

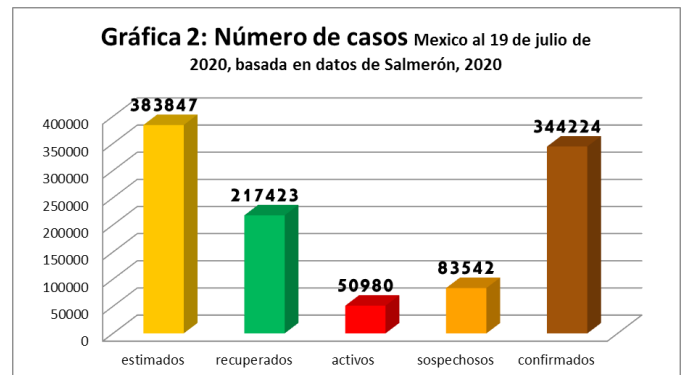
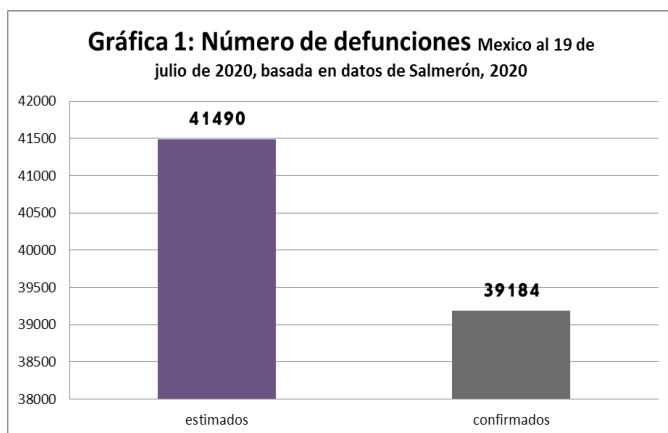


Editorial

año 10 número 39

En el transcurso del primer semestre del año 2020 la población mundial ha visto afectada su salud de manera que no tiene precedentes, por la velocidad de contagios y la letalidad causada por un virus. Atacando principalmente a personas con factores de riesgo como edad avanzada, con sobrepeso, diabetes e hipertensión arterial. Situación de salud que coloca a la Obesidad en los primeros planos de la Salud pública mundial al combinarse con el agente infecto contagioso nombrado oficialmente como coronavirus SARS-CoV-2 (COVID 19 o 2019-nCoV), que en marzo de 2020 es pandemia, por la Organización Mundial de la Salud: *...nunca antes se había visto una pandemia provocada por un coronavirus. “Y nunca habíamos visto una pandemia que todavía pueda contenerse”* (ONU, 11 de marzo de 2020). Si bien esta perspectiva es desalentadora, las acciones de los países han sido retomar las previsiones de otras pandemias y la recomendación actual: cubrir boca y nariz, resguardarse en casa y lavarse las manos con frecuencia. Desafortunadamente al paso de los meses han avanzado los contagios y las defunciones a nivel mundial. En México, si bien se han establecido medidas de prevención de contagios, sobresalen los factores de riesgo asociado de las personas que han fallecido a consecuencia de la enfermedad de COVID 19, entre estos riesgos se encuentra la condición de sobrepeso u obesidad.

Cifras al 19 de julio de 2020: (Graficas 1 y 2)



Al inicio del mes de julio de 2020, la Organización Mundial de la Salud, publica el documento o Revisión Rápida de las enfermedades no transmisibles en casos de COVID 19¹. Toma en cuenta la situación de las pruebas relativas a la COVID-19 y las enfermedades no transmisibles: una revisión rápida (OMS, 2020). Refiere a la Obesidad como enfermedad no transmitible asociada a COVID 19 que crea mayor susceptibilidad al contagio y en forma más grave. Con su vinculación con la inactividad física, el sedentarismo, conductas alimentarias poco saludables. Los estudios de la relación de estas dos pandemias están en marcha, como lo señalan Buscemi et al en 2020:

“Existen pocos estudios que describan COVID-19 con tasas de obesidad y la mayoría se basan en poblaciones heterogéneas...En los estudios de cohortes de COVID-19, las tasas de obesidad generalmente informan que no más elevadas que las cifras basadas en la población. En contraste, los subgrupos de pacientes con enfermedades críticas

1 Documento intitulado "Responder a las enfermedades no transmisibles durante la pandemia de COVID-19 y después de esta Situación de las pruebas relativas a la COVID-19 y las enfermedades no transmisibles: una revisión rápida" Organización Mundial de la Salud y Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo; 2020 (WHO/2019-nCoV/Noncommunicable_diseases/Evidence/2020.1). 2 de julio de 2020. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/335829/WHO-2019-nCoV-Noncommunicable_diseases-Evidence-2020.1-spa.pdf

(como pacientes de la unidad de cuidados intensivos informan la prevalencia más alta de obesidad" (página 1).

Con ello, debido a las condiciones de salud a nivel mundial, por el brote de la enfermedad por coronavirus (COVID-19) se vuelve aún más relevante enfatizar el cuidado de la salud física y psicológica del individuo. Con las medidas de confinamiento implementadas se han generado cambios, muchos de ellos de forma radical que trastocan los estilos de vida, las relaciones familiares, interpersonales y las salidas emergentes de continuar con las actividades en casa como las labores domésticas, el trabajo, la educación, las recreativas, privadas y colectivas, se llevan a cabo en un mismo espacio físico. Se acentúa, además de los cuidados preventivos de contagio, la promoción en la promoción del autocuidado y del cuidado familiar. Las rutinas han cambiado y la prevención es la mayor estrategia frente a ambas pandemias (COVID 19 y Obesidad).

Referencias

Salmerón, U. (2020). Coronavirus en México: Resumen, casos, muertes y noticias del 19 de julio. https://mexico.as.com/mexico/2020/07/19/actualidad/1595176275_541767.html.

Buscemi, S., Buscemi, C., & Batsis, J.A. (2020). There is a Relationship Between Obesity and Coronavirus Disease 2019 but More Information is Needed. *Obesity*, 28(8), 1371-1373. <https://doi.org/10.1002/oby.22883>

Lecturas recomendadas

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). Cuidar nuestra salud mental. Disponible en <http://www.who.int/topics/obesity/es/>. Acceso 02-08-2020.

www.who.int/gpsc/5may/tools/ES_PSP_GPSC1_Higiene
https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=4503:covid-19-lo-que-necesita-saber&Itemid=0

<http://www.imss.gov.mx/prensa/archivo/202006/373>

COVID-19
ENFERMEDAD POR EL CORONAVIRUS 2019

¿CÓMO SE TRANSMITE? CONÓCELO.

Por contacto personal cercano con una persona infectada o a través de personas infectadas al toser o estornudar.

Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

OPS Organización Panamericana de la Salud Organización Mundial de la Salud

Conócelo. Prepárate. Actúa.
www.paho.org/coronavirus

SANO RETORNO
Prevencción de COVID-19 en la Actividad Laboral

CUBREBOCAS

¿Cómo funciona?
El cubrebocas reduce la cantidad de gotitas de saliva que expulsamos y que pudieran contener el virus al respirar, hablar o toser.
Si lo usas correctamente, también disminuye la probabilidad de que gotitas de otras personas entren a tu boca y nariz.

¿Cuales son los mejores?

- Caseros:** los mejores son los de tres capas: una interna de algodón, una capa media de polipropileno y una externa de poliéster o polipropileno; otra opción es con cuatro capas de algodón.
- Lana o tejidos:** tienen huecos muy grandes y no funcionan.
- Quirúrgicos:** brindan mayor protección pero nuestras medicas y médicos los necesitan más.

¿Cómo usarlo correctamente?

- Lava tus manos.
- Coloca el cubrebocas limpio sobre nariz y boca.
- No te lo quites o bajes para hablar, toser o estornudar.
- No lo toques hasta que estés en casa y vayas a quitártelo.

¿Cómo quitártelo correctamente?

- Lava tus manos.
- Quitálolo tocando sólo elástico.
- Deséchalo o lávalo a más de 60°C.
- Lava tus manos.

Recuerda:
Si usas guantes, no toques tu cubrebocas o tu cara.
Debes lavarte las manos antes y después de ponértelos y después de quitártelos.

Consulta los detalles en www.gob.mx/imss

GOBIERNO DE MÉXICO IMSS

gob.mx/imss