



MINISTERIO
DE SALUD

**Recomendaciones para el abordaje integral por
la enfermedad COVID-19 en personas con enfermedades
crónicas no transmisibles y personas adultas mayores**



MINISTERIO
DE SALUD

**Recomendaciones para el abordaje integral por
la enfermedad COVID-19 en personas con enfermedades
crónicas no transmisibles y personas adultas mayores**

2020 Ministerio de Salud



Está permitida la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o formato, siempre que se cite la fuente y que no sea para la venta u otro fin de carácter comercial. Debe dar crédito de manera adecuada. Puede hacerlo en cualquier formato razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen apoyo de la licencia.

La documentación oficial del Ministerio de Salud, puede Consultarse en el Centro Virtual de Documentación Regulatoria en: <http://asp.salud.gob.sv/regulacion/default.asp>

Primera Edición, 2020

Autoridades

Dra. Ana del Carmen Orellana Bendek, Ministra de Salud

Dr. Francisco José Alabi Montoya, Viceministro de Operaciones en Salud

Dr. Carlos Gabriel Alvarenga Cardoza, Viceministro de Gestión y Desarrollo

Equipo técnico

Dra. Mayra Patricia Erazo Navas, Dr. Matías Humberto Villatoro,

Dra. Marina Andrea Chacón, Lic. José Boris Ramírez, Dr. Carlos Manuel Orantes, Dra. Reina Hernández Santamaría,

Licda. Estela Alvarenga Alas, Dra. María Elena Marroquín Sales, Dr. Jorge Alberto Ramírez Díaz, Dirección de Enfermedades No Transmisibles.

Edición

Edwin López Morán

Dirección de Regulación y Legislación en Salud

Ministerio de Salud

Calle Arce No. 827, San Salvador. Teléfono: 2591 7000

Página oficial: <http://www.salud.gob.sv>

Recomendaciones para el abordaje integral por la enfermedad COVID-19 en personas con enfermedades crónicas no transmisibles y personas adultas mayores

Personas con mayor riesgo

¿Quién tiene un mayor riesgo?

La información generada durante el abordaje de la epidemia en China, donde inició la enfermedad por la COVID-19, muestra que algunas personas tienen mayor riesgo de enfermar severamente. Entre ellas se incluyen:

- a) Personas adultas mayores (independientemente de su condición de salud)
- b) Personas con condiciones médicas crónicas como:
 - Enfermedades cardiovasculares.
 - Diabetes mellitus.
 - Enfermedad pulmonar crónica.
 - Insuficiencia renal crónica, principalmente con requerimientos de terapia dialítica.
 - Cáncer (énfasis en pacientes recibiendo tratamiento).
 - Trasplante de órganos.
 - En terapia inmunosupresora.

Prepárese ahora para la COVID-19

a) Tenga sus medicamentos e insumos disponibles:

- Asegúrese de contar con los medicamentos prescritos para su condición de salud.
- Comuníquese con el personal de salud de la institución del Sistema Nacional Integrado de Salud en la que recibe tratamiento para preguntar sobre el reabastecimiento de sus medicamentos.
- Asegúrese de contar con: termómetro, glucómetro y tiras reactivas, tensiómetro o espaciador de volumen, entre otros. En caso de no contar con lo antes mencionado, deberá buscar atención en el establecimiento de salud más cercano.

b) Tome otras precauciones

- No automedicarse, ni subestimar ninguna manifestación clínica.
- Recibir vacuna contra la influenza según recomendaciones nacionales y disponibilidad.
- Atender las recomendaciones emitidas por las instituciones del Sistema Nacional Integrado de Salud para prevenir la enfermedad por COVID-19
- Recuerde marcar al 132 del Sistema de Emergencias Médicas si presenta signos de alarma por la enfermedad por COVID-19 o agudización de su enfermedad crónica:
 - Fiebre mayor o igual a 38° C
 - Dificultad para respirar o falta de aliento
 - Tos intensa

Se pueden además presentar:

- Ruidos pulmonares anormales.
- Cefalea (dolor de cabeza)
- Mialgias – artralgias (dolor musculoesquelético)
- Dificultad para deglutir (disfagia)
- Trastornos gastrointestinales

d) En caso de que usted viva solo(a) manténgase en contacto con otras personas por teléfono o correo electrónico para pedir ayuda a amigos, familiares, vecinos o trabajadores de salud comunitarios, entre otros.

- e) Determine quién puede brindarle atención si la persona que lo cuida se enferma.
- f) Abastecerse de alimentos e incluir los no perecederos para tener disponibles en su hogar.
- d) Reducir la frecuencia de acceso de la persona responsable de la limpieza del dormitorio o baño (artículos y superficies sucias) para evitar el contacto innecesario con la persona enferma.

Si las autoridades del Ministerio de Salud confirman la presencia de nuevos casos de enfermedad por COVID-19, tome medidas adicionales para poner distancia entre usted y otras personas y reducir aún más su riesgo de estar expuesto a este nuevo virus.

Además, considere formas de llevar alimentos a su casa a través de redes familiares, sociales o comerciales.

Controle su enfermedad crónica:

Metas para lograr o mantener un estado metabólico adecuado, para mejorar la calidad de vida y prevenir o retrasar las complicaciones de las enfermedades no transmisibles:

Parámetro	Meta
Presión arterial	Presión arterial sistólica menor de 140 mmHg y la de presión arterial diastólica menor de 90 mmHg.
Glicemia en ayunas	Entre 70 y 130 mg/dl
Hemoglobina glicosilada	Igual o menor a 7%

NOTA: Tasa de filtrado glomerular y albuminuria para evaluar función renal

Recomendaciones nutricionales

- Cubrirse la boca con mascarilla a la hora de preparar los alimentos. Los contaminantes llegan al alimento por medio de la persona que los manipula.
- Limpiar frecuentemente superficies, mobiliario, lavamanos y otras áreas del hogar con lejía (hipoclorito de sodio).
- Al comprar alimentos en el supermercado, seleccione productos con fechas de vencimiento largas.
- Consumir alimentos calientes y refrigerar si es necesario.
- Mantener los alimentos protegidos en todo momento.
- Al momento de servir el alimento, utilice cubiertos, evitar la manipulación directa con la mano.
- No compartir los utensilios de comida (cubiertos y vasos) fuera del hogar. Utilizar desechables.
- Lavar y desinfectar los utensilios de cocina y comida con agua hirviendo, lejía (hipoclorito de sodio) y puriagua.
- Ingerir alimentos ricos en vitaminas y minerales para fortalecer las defensas del organismo.
- Consumir diariamente por lo menos dos porciones de fruta y tres de vegetales.
- Prefiera frutas que contengan vitamina C tales como: limón, naranja, guayaba, mandarina, fresas, piña y otras.
- Consumir al menos 8 vasos de agua al día para mantener hidratado el organismo, o de acuerdo con la indicación de su médico.

- Practicar todos los días una alimentación variada y saludable. Evite los alimentos con alto contenido de azúcar y grasas.

Recomendaciones de actividad física

- Realizar actividad física en casa o en espacios ventilados, según prescripción médica.
- Cuando realice actividad física, recuerde hidratarse.
- Limpiar el equipo que utiliza para realizar su actividad física

Recomendaciones farmacológicas

- No deje de tomar sus medicamentos. Esto es fundamental, debe seguir las instrucciones recibidas por el médico o farmacéutico del establecimiento de salud, en cuanto a: qué debe tomar, cómo, con qué frecuencia, y en qué cantidad.
- Si usted necesita salir con urgencia o salir de casa, no olvide llevar sus medicamentos y tomarlos, de acuerdo con la indicación médica.
- No tome ningún medicamento que no haya sido prescrito por el médico (evitar automedicación).
- No consuma alcohol o tabaco, principalmente cuando tome medicamentos, ya que este puede producir efectos negativos en su tratamiento.
- Almacene sus medicamentos en lugares adecuados, alejados del calor y de la humedad y, de esta forma evitará la descomposición de los medicamentos.

Si usted es responsable de cuidar a una persona adulta mayor (independientemente de su condición de salud), tome en consideración lo siguiente:

- Recuerde marcar al 132 del Sistema de Emergencias Médicas, si la persona adulta mayor presenta signos de alarma de enfermedad por COVID-19 o agudización de la enfermedad crónica.
- Practicar las medidas preventivas antes mencionadas, incluyendo su protección personal.
- Conocer qué medicamentos está tomando su familiar y garantizar la administración de estos, según indicaciones médicas.
- Mantener disponibilidad de alimentos para cumplir con el tratamiento nutricional prescrito.

Cómo actuar ante la infección por COVID-19, si tengo una enfermedad crónica

Si contrae la enfermedad por coronavirus (COVID-19), usted puede presentar un deterioro de su enfermedad crónica durante los días la infección por COVID-19, si no está en estricto control de su enfermedad de base. La infección por COVID-19 es prevenible y tratable, teniendo mejor pronóstico si su enfermedad crónica está controlada.

Debe de cumplir con las recomendaciones generales y específicas para evitar la descompensación de su enfermedad crónica.

Recomendaciones generales de cómo actuar ante la enfermedad por coronavirus (COVID-19) si tiene una enfermedad crónica:

- Continuar con su medicamento para la enfermedad crónica de base, de acuerdo con las indicaciones médicas; ya que el tratamiento por coronavirus no lo contraindica ni sustituye.
- Mantenerse hidratado, de acuerdo con las indicaciones médicas.
- Cumplir con el tratamiento nutricional establecido.
- Debe de consultar a su médico inmediatamente.

- Monitorizar la temperatura.
- Asegúrese de contar con sus medicamentos en la cantidad necesaria prescritos para su condición de salud, para el periodo que dure el proceso infeccioso (no automedicarse)
- Almacene sus medicamentos en lugares adecuados, alejados del calor y la humedad para evitar su descomposición. En el caso de la insulina, esta deberá mantenerse en refrigeración a una temperatura de 2 a 8°C.
- Evaluar y tratar las comorbilidades y complicaciones de las enfermedades crónicas.
- Lleve la mascarilla que se le ha proporcionado si tiene contacto con otras personas.
- Seguir las recomendaciones de las autoridades sanitarias y de su equipo de salud.

Recuerde que la recuperación de la enfermedad por COVID-19 depende del cumplimiento de las indicaciones médicas. Además, recuerde que posterior a su recuperación de la infección, debe retomar la actividad física prescrita.

Recomendaciones específicas de cómo actuar ante la enfermedad por COVID-19, si tiene diabetes mellitus

- Debe consultar al médico del establecimiento de salud inmediatamente para saber la frecuencia en que se debe controlar la glucosa en sangre.
- Monitorizar la glucosa en sangre con frecuencia, según indicaciones médicas.
- Si está en tratamiento con insulina, monitorizar los cuerpos cetónicos.
- Retomar las normas generales descritas anteriormente.

Recomendaciones de cómo actuar ante la enfermedad por COVID-19, si tiene hipertensión arterial

- Debe de consultar al médico del establecimiento inmediatamente para determinar la frecuencia de toma de presión arterial.
- Monitorizar la presión arterial con frecuencia, de acuerdo con las indicaciones médicas.
- Reportar al 132 o al médico del establecimiento de salud, los valores de presión arterial, especialmente si hay variaciones de presión muy altas o bajas (hipertensión descompensada o hipotensión).
- Retomar las normas generales descritas anteriormente.

Recomendaciones de cómo actuar ante la enfermedad por COVID-19, si tiene cáncer

- En caso de que un paciente oncológico en tratamiento activo presente síntomas (fiebre, tos seca y/o dificultad respiratoria) deberá hacerlo del conocimiento del equipo médico oncológico del hospital donde está en tratamiento.
- El equipo médico valorará de forma individualizada la idoneidad para continuar o retrasar el tratamiento en casos de infección confirmada. Esta decisión se tomará de manera multidisciplinaria con el personal médico capacitado en el hospital donde recibe su tratamiento.
- Retomar las normas generales descritas anteriormente.

Recomendaciones de cómo actuar ante la enfermedad por COVID-19 en pacientes con enfermedad renal crónica

- Comprobar su temperatura corporal en casa, signos y síntomas de alarma de la enfermedad por COVID-19 y reportar a su centro de diálisis, por vía telefónica para recibir indicaciones, o al llegar a su terapia programada.
- Si usted está en terapia dialítica o ha sido trasplantado, debe usar mascarilla y cumplir el resto de medidas de prevención recomendadas.

- Si usted está en tratamiento médico no dialítico, comprobar su temperatura corporal en casa, signos y síntomas de alarma de la enfermedad por COVID-19 y reportar al médico del establecimiento de salud o al 132.
- Retomar las normas generales descritas anteriormente.

Fuentes

- 1) Centro para la Prevención y Control de Enfermedades
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/high-risk-complications.html>
- 2) Sociedad Americana de Oncología Clínica
<https://www.asco.org/asco-coronavirus-information>
- 3) Sociedad Latinoamericana de Nefrología e Hipertensión (SLANH) Sociedad de Trasplantes de América Latina y el Caribe (STALYC) Asociación Panamericana de Infectología (API) <https://slanh.net/>
- 4) Recomendaciones modificadas y adaptadas a nuestro país, comunicación personal del Dr Francesco Iannuzzella, nefrólogo clínico Italiano en el IRCCS Arcispedale Santa Maria Nuova, Reggio Emilia. Miembro de los consejos editoriales del Giornale Italiano di Nefrologia y del Giornale di Tecniche Nefrologiche e Dialitiche.
- 5) Federación Internacional de Diabetes
https://canaldiabetes.com/como-actuar-ante-el-coronavirus-si-tengo-diabetes/?fbclid=IwAR0HFWhyGK6fWspvT7bmY5oz0bQIDlg05R_uU-Ly8GlcsEd76kV0y19p5uY
- 6) Interim Additional Guidance for Infection Prevention and Control Recommendations for Patients with Suspected or Confirmed COVID-19 in Outpatient Hemodialysis Facilities
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/healthcare-facilities/dialysis.html>
- 7) Recomendaciones modificadas y adaptadas a nuestro país por comunicación personal del Dr Francesco Iannuzzella, nefrólogo clínico Italiano en el IRCCS Arcispedale Santa Maria Nuova, Reggio Emilia. Miembro de los consejos editoriales del Giornale Italiano di Nefrologia y del Giornale di Tecniche Nefrologiche e Dialitiche.
- 8) Sociedad Latinoamericana de Nefrología e Hipertensión (SLANH) Sociedad de Trasplantes de América Latina y el Caribe (STALYC) Asociación Panamericana de Infectología (API) Recomendaciones para el manejo de pacientes portadores de enfermedad renal frente a la epidemia de coronavirus (COVID-19), Marzo 2020 - <https://slanh.net/recomendaciones-para-el-manejo-de-pacientes-portadores-de-enfermedad-renal-frente-a-la-epidemia-de-coronavirus-covid-19/>
- 9) The International Society of Nephrology. COVID-19 https://www.theisn.org/covid19?fbclid=IwAR2obKE_tP_GYmYJgGtPa_WvIcMKcw9-mtwxMMeFu48DLoGePRlrCCsLqQ
- 10) Lineamientos para personal sanitario en el manejo de las áreas de cuarentena. Ministerio de Salud de El Salvador



Ana del Carmen Orellana Bendek
Ministra de Salud