

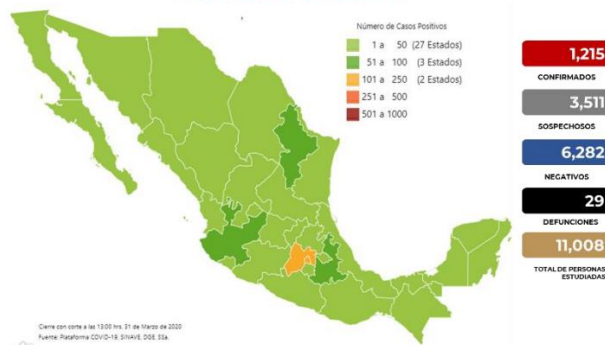
Fases de COVID-19

Por: Psic. Laura V. Mtz Sáenz

Tomar las medidas necesarias en estas épocas tiene que ser fundamental para evitar la propagación del virus, que debe tomarse con seriedad y con suma responsabilidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) puso a disposición las etapas que se tendrán que atravesar, para tratar el brote del coronavirus o cualquier otro tipo de pandemia, no te alarmes, no entres en pánico, infórmate y toma medidas, haz lo que te corresponde hacer para ti así como para tu familia, te comparto en que consisten cada una de las fases y los cuidados que deberás tener.

Mapa de México con los casos confirmados, negativos y sospechosos a COVID-19



Fase 1: Se confirma la pandemia en el mundo por la OMS, debido a que **se encontró un nuevo subtipo de algún virus o se encontró un nuevo virus**, que haya estado causando brotes en un país y que se haya trasladado a otras naciones, **provocando un índice de mortalidad en algún segmento de la población.**

Fase 2: Epidemias regionales y multi regionales. Esta fase **comenzará cuando los brotes de virus ya estén presentes en varios países** y que poco a poco, el virus haya atravesado a otras regiones del planeta. En esta fase, la OMS dará indicaciones sobre los medicamentos para combatir el virus.

Fase 3: Fin de la primera ola pandémica. Aquí comienzan a **desaparecer los brotes en el punto de origen y empieza a estabilizarse la situación en dicha región.** A pesar de ello, el virus sigue presente en los países que fueron contaminados, tiempo después.

Fase 4: Segunda o posteriores olas pandémicas. Tomando a consideración las pandemias pasadas, al menos **una segunda ola fuerte de brotes causados por el nuevo virus ocurrirá dentro de los tres a nueve meses** de la epidemia inicial en muchos países.

Fase 5: La OMS informará el final de la pandemia, después de dos o tres años. Con ello, **se valorarán las consecuencias y se tomarán medidas en el futuro**

Actualmente México se encuentra en la Fase 2 desde hace 9 días, la secretaria de Salud Federal reportó hasta ayer 31 de Marzo existencia de 1215 casos y 29 defunciones en todo el país, mientras que en el estado de Querétaro solo una defunción, así que tomemos medidas de prevención.

Las medidas preventivas en esta fase 2 de la contingencia son:

- No saludar de beso ni de abrazo.
- Lavarse las manos continuamente.
- Suspender eventos en espacios públicos ante los brotes.
- Proteger y cuidar a las personas adultas mayores y otros grupos de mayor riesgo.
- Suspender las clases presenciales en todo el Sistema Educativo Nacional, medida que ya aplica desde el 23 de marzo y que está prevista se mantenga.
- Suspender temporalmente eventos y reuniones de concentración de 100 personas o más.
- Todas las reuniones privadas, públicas, sociales o gubernamentales también deben ser evitadas.
- Suspender temporalmente actividades laborales que impliquen la movilización de personas de sus domicilios al trabajo y de regreso, o movilización en el espacio público.

¡Cuidate mucho! No minorices las medidas de prevención, trata de cumplirlas y hacerlas cumplir con tus seres queridos y cercanos. Si te cuidas tu, nos cuidas a todos!

Fuentes consultadas 01/04/2020:

<https://www.gob.mx/salud/documentos/coronavirus-covid-19-comunicado-tecnico-diario-238449>

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/544540/Comunicado_Tecnico_Diario_COVID-19_2020.03.31.pdf

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>

<https://www.radioformula.com.mx/noticias/20200401/coronavirus-01-abril-2020-ultimas-noticias-hoy-covid19-en-mexico/>