distintos receptores en las células, por lo que se podría tener algunas células infectadas con un virus, otras con otros, y algunas con los dos a la vez". Abdi Mahamud, epidemiólogo de la OMS, ha declarado en una rueda de prensa que la coinfección no aumenta el riesgo de que el coronavirus mute y evolucione a variantes más peligrosas, según informa la Agencia EFE. "Se trata de virus de especies completamente diferentes que usan receptores distintos para infectar, y no hay mucha interacción entre ellos», ha destacado.

¿Es más grave la 'flurona' que la infección solo de COVID-19 o de gripe?

Según la catedrática de la Universidad de Vigo, "por ahora en los casos detectados son leves, aunque habrá que ver cuando haya más casos de gripe cómo se comportan".

Eirós coincide: "Hasta donde hemos podido consultar no se ha documentado mayor gravedad, pero es importante conocer que suelen ser los factores de base del paciente los que determinan la gravedad. Los pacientes inmunodeprimidos evolucionan peor". El Ministerio de Sanidad ya recomendó en junio la vacunación contra la gripe para evitar las coinfecciones, especialmente en personal sanitario y sociosanitario, personas a partir de los 65 años y personas de cualquier edad con condiciones de riesgo.

¿Cómo se puede saber si sufro 'flurona'?

Según el portavoz de la SEIMC, la única forma de saber si se sufre flurona es "disponiendo de diagnóstico específico". González coincide. "Es necesario hacer pruebas de PCR específicas para detectarlo. También los síntomas pueden ayudar, pero a veces son parecidos", apunta.

¿Qué hago si soy positivo?

¿Qué hago si soy positivo?

Test de autodiagnóstico

Llamar al **900 102 112**

- Notificar mi positivo de test de autodiagnóstico.
- Si preciso, solicitar mi baja laboral.

Permanecer en aislamiento **7 días**

- Desde inicio de síntomas o si soy asintomático desde la realización de test.



Pruebas realizadas en el Centro de Salud

Permanecer en aislamiento **7 días**

- Desde inicio de síntomas o si soy asintomático desde la realización de test.

Vigilar síntomas de alarma:

- Fiebre >38°C con tos
- Dificultad respiratoria
- Dolor de pecho



Llamar al centro de salud o 112

¿Qué hago con mis contactos?

Avisarles de que he dado positivo



¿Qué deben hacer mis contactos?

Si tienen **pauta completa** de vacunación:

- No se realiza prueba
- Evitar interacciones sociales
- Usar mascarilla
- Vigilar síntomas de alarma

Si **no están vacunados** o pauta incompleta:

- Realizar aislamiento de 7 días tras contacto
- Contactar con su centro para realización de prueba

¿Cómo veo los resultados tras la prueba en el centro de salud?

Test de Antígeno:

- En el momento
- A través de aplicación de Tarjeta Sanitaria Virtual

PCR:

- Por Mensaje al móvil en 24-48h
- A través de la aplicación de Tarjeta sanitaria virtual
- En Mi Carpeta Salud con certificado digital.

Para más información escanea los siguientes códigos QR



Comunidad de Madrid



Información sobre Coronavirus

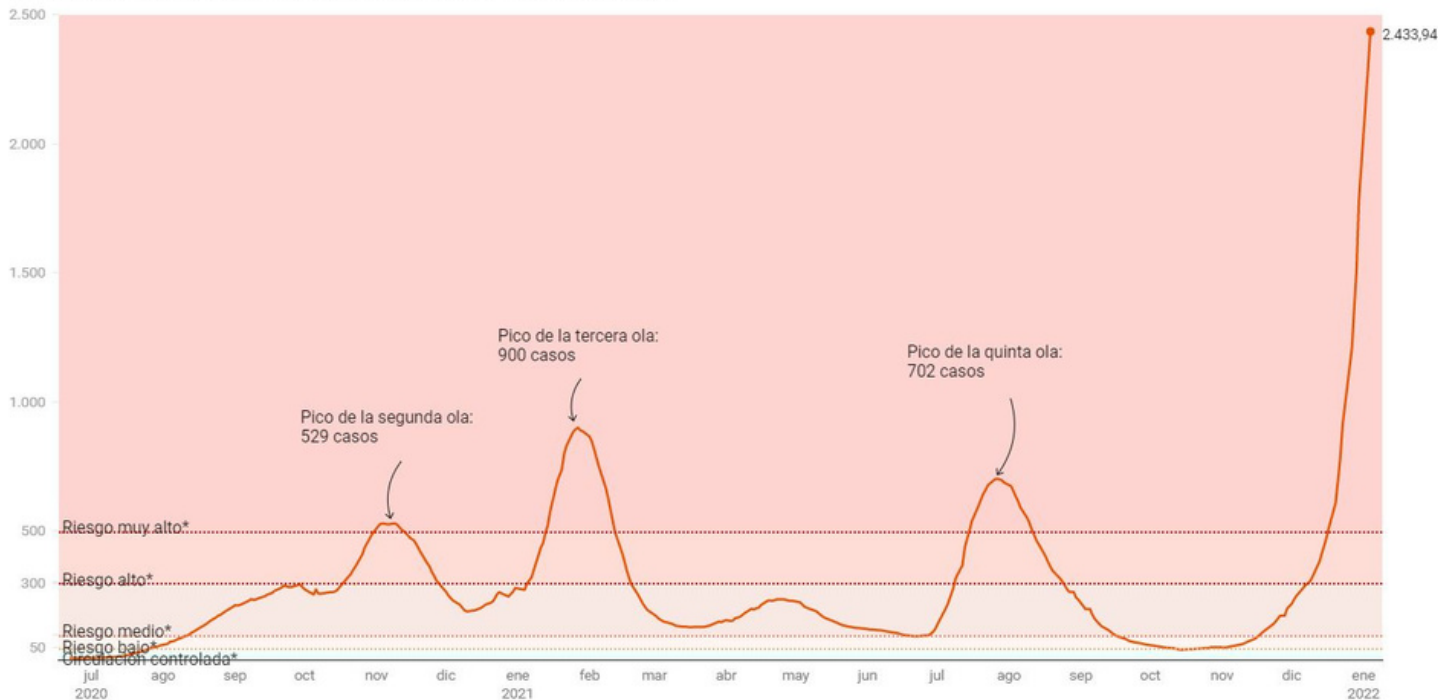


Mi carpeta Salud

Repaso a los últimos datos del coronavirus en España

Evolución de la incidencia acumulada en España

Casos notificados en cada fecha con diagnóstico en 14 días por cada 100.000 habitantes



*Niveles de riesgo para este indicador según el semáforo epidemiológico del Gobierno.

Casos España

6.785.286

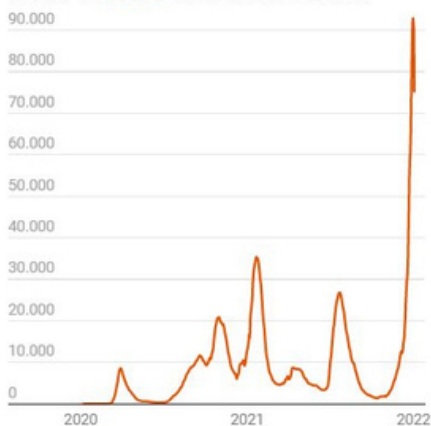
287.979.462 en el mundo

Muertes

89.689

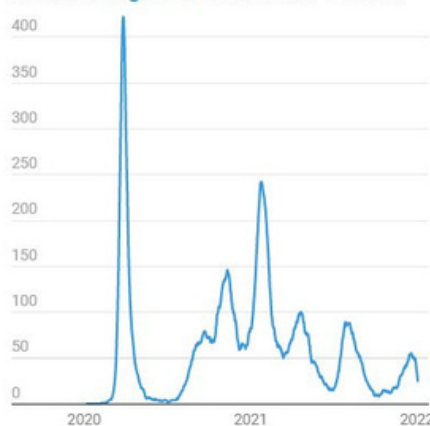
5.431.575 en el mundo

Media de **casos** en la última semana



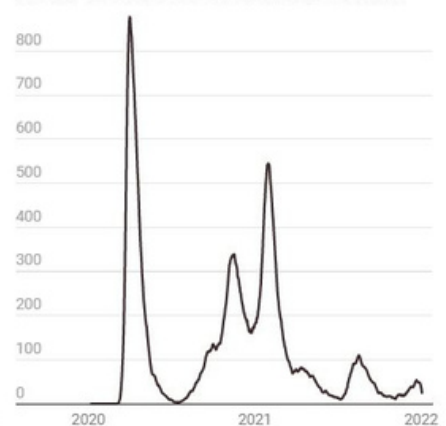
DatosRTVE • Fuente: CNE / Ministerio de Sanidad

Media de **ingresos** en la última semana



DatosRTVE • Fuente: CNE / Ministerio de Sanidad

Media de **muerres** en la última semana



DatosRTVE • Fuente: CNE / Ministerio de Sanidad

Datos a 04/01/2022 - 20:00 horas

Qué pasa con el olfato y con el gusto con ómicron y un nuevo síntoma para apuntar: los sudores nocturnos

La pandemia de COVID-19 está evolucionando. Estamos inmersos en una auténtica explosión de casos de una nueva variante del SARS-CoV-2 llamada ómicron, que comparte mutaciones con sus predecesoras, y que parece, según los estudios preliminares, más contagiosa, pero causante de una enfermedad más leve en los vacunados.

Según recuerda la vocal de la Sociedad Española de Inmunología (SEI) la doctora Yvelise Barrios, durante una entrevista, esta variante fue detectada a finales del mes de noviembre, con lo cual, todavía tenemos pocos datos clínicos para conocerla a la perfección. "Parece que los estudios indican una menor capacidad de reproducción en el pulmón, y afectaría más a las vías respiratorias superiores", indica como una de sus características.



Sostiene también que esta variante, frente a las anteriores, registra casos con un aumento de mucosidad, con sequedad de garganta, de dolor e irritabilidad de garganta, tos, fiebre, y una menor afectación pulmonar.

Asimismo, y aunque los datos son escasos por el momento, la vocal de la SEI sostiene que parece que no hay tanta sintomatología de falta de gusto y de olfato, como con las variantes anteriores, "es menos relevante con esta cepa".

Además, **recuerda que los CDC norteamericanos también recogen nuevos síntomas como los sudores nocturnos**, si bien advierte de que no hay publicaciones científicas rigurosas al respecto por el momento. "Parece que va a ser una enfermedad más leve en vacunados en general con la variante ómicron",

insiste la especialista, aunque pide precaución frente los vulnerables, los grupos de riesgo, para quienes esta enfermedad sigue siendo peligrosa. **LOS SÍNTOMAS SERÁN MÁS LEVES EN LOS VACUNADOS.**

En esta línea, **la doctora Barrios recuerda que nuestra población cuenta con tasas de vacunación muy altas**, por lo que siempre insiste en que se deben distinguir los síntomas entre las personas vacunadas y las no vacunadas, en quienes remarca que los síntomas serán mayores.

En las personas vacunadas, aunque hayan descendido los títulos de protección de anticuerpos, la inmunidad celular sigue resistiendo a esta variante ómicron y sabemos que en las vacunadas todos los síntomas serán menores. De hecho, se está viendo claramente con esta variante que va a haber un desdoblamiento entre la curva de contagios ahora disparatada con la de hospitalización y con formas que llegan a la UVI", subraya la vocal de la SEI.

Calendario 2022

Derechos de las Personas Cuidadoras

Haz Click en la imagen y descargate el calendario



LLAMADAS GRATUITAS
900 365 100

