

# NEWSLETTER

# COVID-19

Información periódica para los trabajadores y trabajadoras



## Información COVID-19

### Seguridad y Salud Frente al COVID-19

La transmisión por coronavirus en España continúa descendiendo con una bajada de la incidencia por COVID a 14 días de 58 puntos, hasta los 676,65 casos por cada 100.000 habitantes, y con 33.911 nuevos contagios detectados, mientras las comunidades siguen reportando los fallecidos de la sexta ola, 301 en el último día.

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!**

**+** Cruz Roja

Servicio de  
Prevención de  
Riesgos Laborales

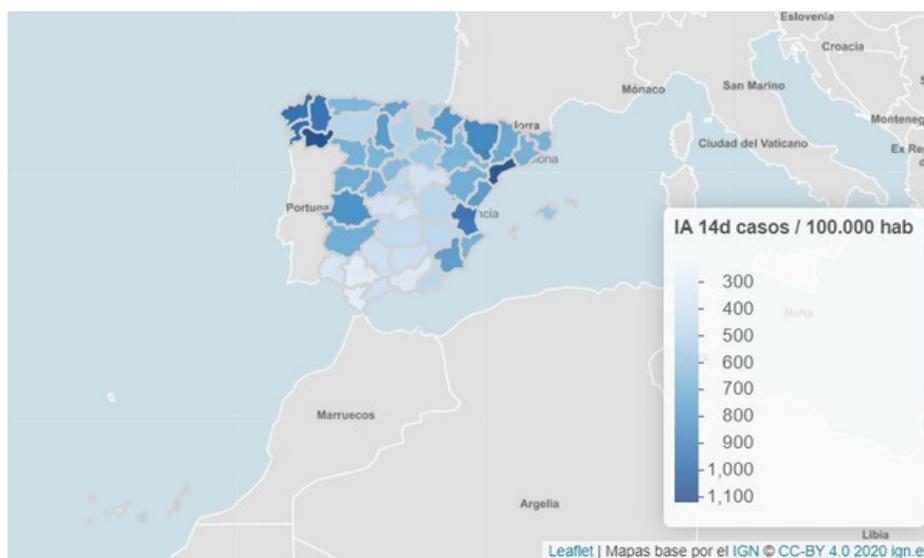
# Situación actual

Datos consolidados a 23 de febrero

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. (23 de febrero)

# Estos son los síntomas del covid en los vacunados

La experiencia lo ha demostrado. La vacunación del covid, incluida la dosis de refuerzo, no da garantías absolutas de protección ante la posibilidad de contagio o reinfección, pero sí que evita en la mayoría de los casos la gravedad de los síntomas. Los expertos no se cansan de repetirlo una y otra vez. Una persona con la pauta completa de vacunación se puede infectar, aunque la inmunización reduzca las posibilidades de infección.

Y si un vacunado se infecta, el cuadro médico que presenta es muy distinto al que tendría si no estuviera protegido por una vacuna: evita los riesgos de sintomatología grave. La pauta completa de vacunación se convierte así en la mejor arma para reducir riesgos de contagio y es la mejor aliada de las medidas de acompañamiento que recomiendan los expertos, el distanciamiento social y el uso de mascarilla.

## Síntomas frecuentes

El principal malestar que se puede presentar ante un contagio si estás vacunado es abundante secreción nasal, con mucosidad, así como dolores de cabeza, lo que puede fácilmente confundirse con los síntomas habituales de un resfriado.

También son síntomas frecuentes los estornudos seguidos, tos no productiva y dificultad para respirar. Los síntomas más característicos del covid en sus distintas variantes siguen afectando al enfermo vacunado: la pérdida temporal de gusto y olfato.

Asimismo, los contagiados de covid vacunados pueden presentar, aunque más raramente, náuseas, fatiga y malestar en músculos y articulaciones.



# ¿Por qué se producen nuevas variantes del virus que causa la Covid-19?

Las mutaciones se generan en un proceso de adaptación al medio.

La COVID-19 ha convulsionado el mundo de forma global y ha situado a la población mundial frente a una situación inédita ante la que era muy difícil responder con eficacia y rapidez. La reacción por parte del sector sanitario ha sido vital para derrotar al virus, pero, aunque ahora parece que empieza a verse la luz al final del túnel, lo cierto es que no sabemos cómo evolucionará en un futuro próximo. Hasta ahora se han detectado varias mutaciones del virus y la pregunta del millón es ¿por qué se producen estas nuevas variantes del virus que causa la COVID-19?

En los virus, igual que en cualquier organismo, se producen mutaciones aleatorias, es decir alteraciones del material genético. La mayor parte de estas mutaciones no tendrán ningún efecto, pero otras sí que pueden modificar las características del virus, incluso le pueden aportar ventajas. Por ejemplo, algunas de las mutaciones del coronavirus han facilitado su entrada en las células humanas, haciéndolo más contagioso.

## La proteína S

Las variantes del coronavirus que generan más interés son las que han desarrollado mutaciones en el gen que codifica para la proteína S, ya que puede condicionar cambios en la capacidad infectiva del virus y en la respuesta inmunitaria a las vacunas. **Las variantes británica, sudafricana e india** tienen una mayor transmisibilidad, debido a mutaciones en ese gen. Respecto a **la Delta**, no se conoce suficientemente la efectividad de la vacuna, pero recientemente se ha publicado un estudio en la revista New England donde se explica que la vacunación confiere protección del 95% contra la nueva cepa, siempre y cuando se administren las dos dosis.

En epidemiología, se conoce como número reproductivo básico o R, el número de casos nuevos que genera una persona contagiada. En el caso de la variante **Delta o india, 1 positivo genera 4 infecciones**, mientras que, con la variante de **Wuhan o Alfa, 1 positivo generaba 2,5**. "Las nuevas variantes parecen tener más capacidad infectiva, pero no se produce una enfermedad más grave", según explica el Dr. Manel Juan, jefe del Servicio de Inmunología del Hospital Clínic de Barcelona.

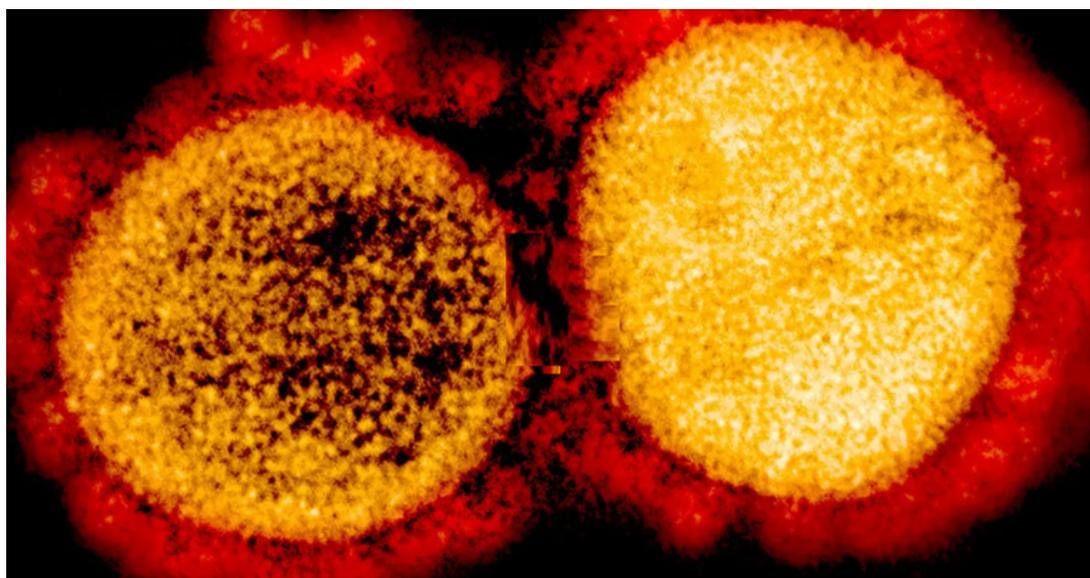
Por su parte, la variante **Ómicron puede propagarse con más facilidad que otras variantes**, incluso la Delta. Sin embargo, no parece que cause una enfermedad más grave. Las personas que tienen la pauta de vacunación completa tienen protección bastante eficaz ante la forma grave de la enfermedad.

En la actualidad existen distintas variantes del coronavirus y la **OMS** las ha **clasificado** de la siguiente forma:



# Dinamarca descubre una mutación de ómicron que impide al cuerpo destruir células infectadas

La sub variante podría burlar la capacidad de las células infectadas para autodestruirse. Si no se pueden autodestruir, las células dañadas se multiplican.



La covid está sometida a un escrutinio casi inédito en la historia de la epidemiología, y esto provoca que se detecten nuevas variantes cada poco tiempo. Porque ya sabemos que cada vez que el virus contagia a una persona encuentra una nueva oportunidad para mutar. Y el análisis genético del coronavirus permite detectar esas mutaciones. Es lo que ocurre con una sub variante de ómicron: la BA.2 H78Y es responsable ya del 24% de los casos de covid en Dinamarca, donde la han detectado. Lo preocupante es que ha crecido un 10% en un mes, lo que podría indicar que será la nueva cepa dominante.

En este caso la mutación más relevante está en la proteína de pico ORF3A, que muchos expertos creen que induce la apoptosis en las células. La apoptosis es la muerte celular programada, es decir, la destrucción de células que hace el propio organismo, generalmente para deshacerse de las que están dañadas. Es parte de la defensa del cuerpo, ya que evita que células dañadas o contagiadas se reproduzcan. De esta forma, si el SARS-CoV-2 ha encontrado la forma de evitar la apoptosis, elimina otro obstáculo del organismo ante la infección.

Según publican los descubridores de la nueva subvariante, "ORF3 es la proteína necesaria para crear canales iónicos virales (vioporinas) y facilitar la liberación del virus". Las vioporinas son proteínas que modifican las membranas celulares, facilitando la liberación de virus de células infectadas. Una mutación en ella podría hacer que las personas que entran en contacto con el virus desarrollen la enfermedad más fácilmente que con otras variantes.

Según un estudio de julio de 2021 la proteína ORF3A está asociada con las capacidades evasivas inmunes de la covid. Esta nueva mutación en esa proteína posiblemente podría haber aumentado aún más las capacidades de evadir la inmunidad de ómicron. El ritmo de crecimiento de la prevalencia de esta subvariantes es lo que ha hecho saltar las alarmas de los epidemiólogos daneses, que temen que, al ser más eficaz en producir infección, ómicron BA.2 H78Y sea más grave y escape a las vacunas.

# ¿Cómo es la infección en la lengua que ataca a los pacientes con Ómicron?

Mientras los contagios por la variante identificada en Sudáfrica continúan en niveles altos, el estudio ZOE COVID del Reino Unido alertó por las afecciones en la lengua que registraron pacientes contagiados por coronavirus.

Aunque su impacto se ha ido atenuando en las últimas semanas, Ómicron sigue provocando una importante cantidad de casos y muertes a nivel global.

De acuerdo a los últimos resultados de enero, algunas personas reportaron una serie de afecciones en menor versión, como tener la boca seca, mientras que otros experimentaron manchas blancas e incluso hinchazón o úlceras.

Denominada **Lengua COVID**, la afección se caracteriza por mostrar inflamación, creando pequeñas protuberancias, parches e islas rojas.

## ¿CÓMO RECONOCER LA LENGUA COVID?

El portal de contenido sanitario con revisión médica, Healthline.com explicó que las personas con la Lengua COVID pueden notar que la parte superior de la lengua se ve blanca y con parches, o de una tonalidad rojiza y se siente hinchada.

"A veces encuentran protuberancias o áreas abiertas llamadas úlceras en la lengua. Además, muchas personas con lengua de COVID informan que experimentan una pérdida del gusto y una sensación de ardor", detalló la publicación. Un estudio de 2021 documentó la Lengua COVID como un posible síntoma de contagio, aunque en un grado secundario.

## ¿POR QUÉ SE APARECE LA LENGUA COVID?

Otra razón por la que puede desarrollarse la Lengua COVID, según Healthline, se debe a una respuesta inmune sobre el cuadro de infección viral o bacteriana.

"Incluso cuando los bultos y la hinchazón están claramente relacionados con el COVID, existen muchas razones posibles". Así, la Lengua COVID puede ser causada por:

- Una gran cantidad de receptores ACE en la lengua: Los receptores ACE son proteínas que se encuentran en las células del cuerpo.
- Tu sistema inmunológico está luchando contra el COVID-19.
- Candidiasis bucal causante de COVID: La candidiasis oral es un hongo en la boca que puede ser causado por una serie de infecciones. Esto podría incluir COVID-19. Además, la candidiasis oral es un efecto secundario de algunos medicamentos que se usan para tratar el coronavirus.
- Cambios en la superficie de la lengua: Las infecciones a veces provocan cambios en la superficie de la lengua, como úlceras bucales y otros síntomas.
- Boca seca: El COVID-19 puede afectar sus glándulas salivales y hacer que secreten menos saliva. Esto podría conducir a la boca seca. Las investigaciones muestran que la boca seca puede conducir a muchos otros problemas de salud bucal.
- Herpes oral activador de COVID: La inflamación causada por el COVID-19 puede activar otros virus en tu cuerpo. Esto podría incluir el virus del herpes simple, que permanece latente en el cuerpo incluso cuando no se tiene síntomas.

# ¿Sin mascarilla en clase?

## Andalucía apuesta por levantar su uso antes de Semana Santa

El consejero andaluz de Salud explica que es una medida que ya se está estudiando. Previsiblemente se abordará en los próximos Consejos Interterritoriales para que la decisión se adopte entre todas las comunidades.



El consejero de Salud de la Junta de Andalucía, Jesús Aguirre, ha señalado que el siguiente paso en cuanto a la eliminación de las mascarillas será en los niños en el interior de los colegios y ha considerado que podría ser antes de Semana Santa cuando la dejen de utilizar en las aulas. En declaraciones a los periodistas en Antequera, (Málaga), ha indicado que es "algo que estamos valorando ahora", tras ver el informe de la Sociedad Española de Pediatría y ha calculado que se abordará en las próximas reuniones del consejo interterritorial para "tomar una medida cohesionada con todas las comunidades autónomas".

En los adultos, "va a depender de la evolución, no queremos correr más de lo que es necesario, prudencia", ha señalado, recordando que en cuanto a los aforos en estadios de fútbol y de baloncesto, dependen del Gobierno central y "le hemos pedido por activa y por pasiva que quite esa restricción".

Sobre bajar los días de cuarentena a cinco días, es una medida que entiende "prematura" como se vio en el último consejo interterritorial, debido al número de positivos y de ingresos hospitalarios; apuntando que "irá cayendo conforme vayan bajando las cifras". "No hay ninguna restricción, dejemos las pequeñitas para que nos acostumbremos", ha dicho.

Según Aguirre, en Andalucía lleva bien la vacunación "más una población grandísima inmunizada **tras haber cogido ómicron**, lo que nos da una inmunidad de rebaño muy grande a no ser que llegue una variante nueva", pero ha señalado que "somos un trozo muy pequeñito de un mundo globalizado", se trata de "una pandemia y aunque aquí vamos bien, en otros sitios a nivel mundial no tanto".

Sobre una cuarta dosis de vacuna, Aguirre ha indicado que va a depender de lo que diga la Organización Mundial de la Salud (OMS), de la Agencia Europea del Medicamento, aunque ha asegurado que "ahora mismo no se contempla, aunque hay estudios", igual que se está valorando la vacuna para niños de cero a cinco años.

# 11 síntomas silenciosos del COVID persistente

Los contagiados con el coronavirus que sufren el síndrome de COVID persistente suelen presentar unos 36 síntomas de media durante más de 6 meses.



Estos son 11 síntomas silenciosos mas frecuentes de las 206 afecciones que se han identificado para los casos de COVID prolongado.

## **Astenia:**

La astenia es el término médico para el cansancio. Es una de las afecciones más incapacitantes para muchos de los pacientes con COVID persistente.

## **Dolores de cabeza**

Los dolores de cabeza del COVID-19 suelen manifestarse en ambos lados de la cabeza, como una presión o punzada, durar más de 3 días, ser resistentes a los analgésicos y pasar de moderado a severo.

## **Parestesia**

Esta afección se caracteriza por la pérdida de sensibilidad o entumecimiento debido a la compresión o irritación de los nervios, pero también puede aparecer por otras enfermedades.

## **Dispraxia**

El trastorno psicomotriz es más común en la infancia y se caracteriza por experimentar cierta lentitud, torpeza o dificultad para realizar movimientos.

## **Dificultad de memoria**

Un 16% de los afectados han notificado la pérdida de memoria, que se ha posicionado como uno de los 5 síntomas neurológicos más comunes.

## **Trastornos de la atención**

La dificultad para concentrarse o para prestar atención es el segundo síntoma neurológico más común.

## **Mareos**

Las confusiones, problemas relacionados con la capacidad de movimiento y los mareos podrían afectar desde un 3% de los pacientes hasta la mitad del mismo grupo.

## **Estado de ánimo bajo**

Entre ellos la ansiedad, que aparece en un 13% de los casos, la depresión (12%), los problemas de sueño (11%) o la disforia (2%), por ejemplo.

## **Disnea**

La dificultad para respirar ha sido, desde los inicios de la pandemia, uno de los síntomas más comunes del COVID-19

## **Palpitaciones**

Las palpitaciones (11%), el aumento de la frecuencia cardíaca en reposo (11%) y el dolor en el pecho (16%) son otros de los síntomas localizados más frecuentes de los pacientes con COVID persistente.

## **Debilidad muscular**

la debilidad muscular es uno de los síntomas más comunes e incapacitantes de los pacientes con COVID persistente. Dicha afección podría acompañar a la fatiga y a los dolores articulares.

# Incremento de los casos de sarna durante la pandemia: cómo evitar contagios

Un pequeñísimo ácaro es el causante de esta enfermedad que provoca molestos picores.

La sarna es una enfermedad que ha ido creciendo en número de casos desde hace casi una década. Este aumento de la incidencia de esta patología se ha intensificado durante la pandemia que estamos viviendo. La sarna, también llamada escabiosis, es causada por un pequeño ácaro de ocho patas llamado *Sarcoptes scabiei*, que provoca fuertes picores al desplazarse por la epidermis. Este ácaro es capaz de sobrevivir hasta un mes en la piel humana y ataca a personas de todo tipo sin distinción de género, edad o raza.

Hay varias explicaciones para este aumento de la presencia de sarna. El confinamiento provocó un mayor contacto entre personas y como este ácaro se transmite de piel a piel el número de contagios se multiplicó. Por otro lado, el ácaro también puede quedar escondido en la ropa de cama o en otros lugares de la casa como el sofá y desde allí infectar a las personas. Otro factor que ha podido contribuir ha sido el retraso en el diagnóstico a causa de la saturación de la atención hospitalaria durante los meses de mayor incidencia de la COVID-19.

## Síntomas de la sarna

La sarna presenta algunos síntomas fáciles de identificar. El primero y más obvio es un picor continuado que se intensifica durante la noche. Además, va acompañado por la aparición de pequeñas protuberancias en la piel. Aunque pueden aparecer en cualquier parte del cuerpo, los lugares más frecuentes son: las rodillas, entre los dedos de las manos, las axilas, los codos, los genitales masculinos, la planta de los pies o las muñecas. Estos síntomas pueden tardar más de un mes en aparecer por lo que el paciente puede contagiar la sarna sin saberlo. El tratamiento para esta enfermedad consiste en la aplicación de fármacos llamados escabicidas frecuentemente en forma de cremas y lociones.

## Cómo prevenir

Hay una serie de pautas muy sencillas que ayudan a protegerse del contagio. El principal es no tener contacto con la piel de personas infectadas. Tampoco es conveniente compartir ropa ni toallas. Otra recomendación es lavar con agua caliente toda la ropa, incluidas las toallas. Es aconsejable secar la ropa a temperatura alta. Los objetos que no se puedan lavar deben aislarse, por ejemplo en una bolsa cerrada herméticamente durante un tiempo prudencial de como mínimo un par de semanas. De esta forma, los ácaros que puedan hallar-se en estos objetos morirán al carecer de alimento.

