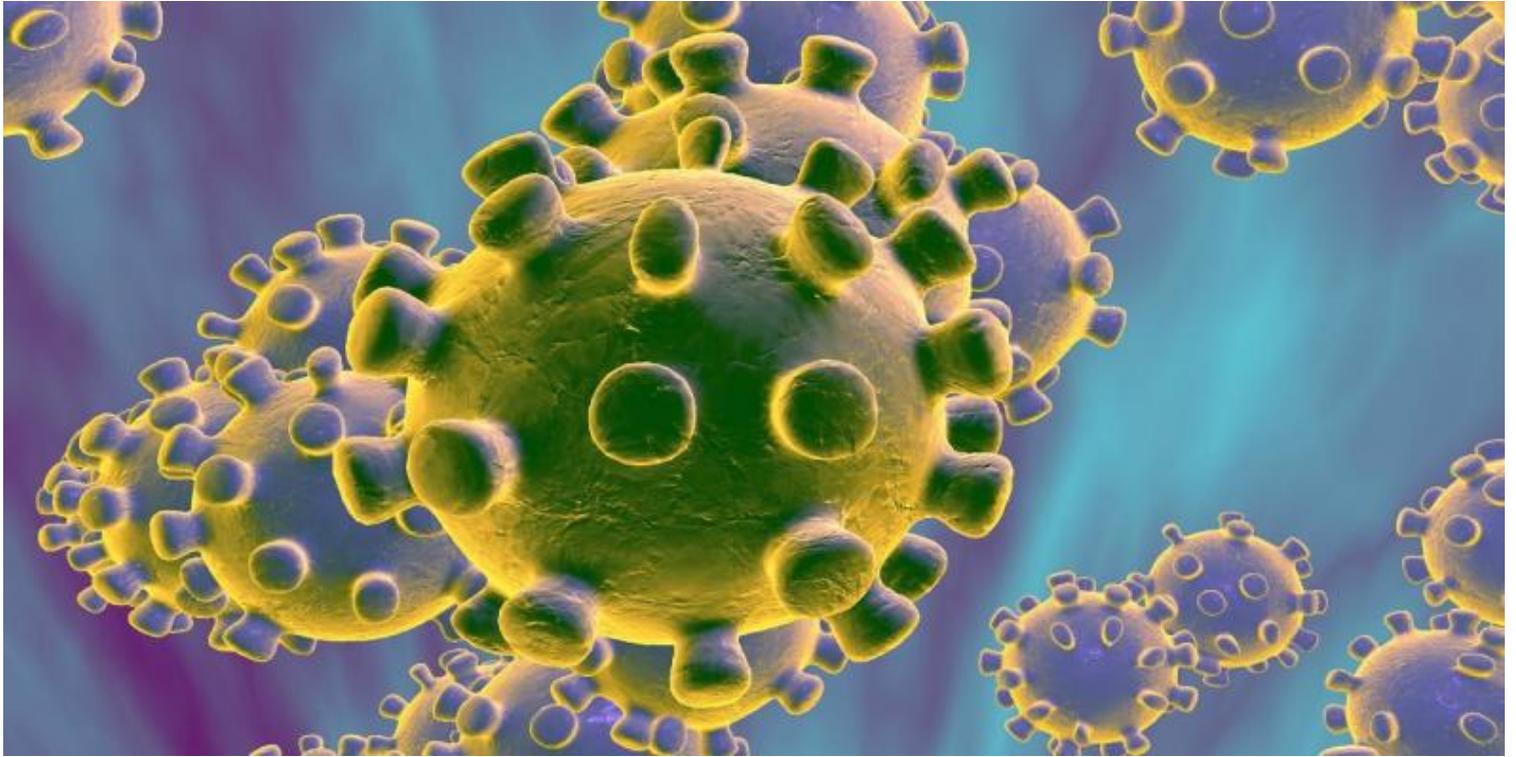




En la prevención del COVID-19 podemos hacer mucho a título personal



Por María Josefina Arce.

China trabaja arduamente no solo en la recuperación de los enfermos, sino también para evitar nuevos casos y cerrarle el paso a la expansión del nuevo coronavirus, que la Organización Mundial de la Salud ha nombrado como COVID-19.

Más de cuatro mil personas infectadas en territorio chino se han recuperado y han sido dadas de alta, pero la vigilancia continúa pues ya se han reportado algunos casos en otras naciones y todavía no se puede hablar de la remisión del mal.

De ahí que Cuba esté atenta al desarrollo de la emergencia sanitaria mundial y mantenga una estrecha vigilancia epidemiológica en puertos y aeropuertos para evitar la entrada al país del virus.

En el archipiélago no se han reportado infectados y algunas personas que habían viajado en las últimas semanas a China y a otras naciones con presencia del coronavirus fueron aisladas en el prestigioso Instituto de Medicina Tropical Pedro Kourí, en La Habana, como una medida preventiva.

En este camino se activó un Plan Nacional de enfrentamiento al virus, avalado por un sistema de salud gratuito y universal y que cuenta con profesionales muy capaces y preocupados.

En todo este sistema desempeña un papel fundamental el médico de la comunidad para



detectar posibles casos y educar a la población en las medidas a adoptar.

Medidas que también se han dado a conocer y reiterado por los medios masivos de comunicación para que cada ciudadano esté informado y sobre todo tome conciencia de la importancia que tiene extremar las precauciones.

Entre los consejos, también dados a conocer por la Organización Mundial de la Salud, está extremar la higiene personal y del entorno, que comprende el lavado frecuente de las manos y evitar el contacto físico con cualquier persona que tenga fiebre y tos.

Por demás se sugiere mantener buenas prácticas de salud si te trasladas en el transporte público, que comprende cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar.

Entre las medidas también está evitar el consumo de productos animales crudos o poco cocinados, pues los científicos estiman que la enfermedad pasó de un animal a los humanos.

El sistema de salud cubano está preparado para hacer frente a esta emergencia sanitaria mundial y brindar una adecuada atención a los ciudadanos, pero a título personal también podemos hacer mucho para prevenir la enfermedad, si observamos las medidas preventivas orientadas por las autoridades sanitarias.