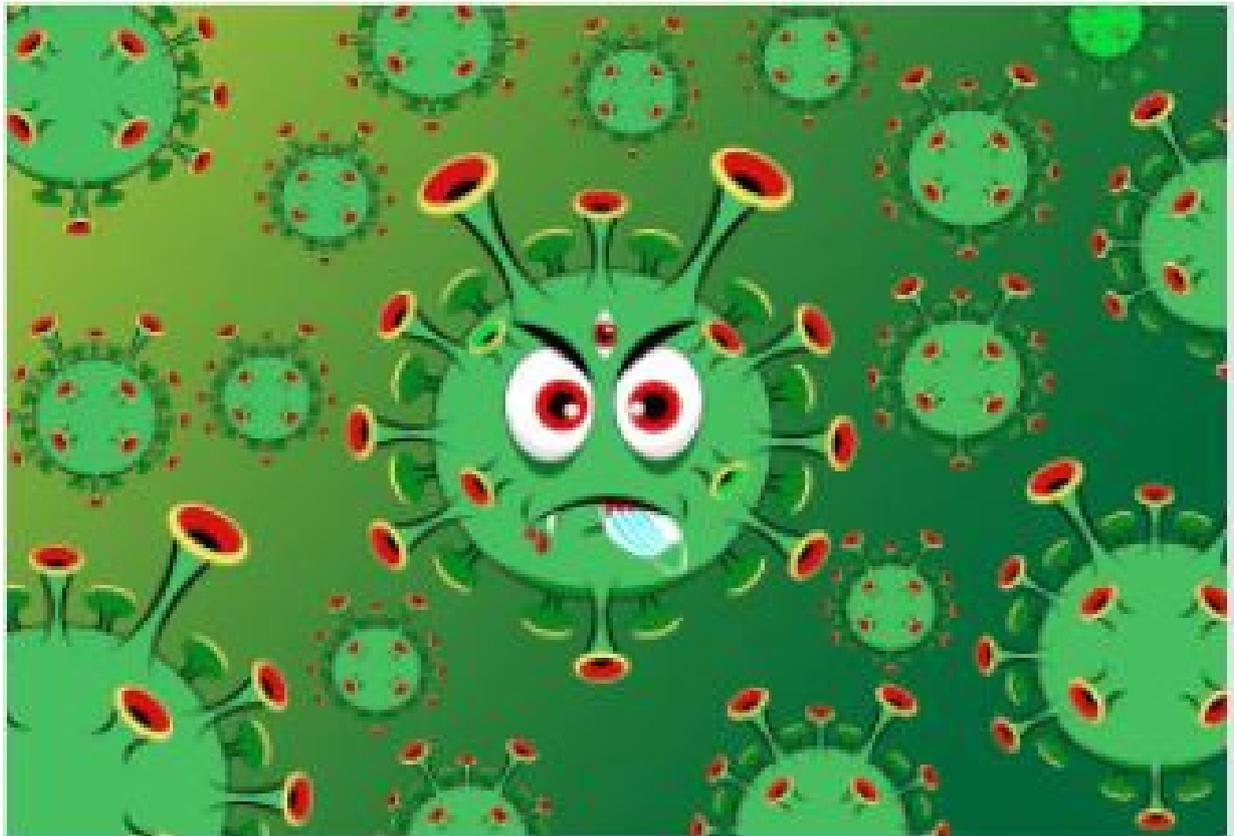


NEWSLETTER

COVID-19

Información periódica para los trabajadores y trabajadoras



Información COVID-19

Seguridad y Salud Frente al COVID-19

INFORMACIÓN INSTITUCIONAL PREVENTIVA:

Prevención de Riesgos
Laborales y Salud
Laboral

La actualidad en torno a la pandemia de coronavirus Covid-19 de este jueves 12 de mayo viene determinada por el progresivo aumento de los contagios, que lleva a que la teoría de una séptima ola adquiera cada vez más fuerza. Así lo reafirman los últimos datos ofrecidos por el Ministerio de Sanidad, que elevan 30 puntos la incidencia acumulada entre mayores de 60 años respecto a la semana anterior. Además, las comunidades autónomas han notificado casi 50.000 positivos y 254 fallecimientos a su estadística.

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

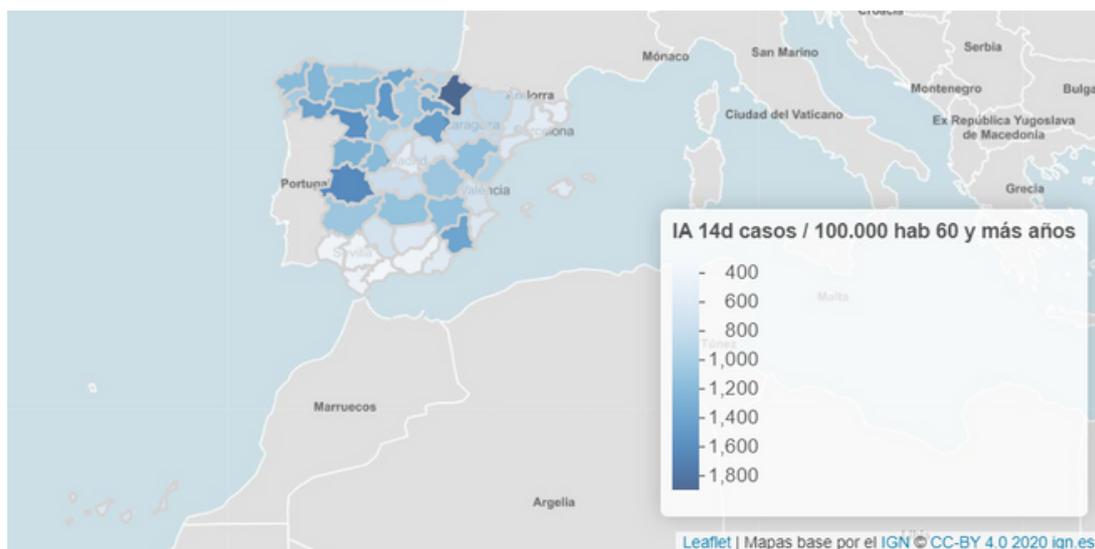
Situación actual

Datos consolidados a 10 de mayo

La actualización de casos de COVID por parte del Ministerio se ha realiza 2 veces a la semana. Los datos están actualizados a 10-05-2022



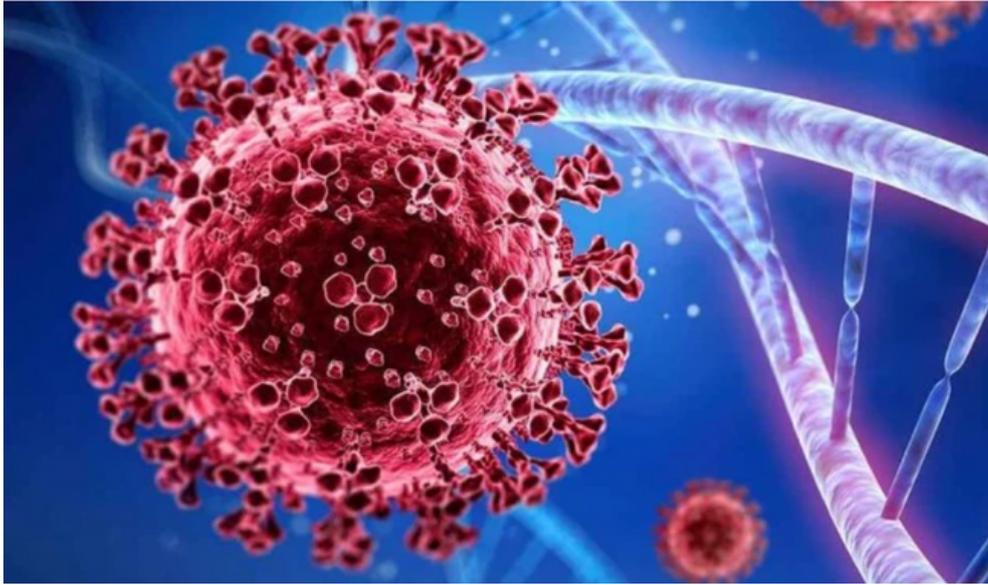
Mapa de incidencias acumuladas por provincia



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. (10 de mayo)

¿Una séptima ola de reinfecciones?

Mientras España vive la sensación de que 'todos están contagiándose' otra vez, la séptima ola presenta características únicas que analizamos con personas expertas



La actualidad en torno a la pandemia de coronavirus Covid-19 de este jueves 12 de mayo viene determinada por el progresivo aumento de los contagios, que lleva a que la teoría de una séptima ola adquiera cada vez más fuerza. Así lo reafirman los últimos datos ofrecidos por el Ministerio de Sanidad, que elevan 30 puntos la incidencia acumulada entre mayores de 60 años respecto a la semana anterior. Además, las comunidades autónomas han notificado casi 50.000 positivos y 254 fallecimientos a su estadística.

Ante una situación como la actual, la hipótesis de una 'séptima ola' de Covid en España, favorecida por la irrupción de nuevas 'versiones' de Ómicron entre las que destaca la variante supercontagiosa XE, tiene cada vez más consistencia. Sin embargo, la administración de una cuarta dosis de vacuna de forma generalizada sigue generando dudas, hasta el punto de que la OMS asegure que no hay evidencia científica suficiente para su aplicación y haya investigaciones que hablen de 'techo de inmunidad' a partir de la tercera dosis en ciertos sujetos.

Nuestro país vive en la sensación de que 'todo el mundo lo está pillando'. Otra vez. Se despiertan los fantasmas de la sexta ola. Los datos del Ministerio de Sanidad acompañan esa impresión, aunque no al nivel que se registró la pasada Navidad. Los contagios en mayores de 60 años han crecido de media un 3,5% en la última semana. Sin embargo, la disparidad entre regiones es clara. Y las preocupaciones se centran en octogenarios y nonagenarios: su incidencia a 14 días roza los 2.000 casos por cada 100.000 extremeños o murcianos.

Por regla general, parece que un amplio grupo de comunidades autónomas se estarían acercando al pico de esta llamada séptima ola. Sobre todo, las que más disparada tienen la incidencia. Con previsión de crecimiento están País Vasco, Navarra, La Rioja, Madrid, Canarias, Ceuta y Melilla. En estas regiones, la incidencia a siete días es mayor que la mitad de la incidencia a dos semanas (un indicador de que está aumentando la transmisión).

Nadie sabe exactamente cuántos contagios reales hay ahora entre población no mayor de 60. El virus circula confundido entre alergias y otros virus leves, según profesionales de Primaria. Pero de media, hay prácticamente el doble de personas hospitalizadas con covid que hace dos semanas. Afortunadamente, no hay un crecimiento en UCI, como solía corresponder a la secuencia de olas anteriores. Algo ha cambiado.

¿Una séptima ola de reinfecciones? ¿O una larga meseta de altibajos?

Justo cuando se cumplían dos años de la declaración de pandemia, España mira de reojo a lo que parece una séptima ola de una covid que nos pilla sin mascarilla. Pero con relativa tranquilidad en los hospitales.

Reinfectados leves o asintomáticos que contagian silenciosamente

Cayeron las restricciones y la sensación de que estamos en una pandemia. La relajación ha sido generalizada y hasta quienes fueron más cautos terminan contagiados. No se descarta que este sea el motor de la séptima ola, hay seguramente muchísima más gente que se está contagiando ahora silenciosamente, como confirma Muchas veces, la reinfección es asintomática o mucho más leve, aunque cada paciente es distinto".

Fin a las últimas normas Covid en los colegios: ni grupos 'burbuja' ni veto a los padres en los centros

El protocolo quita la distancia de seguridad de 1,2 metros en las aulas y ya no habrá sitios fijos en el comedor ni en el autobús escolar

El Gobierno ha quitado casi todas las medidas contra el Covid en los centros educativos. La incidencia aún está alta y se ha disparado el virus entre la población de mayor edad, pero la escuela vuelve a la era pre-pandémica.

A lo largo del curso escolar las restricciones se han ido relajando. Septiembre comenzó con ratios habituales (25 alumnos en Infantil y Primaria, 30 en ESO y 35 en Bachillerato); en febrero desaparecieron las mascarillas de los patios y en abril dejaron de ser obligatorias en interiores. Entre medias se eliminaron las cuarentenas. La Comisión de Salud Pública aprobó la semana pasada un nuevo protocolo que no se publicitó. Éstos son los cambios:

SIN SEPARACIÓN

Se elimina la distancia de seguridad de 1,2 metros en las aulas que debían mantener los alumnos de los últimos cursos de Primaria, la ESO, Bachillerato y FP. Se vuelve, por tanto, a las clases de siempre.

SÓLO EN EL COMEDOR

Los grupos de convivencia estable o burbujas en que se dividieron los alumnos de Infantil y los primeros cursos de Primaria se rompen porque sus miembros ya pueden interactuar entre sí tanto en exteriores como en interiores, excepto en el comedor, donde siguen los turnos y espacios propios. Este curso ya podían mezclarse pero sólo al aire libre.

TUTORÍAS PRESENCIALES

Hasta ahora, se decía a los padres que se comunicaran con el colegio por teléfono o email y que sólo entraran en el edificio en caso de que el profesorado así lo considerara. Es decir, se les pedía que evitaran ir. Ahora «se permite el acceso de familias tanto a espacios interiores como al aire libre». También regresan las tutorías presenciales con las familias en espacios interiores bien ventilados, aunque «se recomienda que se prioricen» las que son en exteriores. Es el fin de las reuniones por Zoom.

AUTOBÚS ESCOLAR

Ya no habrá asientos fijos para el alumnado en el transporte escolar. Se sigue recomendando priorizar el transporte activo (a pie o en bicicleta) para evitar compartir espacios cerrados.

MANOS

Antes se pedía una higiene de manos «de forma frecuente y meticulosa» y en todo caso un mínimo de cinco veces al día. Ahora sólo se pide una higiene de manos «de forma correcta».

MASCARILLA

En febrero dejó de ser obligatoria en exteriores y en abril se quitó en interiores. Pero algunos la siguen usando y el protocolo, de hecho, dice que «debe cuidarse y prevenirse el estigma de las personas que, con condiciones de riesgo para el Covid-19 o por decisión personal, sigan utilizando las mascarillas, independientemente de la obligatoriedad o no del uso».

HORARIOS

Ya no habrá que establecer entradas y salidas en horarios escalonados, ni organizar el tiempo de recreo, patio y comedor por turnos.

EXCURSIONES

Se primarán las salidas a entornos cercanos, pero ya no habrá que dejar hileras de asientos vacías entre los alumnos.

LIMPIEZA

Se mantiene que hay que desinfectar los espacios al menos una vez al día, aunque los aseos ya no hay que limpiarlos dos o tres veces. El comedor, que antes había que revisar entre turno y turno, ahora se hará como sin pandemia.

VENTILACIÓN

Antes se recomendaba la ventilación cruzada «si es posible» de forma permanente y ahora se obliga. Hay que airear las instalaciones y pasillos durante 15 minutos al inicio y al final de la jornada, durante el recreo y entre clases. Se puede usar ventilación mecánica o purificadores de aire. En actividades que impliquen gritar, cantar o hacer ejercicio se recomienda salir al exterior o ventilar más las aulas.

La ministra de Sanidad pide "prudencia"

Carolina Darias ha asegurado que en al menos 9 territorios el nivel de trasmisión del covid mantiene una tendencia ascendente.

Carolina Darias, ministra de sanidad ha asegurado que en al menos 9 territorios el nivel de trasmisión del covid mantiene una tendencia ascendente, mientras que en otros 10 se encuentra estabilizado, y ha realizado un llamamiento a la "prudencia" a los ciudadanos que tengan "síntomas compatibles" para que sigan con las medidas de control y protección.

La ministra ha apuntado que la incidencia acumulada a 14 días en los ciudadanos de 60 años y que se encuentra actualmente cerca de los 850 casos con una evolución dispar según la comunidad o ciudad autónoma.

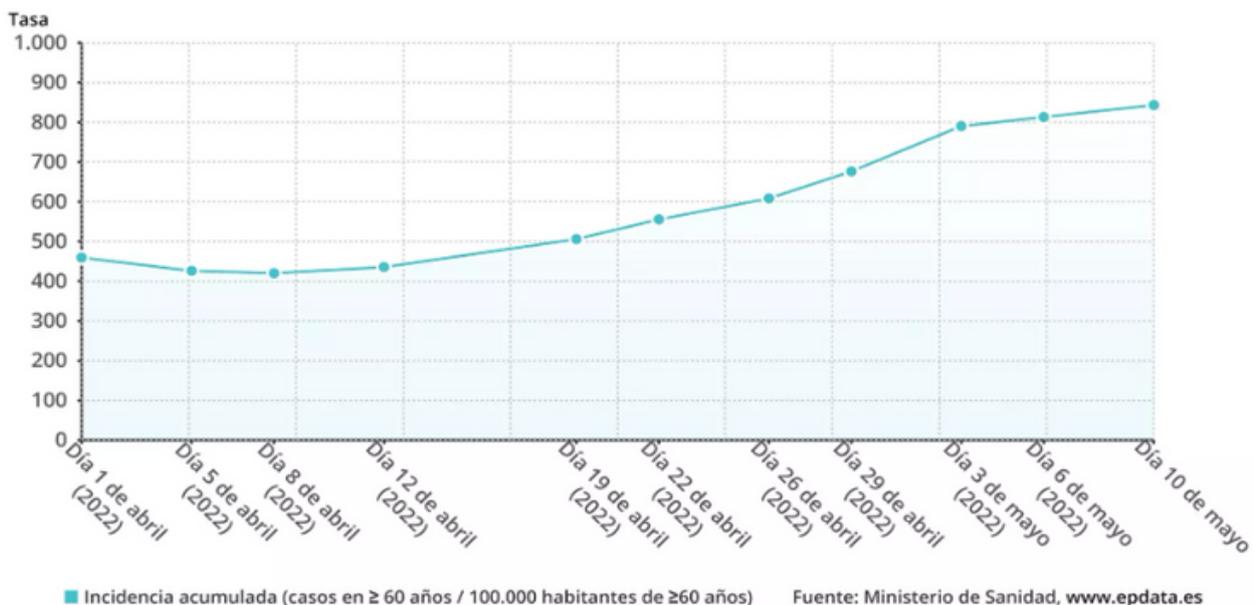
Darias ha apuntado "a **cierta estabilización**" en general de la incidencia en España tras semanas de repuntes, propiciados por los festivos de abril y mayo, pero matizado que son datos que deben tomarse "con toda la cautela".

Según el último informe de Sanidad de ayer, **la incidencia entre los mayores de 59 años en España ha aumentado desde el final de la Semana Santa en 288 puntos**, hasta los 843 casos, mientras que 11 territorios superan ya los mil casos, es decir que duplican o triplican el riesgo muy alto de trasmisión: Murcia (1.686), Ceuta (1.667), La Rioja (1.580), Extremadura (1.530), Castilla y León (1.447), Cantabria (1.441), Galicia (1.319), Asturias (1.235), Navarra (1.118), País Vasco (1.065) y Castilla-La Mancha (1.074).

No obstante, Darias ha recordado que **en la última oleada se ha reducido la gravedad de la enfermedad** que provoca el Sars-Cov-2, una situación que se refleja actualmente en los indicadores hospitalarios, cuya media global roza el 5,9 % y, concretamente en UCI, se encuentra en el 3,9 %.

Ha recordado que el actual contexto epidemiológico, con un alto nivel de vacunación, ha permitido flexibilizar las medidas, al tiempo que ha reiterado su llamamiento a la prudencia "a todas las personas con síntomas compatibles" para que sigan manteniendo medidas de control y protección, como el uso de la mascarilla en caso de sintomatología o reducir la interacción social para proteger principalmente a los más vulnerables, entre otras recomendaciones que marca Sanidad.

Incidencia acumulada de casos de coronavirus en los últimos 14 días en personas a partir de los 60 años en España



La mascarilla seguirá siendo obligatoria en el transporte público y en los vuelos en España

A pesar de la recomendación del Centro Europeo para la Prevención y el Control de las Enfermedades (ECDC).



La mascarilla seguirá siendo obligatoria en el transporte público y en los vuelos. La ministra de Sanidad, Carolina Darias, ha asegurado este miércoles al finalizar el Consejo Interterritorial de Salud Pública que, siguiendo la normativa aprobada el pasado mes de abril, las mascarillas no serán necesarias en los andenes, ni en los aeropuertos, pero sí en el transporte público, lo que incluye los vuelos.

La titular de Sanidad ha hecho estas declaraciones después de que la Agencia de Seguridad Aérea de la Unión Europea (EASA) y el Centro Europeo para la Prevención y el Control de Enfermedades (ECDC) eliminase la recomendación del uso obligatorio de mascarillas en aeropuertos y a bordo de un vuelo, al tiempo que señalaban que la mascarilla es una de las mejores protecciones contra la transmisión del coronavirus.

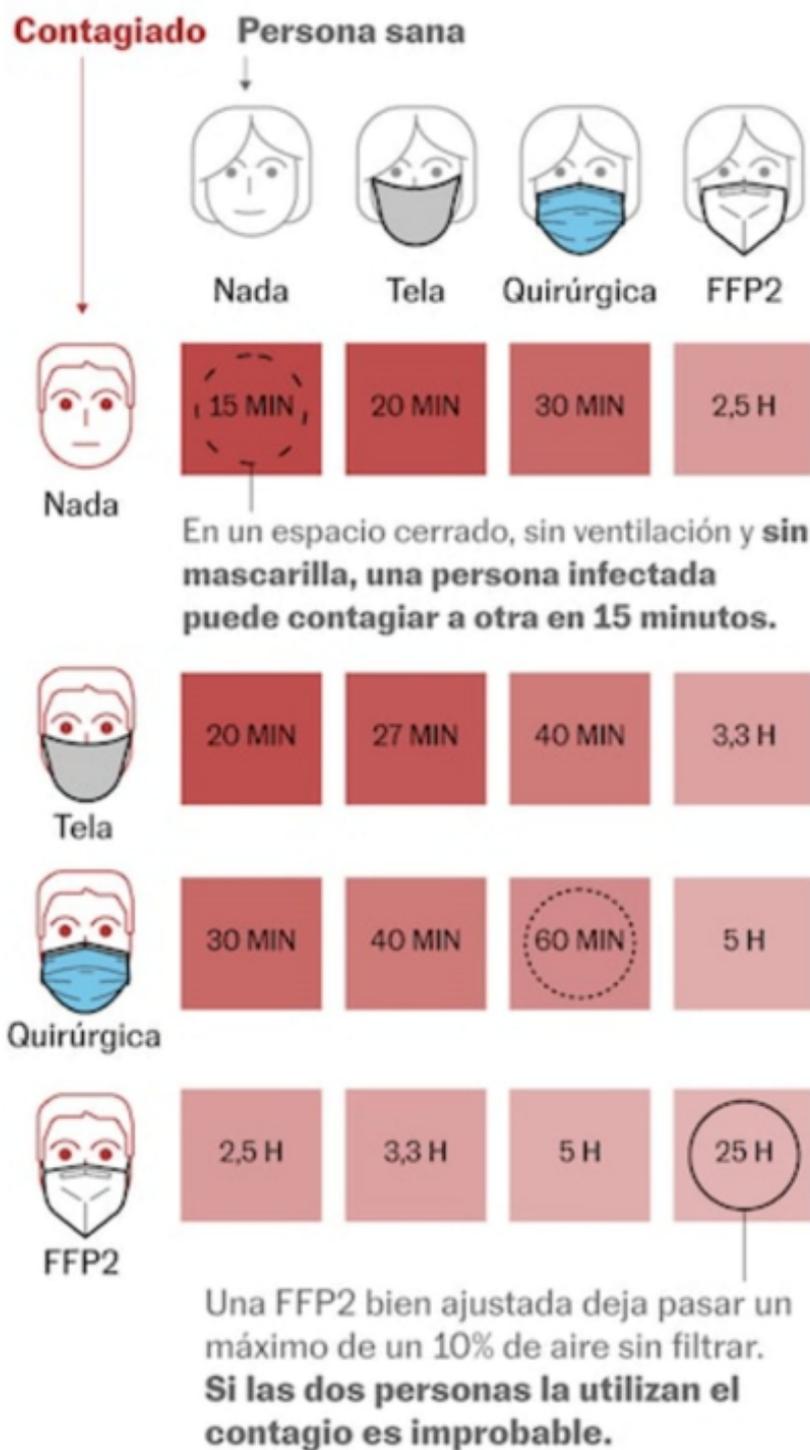
Además, ha recordado que los citados organismos europeos han recomendado a los operadores de vuelos que mantengan el uso de las mismas, antes de insistir en que España "hace muy poco" que decidió extender la obligación de llevar la mascarilla en los transportes públicos. "En España, hace muy poco que hemos aprobado esta medida. Todas tienen que tener un camino e ir siempre de la mano de la prudencia, la gradualidad y la proporcionalidad", ha recalcado.

En este sentido, Carolina Darias ha recordado que el decreto aprobado por el Ejecutivo el pasado mes de abril establece que no es obligatorio el uso de los cubrebocas ni en los andenes ni en los propios aeropuertos, pero sí en transportes públicos y en vuelos.

Además, ha dicho que los citados organismos europeos han recomendado a los operadores de vuelos que mantengan el uso de las mismas, antes de insistir en que España "hace muy poco" que decidió extender la obligación de llevar la mascarilla en los transportes públicos.

"Todas las medidas tienen que tener un recorrido y por lo tanto hay que ir caminando de la mano de la prudencia y de la proporcionalidad como hasta ahora y siempre con la unanimidad en las propuestas de las personas expertas que nos asesoran y en este caso con la práctica unanimidad del Interterritorial", ha añadido Darias.

Cuánto tiempo tardarías en contagiarte de covid según el tipo de mascarilla



*Todos los tiempos de contagio del gráfico han sido calculados en un espacio cerrado, sin ventilación y a una distancia de dos metros entre las dos personas.

Fuente: ACGIH y CDC (Centro del Control de Enfermedades de EEUU).

El 55% de hospitalizados covid tiene al menos una secuela dos años después

El mayor estudio de seguimiento hasta la fecha muestra que se necesitan más de 24 meses para recuperarse al completo

Los síntomas por haber padecido un Covid-19 grave pueden alargarse hasta los dos años. Según el mayor estudio de seguimiento realizado hasta la fecha, la mitad de los pacientes (55 por ciento) que ingresaron en el hospital a causa del SARS-CoV-2 preservaron una secuela dos años después. Un porcentaje que sube al 68 por ciento si el periodo se reduce a los seis meses posteriores.

El estudio, revisado por pares y publicado en la revista The Lancet, siguió a 1.192 pacientes en China que ingresaron por covid en el Hospital Jin Yin-tan, en Wuhan, entre el 7 de enero y el 29 de mayo de 2020. Para averiguar el estado de salud de los supervivientes al Covid-19, los investigadores realizaron pruebas a los 6, 12 y 24 meses. Estas consistieron en una caminata de 6 minutos, cuestionarios sobre síntomas, evaluaciones de salud mental, uso de servicios sanitarios tras el alta, reincorporación al trabajo y análisis de muestras en el laboratorio.

Independientemente de la gravedad inicial de la infección, las pruebas mostraron una mejora en la salud física y mental con el paso del tiempo y la mayoría pudo volver a su trabajo. Sin embargo, el estado general de salud alcanzado a los dos años es menor al registrado por la población general, con una carga de "secuelas sintomáticas bastante alta".

¿Cuáles fueron los síntomas más frecuentes?

Según detallan los científicos chinos, la **fatiga y la debilidad muscular** fueron los síntomas más frecuentes. Ambos representaron el 52 por ciento de las secuelas a los seis meses y el 30 por ciento a los dos años.

Estos síntomas prolongados del covid se relacionaron con una disminución de la calidad de vida relacionada con la salud, la capacidad de hacer ejercicio, anomalías psicológicas y un mayor uso de la atención médica después del alta.

Uno de los síntomas que mejor evolución presentó fueron los mentales. Según los datos del estudio, la proporción de participantes que informaron síntomas de ansiedad o depresión pasó del 23 por ciento a los 6 meses al 12 por ciento a los 2 años.

También la proporción de personas con capacidad reducida para poder caminar disminuyó de manera constante hasta el 8 por ciento a los 2 años. Otras de las secuelas mencionadas, aunque en una proporción residual, fueron dolor en las articulaciones, palpitaciones, mareos y dolores de cabeza.

Mayor sintomatología entre los que registraron covid persistente

Otro de los datos del estudio muestra que alrededor de la mitad de los participantes del estudio (650/1190) tenían síntomas de longcovid a los dos años e informaron una calidad de vida más baja que aquellos sin longcovid.

Los participantes con covid persistente informaron con mayor frecuencia de problemas con su movilidad (5 por ciento) o niveles de actividad reducidos (4 por ciento) que aquellos sin longcovid (1 y 2 por ciento, respectivamente). Las evaluaciones de salud mental también encontraron que el 13 por ciento mostraba síntomas de ansiedad y el 11 por ciento tenía síntomas de depresión, mientras que para los participantes que no tenían longcovid las proporciones eran del 3 y 1 por ciento, respectivamente.

A su vez, los participantes con longcovid usaron con más frecuencia los servicios de atención médica después de recibir el alta, con un 26 por ciento que informó una visita a la clínica ambulatoria en comparación con el 11 por ciento de los participantes sin covid prolongado. Además, con un 17 por ciento, la hospitalización entre los participantes con covid prolongado fue superior al 10 por ciento informado por los participantes sin esta enfermedad.

"El seguimiento continuo de los sobrevivientes de Covid-19, particularmente aquellos con síntomas de Covid prolongado, es esencial para comprender el curso más prolongado de la enfermedad, al igual que la exploración adicional de los beneficios de los programas de rehabilitación para la recuperación. Existe una clara necesidad de brindar apoyo continuo a una proporción significativa de personas que han tenido Covid-19 y comprender cómo las vacunas, los tratamientos emergentes y las variantes afectan los resultados de salud a largo plazo", asegura.

Corea del Norte declara la "emergencia nacional" por la COVID

Medios norcoreanos han informado del primer contagio por COVID-19 de la variante Ómicron. El país no había notificado ningún caso ni plan de vacunación.



Diez años después del comienzo de la pandemia por coronavirus a nivel global, y tras no reportar ningún contagio por COVID-19 a la Organización Mundial de la Salud (OMS) durante este tiempo, el Gobierno de Corea del Norte ha declarado el "estado de emergencia".

El motivo, la detección del primer contagio de la variante Ómicron en el país. Según ha informado la agencia de noticias 'KCNA', y según recoge 'EFE', las autoridades de Piongiang detectaron que varias personas que se sometieron a un test presentaron fiebre. Por otra parte, el citado medio aclara que el politburó del Partido de los Trabajadores norcoreano, con Kim Jong-un al frente, decidió implementar el estado de emergencia para "gestionar la crisis sanitaria".

Corea del Norte mantuvo desde marzo de 2020 un plan estricto para evitar la entrada de cualquier persona al país desde el extranjero. Una medida decretada por el Ejecutivo de Kim con el objetivo de evitar la entrada del SARS-CoV-2. Desde entonces, ha adoptado diferentes medidas para tratar de prevenir nuevos contagios. Entre ellas, desinfectar las importaciones procedentes de China, principal país suministrador de materias primas.

De hecho, no fue la única decisión del país para tratar de impedir a toda costa la entrada o salida del país. Otras decisiones adoptadas fueron el refuerzo de las vallas fronterizas, así como ejecutar la orden de disparar a toda persona que se acercase a la divisoria. El propio Kim definió esta crisis como "la más seria de las crisis", e instó a las autoridades a ejecutar con firmeza y decisión todas las medidas preventivas.

Corea del Norte, un país sin plan de vacunación

Sin embargo, el problema de Corea del Norte no sólo reside en los nuevos casos notificados de la subvariante BA.2 de la variante Ómicron, sino en el hecho de no contar con vacunas contra la COVID-19 para proteger a la población contra el virus.

El país rechazó a finales de 2021 dos envíos de vacunas fabricadas por AstraZeneca y Sinovac. De hecho el país norcoreano es, junto a Eritrea, el único que no ha reportado ningún dato de vacunación contra el coronavirus a la Organización Mundial de la Salud (OMS). Además, tampoco cuenta con un plan específico para vacunar a su población, mayormente concentrada tanto en la capital, Piongyang.