

Cómo prevenir la transmisión del síndrome respiratorio de Oriente Medio por coronavirus (MERS-CoV) a otras personas en el hogar y las comunidades.

X de julio de 2015

Esta hoja informativa solo incluye información básica. Ella no debe sustituir a las recomendaciones, el diagnóstico ni el tratamiento médicos. En todo momento consulte con un profesional de la atención médica sobre cualquier preocupación que usted tenga y también antes de introducir cualquier cambio en su dieta, estilo de vida o tratamiento.

El síndrome respiratorio de Oriente Medio por coronavirus (MERS-CoV) es un virus nuevo. Esta enfermedad afecta de forma leve a algunas personas, mientras que otras se enferman gravemente. A menudo, tras contraer el MERS-CoV, las personas mayores y las personas con enfermedades crónicas o prolongadas se enferman gravemente e incluso pueden morir. Por lo general, las personas que tienen el virus presentan tos y fiebre y en algunos casos requieren de hospitalización.

Es importante que usted lea y comprenda esta hoja informativa si:

- su médico o centro de atención médica le está haciendo pruebas para detectar el MERS-CoV, o si usted ha contraído el MERS-CoV y no necesita estar hospitalizado, o
- si usted vive con alguien que se está sometiendo a pruebas para detectar el MERS-CoV o que ha contraído el MERS-CoV.

Puesto que el MERS-CoV es un virus nuevo, no se conoce con exactitud cuál es su vía de transmisión. Se cree que se transmite por la tos de las personas con MERS-CoV. El MERS-CoV se ha transmitido de personas enfermas a otras personas con quienes mantienen un contacto cercano. Como contacto cercano se entiende el cuidar de personas o vivir con ellas. MERS-CoV también se ha transmitido en hospitales entre personas con contacto cercano, y cuando no se han tomado las medidas pertinentes. Es importante tomar medidas para que el virus no se transmita a otras personas.

Para las personas que tienen o podrían tener el MERS-CoV

Usted puede hacer una serie de cosas para ayudar a que las personas de su entorno no contraigan el virus:

- Siga las recomendaciones que le ha dado su médico o centro de atención médica. Si tiene alguna duda, pregunte a su médico o en su centro de atención médica sobre estas

recomendaciones y asegúrese de que usted cuente con la información que necesita, incluyendo la información para contactar con su unidad de salud pública.

- Quédese en casa. No haga uso del transporte público ni de taxis. No vaya a trabajar, a la escuela ni a otros centros públicos.
- Permanezca en una habitación independiente, lo más lejos posible del resto de las personas de su casa y, si tiene un baño independiente, haga uso de él. Asegúrese de que las estancias que comparte con otras personas cuenten con un buen flujo de aire fresco (por ejemplo, la cocina, los baños). Si es posible, mantenga abiertas las ventanas de estas estancias.
- Cúbrase la cara al toser o estornudar. Tenga a mano pañuelos para poder cubrirse cuando tosa, estornude, o para soplarse o limpiarse la nariz. Si no tiene a mano un pañuelo, cúbrase la boca y la nariz con la parte superior de la manga o el codo pero no con sus manos. Tire los pañuelos usados en un cesto de basura forrado con una bolsa de plástico y lávese las manos inmediatamente después con agua y jabón. Al vaciar el cesto de basura, evite tocar los pañuelos usados.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante, al menos, 15 segundos. Séquese las manos con una toalla de papel o con una toalla de tela que solo usted utilice. Si no dispone de agua y jabón y sus manos no se ven sucias, puede usar desinfectante para manos a base de alcohol.
- Limite el número de personas que visitan su casa. Reciba solo a las personas que usted tenga que ver y asegúrese de que esas visitas sean cortas.
- Cuando se encuentre en una habitación con otras personas, mantenga una distancia de dos metros con ellas y use una máscara que le cubra la nariz y la boca. Si usted no puede usar una máscara, las demás personas deben usar una máscara cuando estén en la misma habitación que usted.
- Si usted sale de su casa para ir al médico, use una máscara que le cubra la nariz y la boca cuando se encuentre a menos de dos metros de otras personas.
- Informe a su médico o en su centro médico que usted se está sometiendo a pruebas para detectar el MERS-CoV, o que usted tiene el MERS-CoV. Esto incluye al personal paramédico en caso de que tenga que ir en ambulancia. Esto ayudará al personal de atención médica a tomar las medidas para garantizar que ellos y otras personas no contraigan el MERS-CoV.

Para las personas que viven con alguien que tenga o podría tener el MERS-CoV

Las personas que viven con alguien que tiene, o podría tener, MERS-CoV pueden hacer una serie de cosas para protegerse a sí mismos y a los demás:

- Disponer que solo estén en casa las personas necesarias para cuidar del paciente:
 - Las personas que no estén cuidando del paciente con MERS-CoV, o de la persona que se está sometiendo a pruebas para el MERS-CoV, deben vivir en otro lugar. Si esto no fuera posible, deben permanecer en otra habitación o estar lo más separadas posible del paciente con MERS-CoV (o bajo sospecha de MERS-CoV).
 - Mantenga lejos del paciente con MERS-CoV (o bajo sospecha de MERS-CoV) a las personas mayores y a las personas con enfermedades o padecimientos crónicos o prolongados como la diabetes, padecimientos del corazón, pulmones y riñones. Ellos podrían enfermarse gravemente si contraen el MERS-CoV. Contacte con su unidad de salud pública si necesitara más información sobre personas de su hogar que pudieran correr un alto riesgo de contraer esta enfermedad.

- Use una máscara y guantes cuando toque o entre en contacto con la sangre o los fluidos corporales del paciente. Entre los fluidos corporales se incluyen sudor, saliva, vómito, orina y diarrea.
- Tras haber atendido a un paciente, quítese los guantes y la máscara y tírelos al cesto de basura. Quítese los guantes primero y lávese las manos con agua y jabón antes de quitarse la máscara. Lávese las manos de nuevo con agua y jabón antes de tocarse la cara o hacer alguna otra cosa.
- No comparta con el paciente platos, vasos, copas, tazas, cubiertos, cigarrillos, toallas, ropa de cama o ningún otro artículo. Tras su uso, estos artículos deben lavarse con jabón o detergente y agua caliente. No se requiere de un jabón especial.
- Limpie todos los días las áreas de su casa con las que se entra en contacto frecuentemente, con productos de limpieza de uso doméstico. Limpie los sitios que se ensucian más a menudo como los baños, las manijas del grifo, los pomos de las puertas y las mesitas de luz.
- Lave muy bien la ropa. No es necesario separar la ropa del paciente con MERS-CoV (o bajo sospecha de MERS-CoV) del resto de la ropa sucia, pero debe usar guantes al manipularla. Lávese las manos con agua y jabón inmediatamente después de quitarse los guantes.
- Las cosas que usted usa para el cuidado del paciente puede tirarlas a la basura normal. Al vaciar los cestos de basura, tenga cuidado de no tocar los pañuelos usados o use medios de protección como guantes y máscaras. Forrar el cesto con una bolsa de plástico hace que el cesto de basura sea más seguro y fácil de manipular. Lávese las manos con agua y jabón después de vaciar el cesto de basura.

Si usted está cuidando o viviendo con una persona que tiene MERS-CoV, a usted se le considera como en "contacto cercano con MERS-CoV. Su unidad de salud pública le dará instrucciones especiales sobre cómo supervisar su propia salud, qué hacer si comienza a sentirse enfermo y cómo contactar con ellos. Asegúrese de comunicarle a su médico o centro de atención médica que usted está en contacto cercano con MERS-CoV.

Para obtener más información

Para contribuir a su recuperación lo más pronto posible, siga las recomendaciones que le ha dado su médico o centro de atención médica y su unidad de salud pública. Si usted u otras personas de su hogar no pudieran seguir estos consejos, comuníquelo a su médico o centro de atención médica o su unidad de salud pública. Por ejemplo, si usted no tiene máscaras o guantes, comuníquelo a su unidad de salud pública para saber dónde los puede obtener.

Si tuviera alguna pregunta o si comenzara a sentirse más enfermo, contacte con su médico o centro de atención médica o unidad de salud pública. Usted puede saber cuál es su unidad de salud pública llamando a Service Ontario al 1-866-532-3161, o mediante la herramienta de localización del Ministerio de Salud y Atención Prolongada en www.phdapps.health.gov.on.ca/PHUlocator.