



**Sí, todavía está aquí, y la gripe también - Información actualizada
sobre COVID-19 y la gripe estacional**

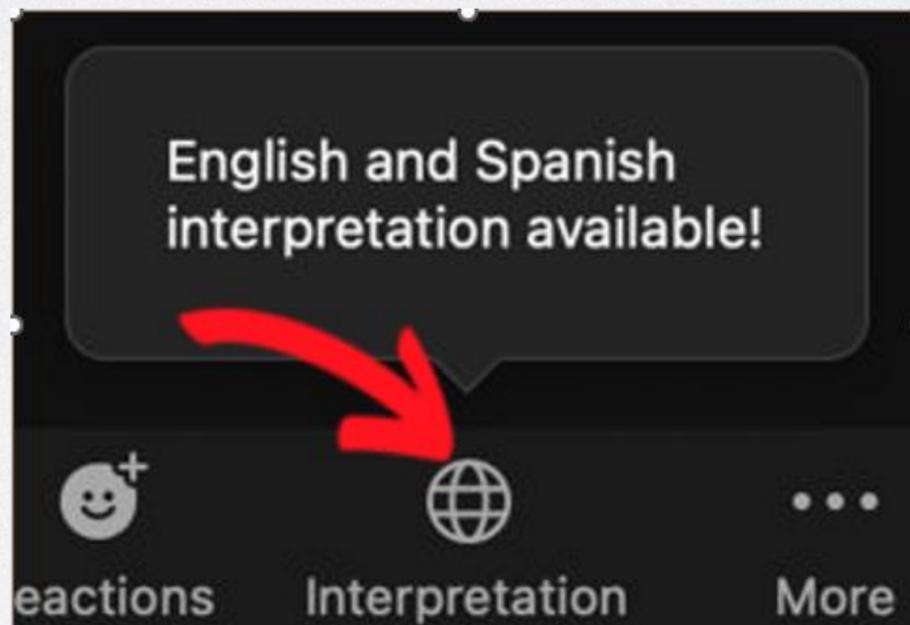
Laszlo Madaras, MD, MPH

Amy K. Liebman, MPA, MA

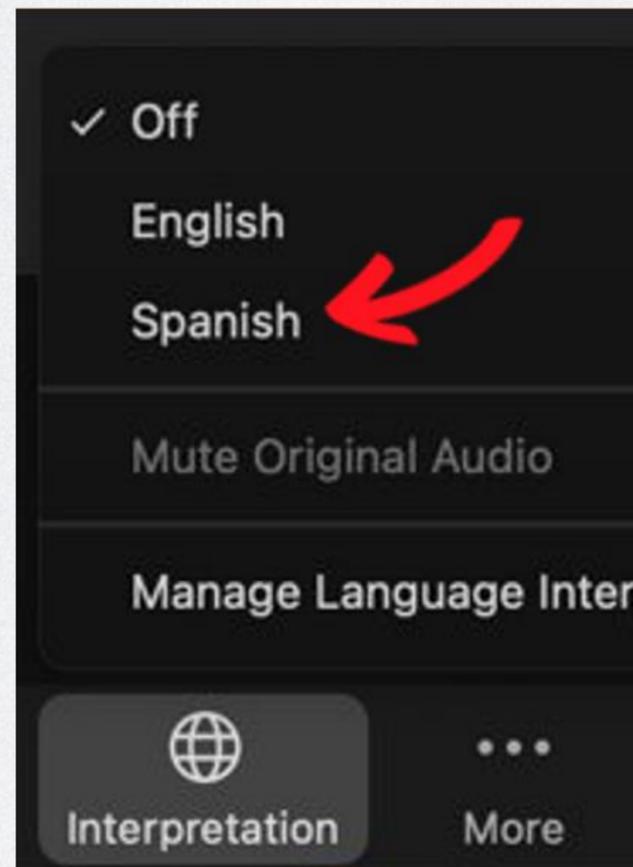
Uso de la función de interpretación simultánea en Zoom

Si desea escuchar la presentación en español...

1) Encuentre el ícono del globo de interpretación



2) Pulse sobre el globo de interpretación y seleccione «Español»



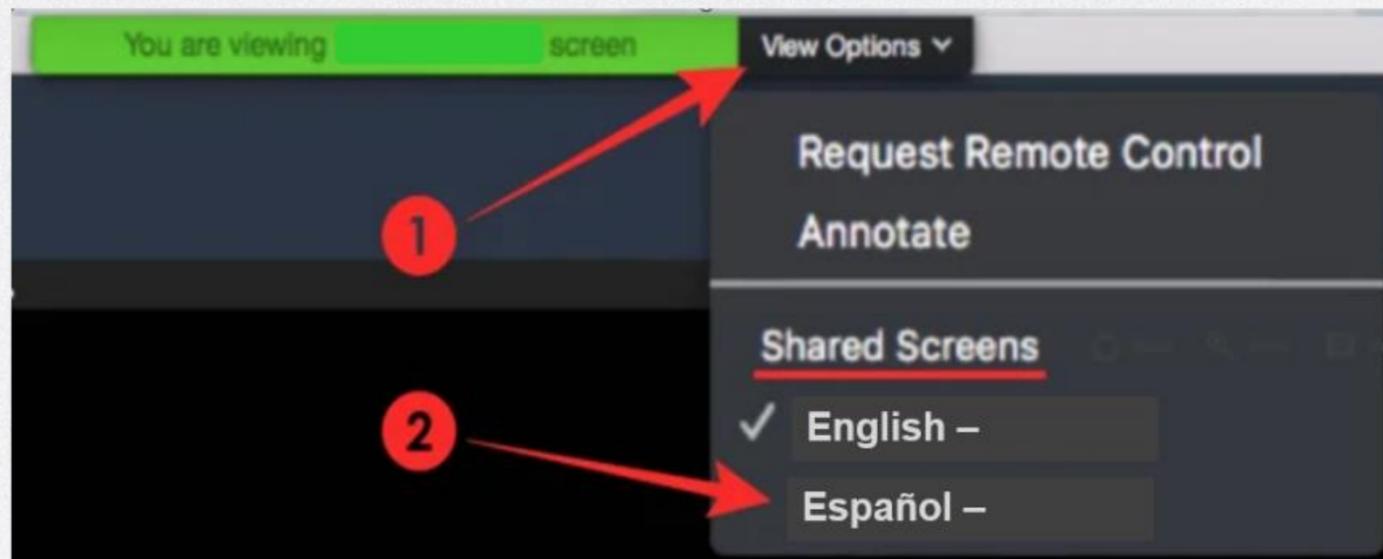
Si desea escuchar la presentación en español desde su teléfono celular...

- 1) Toque los tres puntos que dicen «Más»
- 2) Seleccione el «idioma de interpretación»
- 3) Seleccione «Español»

Seleccionar el idioma en que desea ver la presentación en Zoom

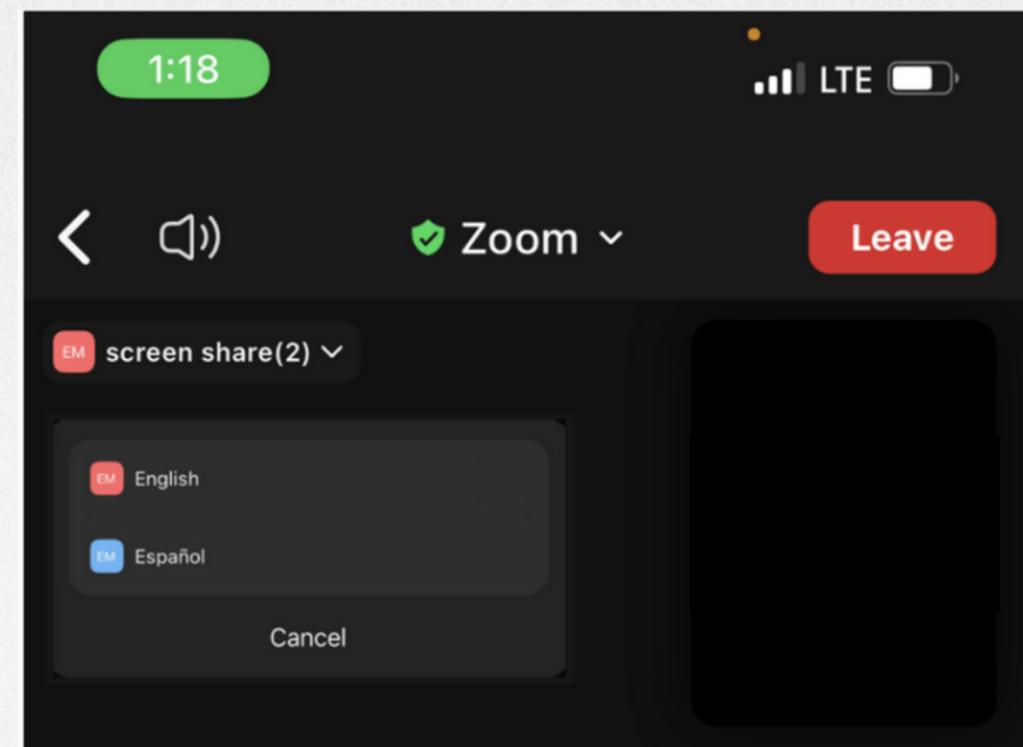
Si desea ver la presentación en español...

- 1) En la parte superior de la pantalla, pulse «Ver opciones»
- 2) Aparecerá un menú desplegable
- 3) Seleccione «Español»



Si desea ver la presentación en español desde su teléfono celular...

- 1) Toque la pantalla para que aparezcan las opciones
- 2) Toque los tres puntos que dicen «Más»
- 3) Seleccione «Interpretación»
- 4) Seleccione «Español»
- 5) Toque «Listo»



Educación continua

La Red de Proveedores de Servicios de Salud para Migrantes (MCN por sus siglas en inglés) está acreditada como proveedor de educación continua en enfermería por la Comisión de Acreditación del Centro Estadounidense de Credenciales de Enfermeras (ANCC por sus siglas en inglés)

La Academia Estadounidense de Médicos de Familia (AAFP por sus siglas en inglés) revisó, *Sí, todavía está aquí, y la gripe también - Información actualizada sobre COVID-19 y la gripe estacional*, y consideró que es aceptable para hasta 1,0 crédito(s) prescritos en vivo por la AAFP. Los médicos deben reclamar solo el crédito proporcional al alcance de su participación en la actividad.



Participants completing this educational activity (80% time in session) and completion of the post session evaluation will be awarded 1 Contact hour.

Divulgación de las relaciones financieras relevantes

No tenemos relaciones financieras relevantes que se relacionen con esta presentación, ni tenemos relaciones financieras relevantes con compañías no elegibles cuya actividad principal sea la producción, comercialización, venta, reventa o distribución de productos para el cuidado de la salud que se usen en pacientes o que los pacientes los usen.

Esta presentación contó con el apoyo de una subvención de educación médica independiente del Centro Nacional para la Salud de los Trabajadores Agrícolas (NCFH por sus siglas en inglés). No se identificaron relaciones financieras relevantes con ninguna persona con capacidad para controlar el contenido de la actividad.





Amy K. Liebman

MPA, MA

Directora de la División de Trabajadores,
Medio Ambiente y Cambio Climático



Laszlo Madaras

MD, MPH, FAAFP, SFHM

Director médico ejecutivo

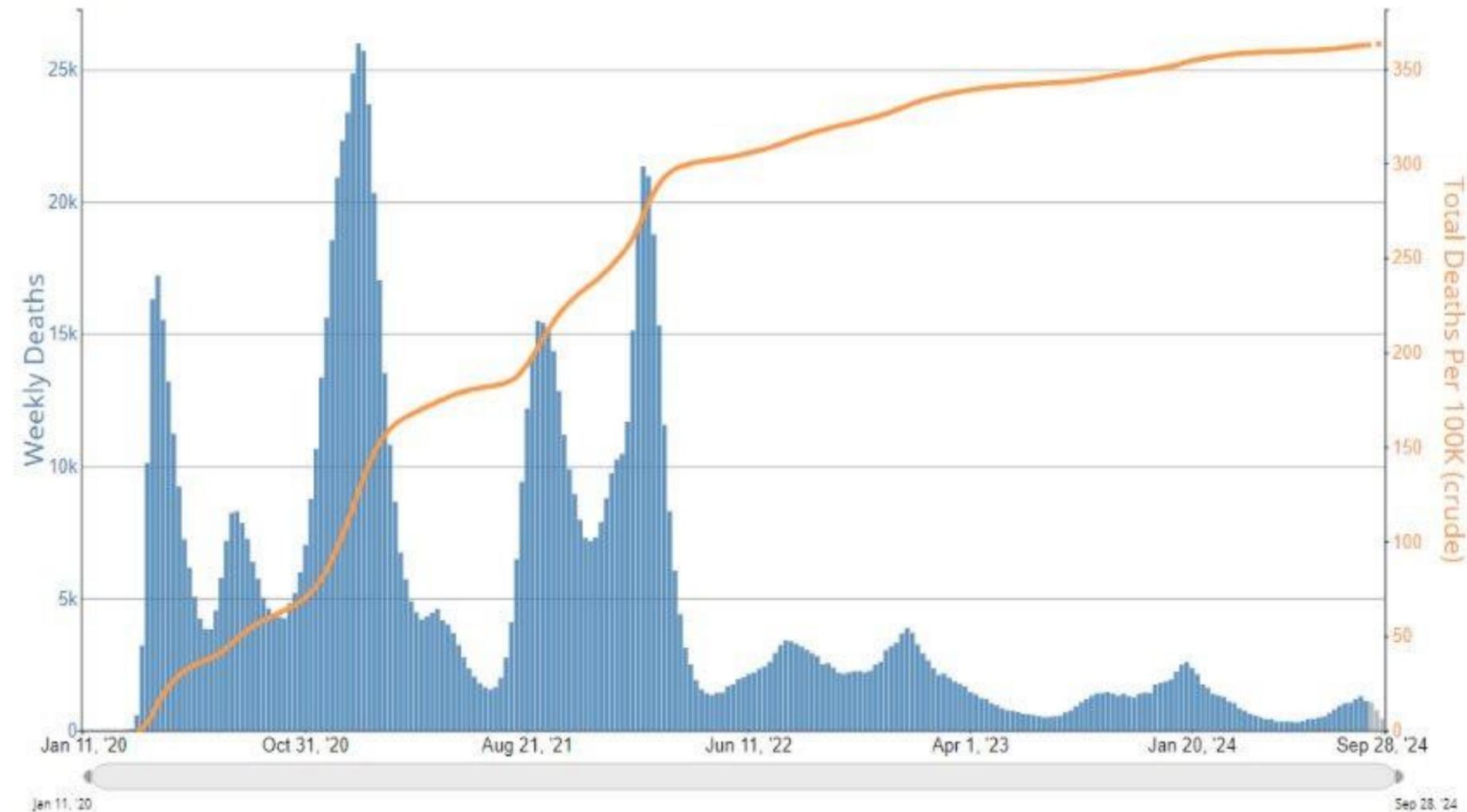
OBJETIVOS

- Discutir la situación actual de los virus que surgen y vuelven a surgir, incluyendo COVID-19 y la gripe;
- Revisar las estrategias para la prevención y el tratamiento de COVID-19 y la gripe; e
- Identificar recursos culturalmente adecuados que puedan usarse para abordar los temas de COVID-19, la gripe y otros problemas de salud respiratoria en pacientes trabajadores agrícolas.



Panorama general de COVID-19

Provisional COVID-19 Deaths and Total COVID-19 Death Rate per 100,000 Population (Crude), by Week, in The United States, Reported to CDC



- COVID-19 todavía está presente
 - Hubo una gran reducción de la mortalidad y la morbilidad aguda
- Menos visitas a la sala de urgencias e ingresos a la UCI (Octubre del 2024)
- Hubieron <447 muertes en la ultima semana de septiembre

¿QUIÉN ES MÁS VULNERABLE?

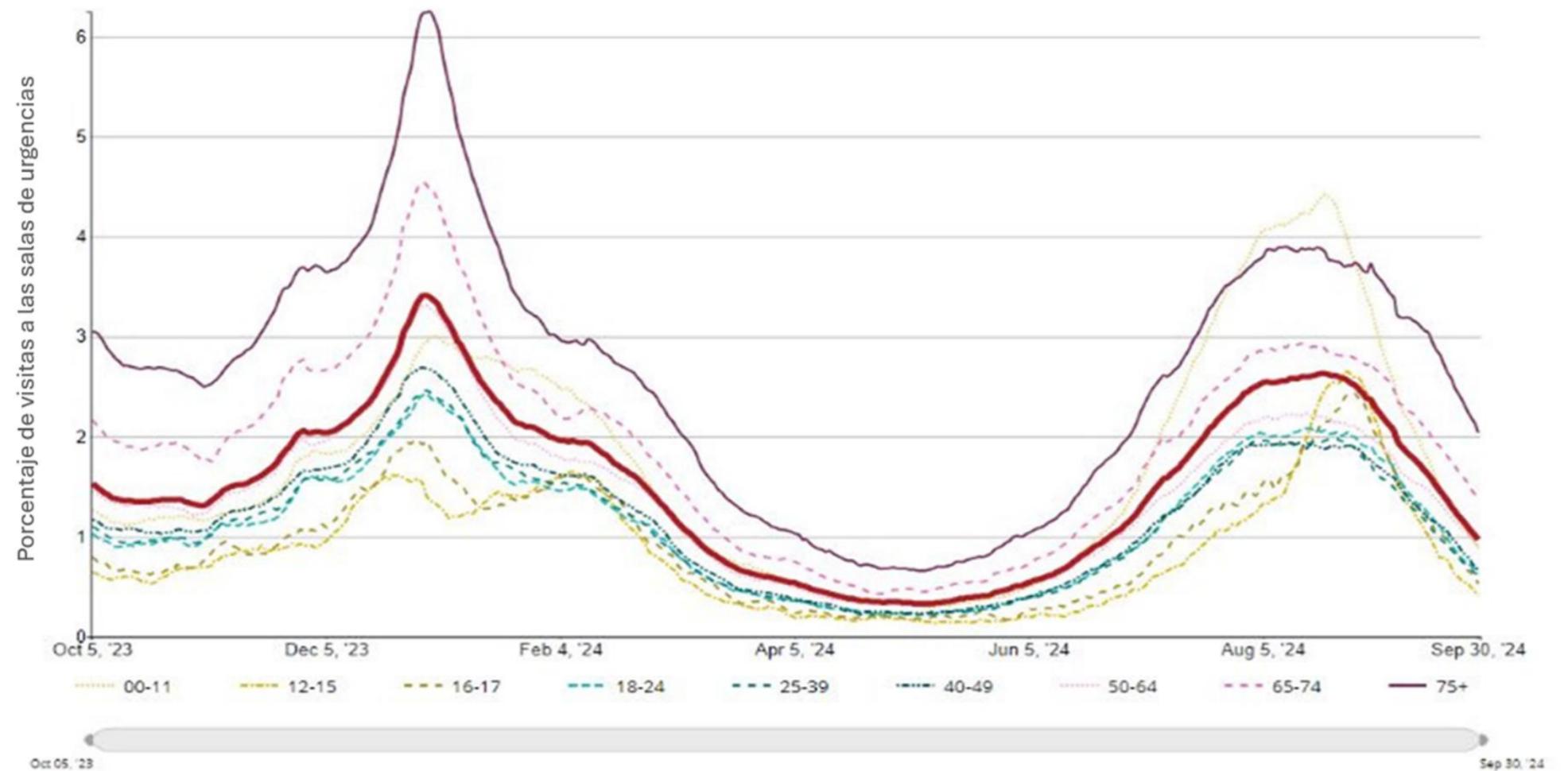
- Los adultos mayores
- Las personas con comorbilidades
- Los inmunocomprometidos



Los niños pequeños y las visitas a urgencias por COVID-19

- Fueron más niños de 0 a 11 años a las salas de urgencias por o con COVID-19
- Se vio un pico inusual en las edades de 12 a 15 y de 16 a 17

Porcentaje de visitas a salas de urgencia con diagnóstico de COVID-19 en los EE. UU, por grupo de edad



Ómicron KP.3.1.1 es la variante dominante

El 58,7% de los casos de COVID son de la variante KP.3.1.1

Una nueva variante emergente es la XEC

Las nuevas variantes:

- Tienen a presentarse antes de que aumenten los casos
- Tienen mayores probabilidades de evadir el sistema inmunológico



Vacunas para el otoño 2024



- 1 dosis de cualquier vacuna para COVID-19

- Vacunas disponibles:

- Moderna (desde los 6 meses)

- Pfizer-BioNTech (desde los 6 meses)

- Novavax (desde los 12 años)

- Para las personas que nunca se han vacunado contra el COVID-19, quienes reciben la vacuna Novavax necesitan dos dosis.

CUANDO VACUNARSE

- En cualquier momento ≥ 2 meses después de haberse puesto la última dosis de la vacuna actualizada de COVID-19
- Si recientemente ha tenido COVID-19 puede retrasar la vacunación hasta 3 meses después de la infección dependiendo de su nivel de riesgo.



Vacunas para personas sin seguro medico

- El gobierno dejó de proporcionar vacunas gratuitas contra el COVID-19 en septiembre de 2024
- Es posible que existan programas de vacunación locales que proporcionen vacunas a bajo costo o sin costo a través de su departamento de salud o centro de salud local:
 - Busque su [departamento de salud estatal o local](#)
 - Busque su [centro de salud comunitario](#).



Panorama sobre la vacuna COVID-19

- Solo el 23% de los adultos elegibles para recibir la vacuna contra la COVID-19 actualizada para el año 2023 lo recibieron
- Para la vacuna contra la COVID este año (2024), anticipan una aceptación aún menor

Las mejores prácticas para la prevención de COVID-19

...siguen siendo las mismas



Mantenerse al día
con las vacunas



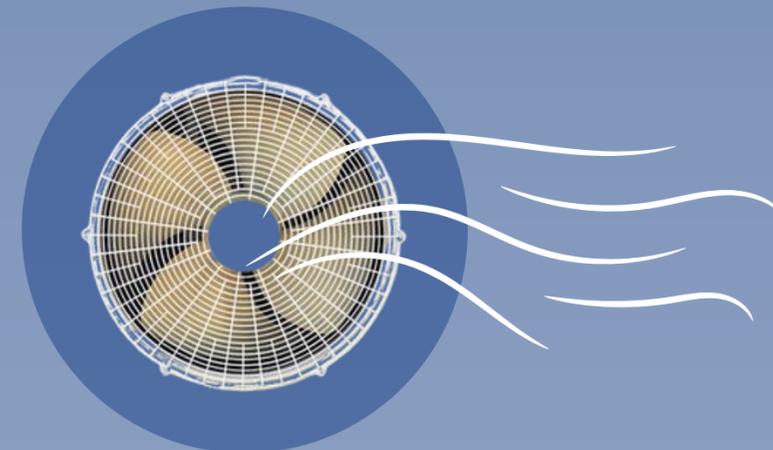
Usar la mascarilla



Lavarse las manos



Mantener la distancia



Ventilar el aire en espacios cerrados

Uso de mascarillas o cubrebocas

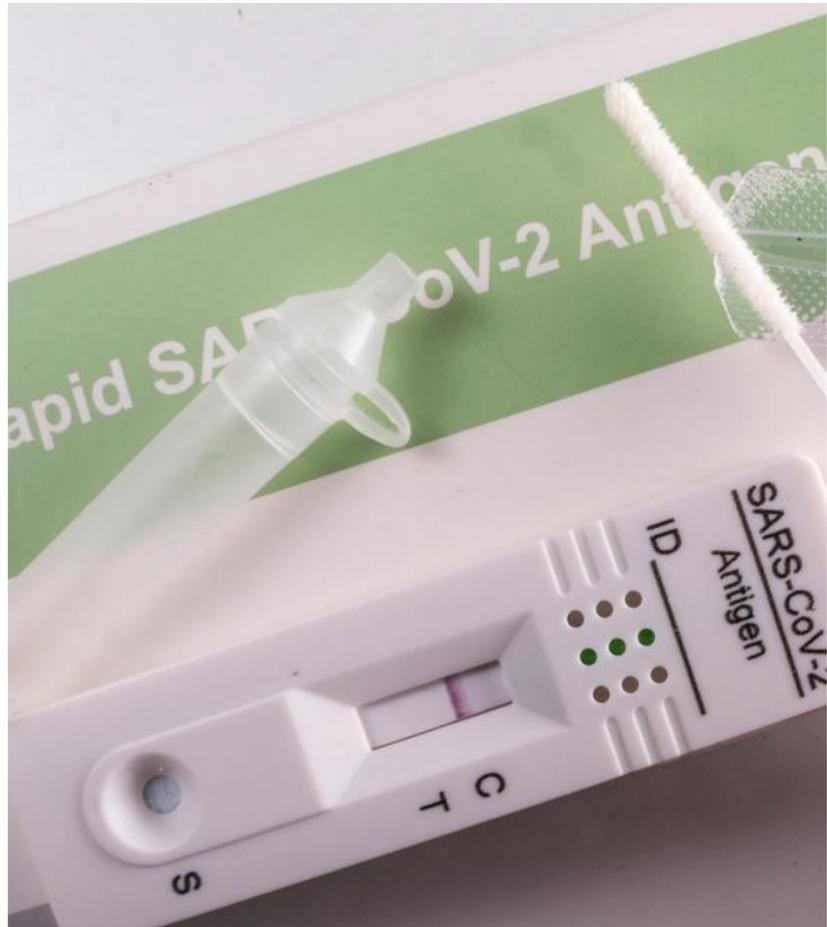
- Las mascarillas reducen la propagación del virus
- Las mascarillas N-95 siguen siendo su mejor protección
- Considere su nivel de riesgo y el de otras personas vulnerables
- Espacios cerrados con mucha gente



Ventilación

- La ventilación hace una gran diferencia
- Los espacios cerrados con muchas personas aumentan el riesgo
- Consideraciones para reducir el riesgo:
 - Sentarse en espacios cerrados versus sentarse afuera
 - Tiempo que permanece en un lugar





Pruebas

- Siguen siendo importante
- Hágase la prueba, aunque crea que sólo tiene un resfriado (podría ser COVID-19 u otro virus)
- ¿Qué debo hacer si me siento mal pero el resultado de la prueba de COVID-19 es negativo?

Pruebas gratuitas de COVID-19

Visite: covidtests.gov

Para que le ayuden en más de 150 idiomas, llame al **1-800-232-0233**



¿Sigue siendo recomendable quedarse en casa?



Estuve expuesto o di positivo al COVID-19

Este cronograma es para las personas vacunadas o no.

 <p>SI ESTUVO EXPUESTO</p>	 <p>SI DA POSITIVO O PIENSA QUE TIENE COVID</p>	 <p>DURANTE EL PERÍODO DE 5 DÍAS DESPUÉS DE HABER ESTADO SIN FIEBRE DURANTE 24 HORAS Y QUE LOS SÍNTOMAS ESTÉN MEJORANDO</p>
<p>Hacer pruebas o el uso del cubrebocas son lo mejor, pero no son requeridos por parte de los CDC.</p>	<p>Quédese en casa y manténgase alejado de los demás hasta 24 horas de que la fiebre haya desaparecido y los síntomas generales estén mejorando.</p>	<p>Se recomienda: Hacer pruebas, usar un respirador (como un N95), mantener la sana distancia, y mejorar la calidad del aire y mantener la higiene, especialmente cerca de aquellos que son más vulnerables.</p>

Para hacer las pruebas, para obtener la información sobre el aislamiento y para información sobre poblaciones especiales, revise la Guía sobre Virus Respiratorios del CDC o consulte a su proveedor de atención médica.

¡Recuerde! Las pruebas caseras para COVID-19 son más precisas si se las hace dos veces. Si le preocupa que el resultado de su prueba no sea correcto, vuelva a hacérsela otra vez.



Actualizado:
24 de abril del 2024

Para más información,
consulte: [cdc.gov](https://www.cdc.gov) y [fda.gov](https://www.fda.gov)

Esta publicación ha sido financiada gracias a la subvención # U45ES006179 otorgada por el Instituto Nacional de las Ciencias de Salud Ambiental de los Institutos Nacionales de la Salud. El contenido de este recurso es responsabilidad exclusiva de los autores y no representa necesariamente la opinión oficial de los Institutos Nacionales de la Salud.

■ **Es importante alejarse de los más vulnerables**

TRATAMIENTOS ANTIVIRALES

- Poblaciones de alto riesgo
 - Mayores de 50 años
 - Cáncer, enfermedad renal, hepática o pulmonar crónica (como el asma o la enfermedad pulmonar obstructiva crónica)
- Diabetes
- Obesidad
- Enfermedades del corazón
- Inmunocomprometidos





Tratamiento para COVID-19

- **PAXLOVID (Nirmatrelvir/Ritonavir)**
- **Metformina**

Consideraciones clínicas para los tratamientos antivirales



ANTIVIRAL

- Interacciones con otros medicamentos
- El efecto secundario más frecuente de Paxlovid es el sabor amargo o metálico
- Síntomas gastrointestinales
- Rebote de COVID-19:
 - 2 - 8 días después de la recuperación inicial. Se caracteriza por la reaparición de los síntomas o por un nuevo resultado positivo de la prueba después de haber tenido un resultado negativo.
- ~20% de los casos presentan rebote usando Paxlovid
- Usualmente es leve, pero los pacientes pueden ser infecciosos

Consideraciones adicionales

- La dosis renal de Paxlovid está disponible para personas con insuficiencia renal moderada (eGFR > 30 mL/min to < 60 mL/min)
- Paxlovid no está recomendado para personas con insuficiencia renal (riñón) y hepática (hígado) graves
- Efectos secundarios o interacciones de Paxlovid con medicamentos para la depresión y el trastorno del estado de ánimo



Herramientas para las interacciones medicamentosas



<https://www.covid19treatmentguidelines.nih.gov/therapies/antivirals-including-antibody-products/ritonavir-boosted-nirmatrelvir--paxlovid-/paxlovid-drug-drug-interactions/>

Tratamiento	Quiénes (personas con alto riesgo de enfermarse)	Cuándo	Cómo
Nirmatrelvir con ritonavir (Paxlovid)  Antiviral	Adultos; niños de 12 años de edad o más	Lo antes posible; se debe iniciar dentro de los 5 días de la aparición de los síntomas	Se toma en casa por boca (por vía oral)
Veklury (remdesivir)  Antiviral	Adultos y niños	Lo antes posible; se debe iniciar dentro de los 7 días de la aparición de los síntomas	Infusiones intravenosas (IV) en un establecimiento de atención médica por 3 días consecutivos
Molnupiravir (Lagevrio) :  Antiviral	Adultos	Lo antes posible; se debe iniciar dentro de los 5 días de la aparición de los síntomas	Se toma en casa por boca (por vía oral)

Ayuda para los trabajadores agrícolas sin seguro médico a recibir tratamiento

- PAXCESS™ ofrece acceso y opciones con precios razonables a los pacientes a los que se les prescribe Paxlovid
- <https://paxlovid.iassist.com/>



COVID-19 prolongado

- **COVID-19 prolongado o secuelas post agudas de COVID-19 (PASC por sus siglas en inglés)**
- **Amplia gama de problemas de salud nuevos, reincidentes o continuos que las personas experimentan después de infectarse con el virus que causa COVID-19.**
- **Continuación o desarrollo de nuevos síntomas 3 meses después de la infección inicial**
- **Síntomas que duran al menos 2 meses sin otra explicación**



Actualización sobre COVID-19 prolongado

- **No existen biomarcadores específicos para COVID-19 prolongado (CP)**
- **Muchos de los síntomas de COVID-19 prolongado se observan usualmente en pacientes que no tienen COVID-19.**
- **Uno de cada cuatro pacientes con CP tiene limitaciones significativas en su actividad.**
 - **Relevante para los que necesitan estar físicamente activos**
 - **Trabajadores agrícolas**
 - **Otros trabajadores migrantes e inmigrantes**



Gripe estacional

- **La incidencia de la influenza tipo A aumentó a finales del verano del 2024.**
- **La influenza tipo B también llegó antes de lo habitual en la temporada de la gripe.**
- **Las vacunas contra la gripe (fluvax) suelen estar disponibles en septiembre en el hemisferio norte.**
- **La vacuna de la gripe estacional puede administrarse junto con otras vacunas como la del VRS y COVID-19.**
- **Es fundamental vacunarse antes de que empiece la temporada de la gripe en su región.**

Gripe aviar H5N1

- Los trabajadores de las lecherías y del sector avícola corren mayor riesgo de tener gripe aviar
- El público en general no corre ningún riesgo
- No se están dando vacunas contra la gripe aviar H5N1
- Queremos que la gente se vacune contra la gripe estacional para que no haya oportunidad de que se mezcle el material vírico





Virus respiratorio sincitial

- **VRS: noviembre – abril**
- **Nueva inyección VRS (con nirsevimab)**
 - Anticuerpo monoclonal que proporciona inmunidad pasiva
 - Disponible para mayores de 60 años y embarazadas
- **La vacunación ofrece resultados prometedores, reduciendo sustancialmente las hospitalizaciones en niños**

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38701823/>

Consideraciones para las poblaciones de trabajadores agrícolas

- Historial laboral del paciente
- Vivienda
- Comorbilidades
- Mayor riesgo de H5N1
- Hace que sea muy importante vacunarse contra COVID-19 y la gripe estacional
- Actividades de alcance culturalmente adecuado

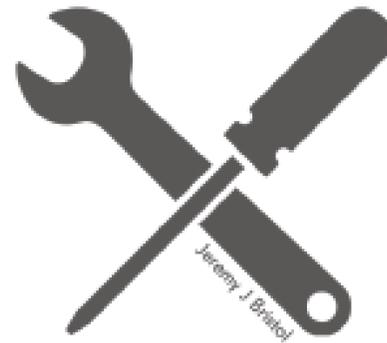


EOH Screening Questions for the Primary Care Setting

Preguntas para sondear en los lugares de atención a la salud

1 OCCUPATION OCUPACIÓN

Describe what you do for work.
Describa lo que hace en su trabajo.



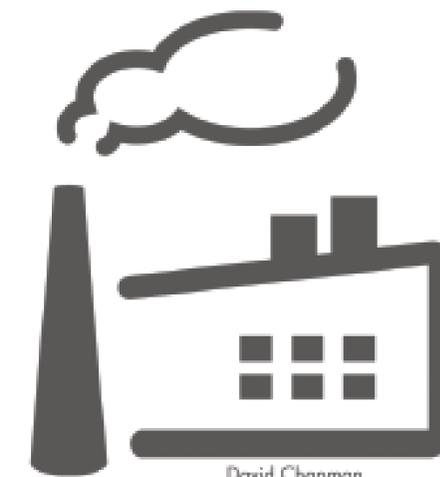
2 ACTIVITIES AND CAUSES ACTIVIDADES Y CAUSA

Are there any physical activities that you do – at work or away from work – that you feel are harmful to you?
¿Hay alguna actividad física-en el trabajo o en otro lugar-que crea usted es dañina para usted?

3 SUBSTANCES/PHYSICAL HAZARDS AND CAUSES SUBSTANCIAS/PELIGROS FÍSICOS Y CAUSA

Are you exposed to chemicals, fumes, dusts, noise, and/or high heat at your work or away from work? Do you think these are harming you?

¿Está usted expuesto a químicos, gases, polvo, ruido y/o altas temperaturas en su trabajo o en otro lugar? ¿Piensa usted que estas cosas lo pueden dañar?





Prevención

➤ Vacunas

➤ Mantener las manos limpias

➤ Equipos de protección personal

➤ Ventilación



Resumen

- **Los virus van a surgir y resurgir**
- **Sepa quién corre más riesgos**
 - **Los adultos mayores**
 - **Los niños**
 - **Los trabajadores**
- **Pregúntele a su paciente en qué trabaja**
- **La prevención sigue siendo importante**
- **Asegúrese de que los pacientes se pongan las vacunas más actualizadas**

Materiales educativos culturalmente apropiados

- Conecta con su realidad
- Conecta con lo que valoran y es importante para ellos
- Ofrece soluciones prácticas
- Presenta conceptos concretos



Centro de recursos de MCN

- Plantillas editables
- Campañas
- Capacitación para personal clínico
- Herramientas para el alcance comunitario
- Guías actualizadas

COVID-19

Nosotros en la Red de Proveedores de Servicios de Salud para Migrantes (MCN por sus siglas en inglés) tenemos como prioridad ayudar a ambos, proveedores de servicios de salud y a los pacientes vulnerables a los que sirven. La MCN desarrolla estrategias y recursos continuamente para ayudar a centros de salud, departamentos de salud, grupos comunitarios y proveedores de servicios mientras que dan alcance a nuestras comunidades generalmente desatendidas y dan cuidados a pacientes que no tendrían a donde ir en otra situación. Seguimos muy preocupados por las poblaciones vulnerables que ya enfrentan varias barreras de salud y cuidados.

Las recomendaciones cambian todos los días. Se refina nuestro entendimiento acerca de COVID-19, como funciona, como se esparce y como prevenirlo, incluyendo las vacunas, mientras que recopilamos datos nuevos y en lo que se realizan investigaciones. Inevitablemente nuestras recomendaciones se deben ajustar. Favor de seguir consultando las recomendaciones de CDC (por sus siglas en inglés) y de ajustar las estrategias correspondientes.

Favor de seleccionar las categorías a continuación para más información y recursos recomendados.

 Recursos de la vacuna contra COVID-19	 Recursos para poblaciones específicas	 Respiradores y cubrebocas	 Bienestar y salud mental
 Herramientas contra la desinformación	 Participación comunitaria	 Ventilación	 Guías para empleadores



Preguntas frecuentes: La vacuna Covid-19 y los pacientes migrantes, inmigrantes y trabajadores del sector alimenticio y agrícola

Recursos de la vacuna contra COVID-19

Recursos de MCN



Preguntas frecuentes: La vacuna Covid-19 y los pacientes migrantes, inmigrantes y trabajadores del sector alimenticio y agrícola. Disponible en [inglés](#) y [español](#).



Quién puede recibir la vacuna actualizada contra COVID-19. Disponibles en [español](#), [haitiano criollo](#) e [inglés](#).



Triptico Protéjase contra COVID-19 para la audiencia en general. Disponible en [inglés](#), [español](#), y [criollo haitiano](#).



Triptico Los niños y la vacuna contra COVID-19. Disponible en [inglés](#), [español](#), y [criollo haitiano](#).



Vacunas, respiradores y variantes de COVID-19 - Hoja informativa + plantilla. Disponible en [inglés](#) y [español](#).



Volantes de MCN/ECMHP: Qué esperar cuando se pone la vacuna contra COVID-19. Disponibles en [inglés](#), [español](#) y [criollo haitiano](#).



“Vacunación es...” Campaña de comunicación

MCN ha desarrollado materiales totalmente editables para promover la vacunación contra COVID-19 en cualquier comunidad.

Materiales Impresos | Medios sociales | Gráficos | Videos | Plantillas editables



 **Vacúnate
contra
COVID-19**

VACUNACIÓN ES ESPERANZA

Inscríbete aquí
1-800-000-0000 + website link



 **Vacúnate
contra
COVID-19**

VACUNACIÓN ES ESPERANZA

Inscríbete aquí
1-800-000-0000 + website link



 **Vacúnate
contra
COVID-19**

VACUNACIÓN ES PROTECCIÓN

Inscríbete aquí
1-800-000-0000 + website link



Preguntas frecuentes: la vacuna COVID-19 y los pacientes migrantes, inmigrantes y trabajadores del sector alimenticio y agrícola

<https://www.migrantclinician.org/blog/2024/jan/faq-covid-19-and-migrant-immigrant-and-food-farm-worker-patients.html>

PROTEGIÉNDONOS A NOSOTROS MISMOS Y A LOS DEMÁS CON RESPIRADORES Y MASCARILLAS

Podemos protegernos a nosotros mismos y a los demás al usar respiradores para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades infecciosas como la gripe, COVID-19 y otras enfermedades. También es útil usar este equipo de protección durante y después de los desastres naturales como las inundaciones e incendios forestales para evitar exponernos al moho y al humo. A veces, cuando no podemos conseguir los respiradores, podemos combinar el uso de cubre bocas o mascarillas desechables con otras estrategias de prevención para protegernos. Esta hoja informativa proporciona una referencia rápida sobre el uso apropiado de las mascarillas y los respiradores, así como también, información importante para determinar cuándo debe utilizarlos.

Tipos de mascarillas y respiradores

A la hora de elegir protección respiratoria, debemos utilizar la protección que mejor se adapte a nuestro nivel de riesgo. Es posible que deba tomar en consideración el costo y la actividad, pero la prioridad aquí es mantenerlo protegido durante el tiempo que necesite.

Recomendación: En algunos casos, su trabajo puede requerir que use un tipo específico de mascarilla o respirador.

Mascarilla desechable	Mascarilla médica	Respirador (Con o sin certificación de NIOSH)
Capacidad de filtración limitada La fabricación no está regulada. Se desecha después de un (1) uso.	Capacidad de filtración media Fabricación basada en estándares ASTM. Ejemplo: mascarilla quirúrgica. Se desecha después de un (1) uso.	Capacidad de filtración alta Ejemplo: respirador desechable KN95 o N95 OSHA exige a los empleadores que proporcionen un respirador nuevo cada día en los ambientes de trabajo en los que se requiera usar un respirador. Para uso personal (por ejemplo, para ir de compras), es posible reutilizarla cuidadosamente.

PARTES DE UN RESPIRADOR

Todos los respiradores y mascarillas deben tener tiras elásticas o ajustables y un clip o sujetador nasal ajustable. Algunos respiradores pueden tener válvulas de exhalación.

Los respiradores también tienen en el frente información reglamentaria que incluye el número que indica la eficiencia (N95, N99, N100, R95, R99, R100, P95, P99, P100), el número de lote, el número de aprobación (comienza con las letras TC) y las letras "NIOSH" en los respiradores aprobados por NIOSH.

Cuando el trabajo le exige usar un respirador, se debe hacer una prueba de ajuste para que le quede a su medida. Si el trabajo no se lo exige, puede usar el respirador sin hacer esa prueba de ajuste.

Las mascarillas médicas vienen en cajas con información sobre la identificación de las normas de control de calidad, rendimiento y seguridad denominadas ASTM (Nivel 1, Nivel 2, Nivel 3). Esta información no se le coloca individualmente a cada una de las mascarillas médicas.

USO DE LA MASCARILLA EN CINCO PASOS: Inspección, Colocación, Uso, Retiro, y Almacenamiento

- 1
Inspeccione su mascarilla y verifique que no esté rota, estirada o sucia.
- 2
Lávese las manos por 20 segundos con agua y jabón. Sostenga la mascarilla por las tiras y colóquela sobre la nariz y la boca.
- 3
Mantenga la mascarilla sobre la nariz y la boca todo el tiempo. Evite tocarla y retírela completamente a la hora de beber o comer.
- 4
Lávese las manos por 20 segundos con agua y jabón. Sostenga la mascarilla por las tiras y retírela.
- 5
Las mascarillas de un solo uso se deben desechar. Se pueden reutilizar los respiradores si se guardan en bolsas de papel y se alterna su uso con otros respiradores. Si en el trabajo le exigen usar un respirador, los respiradores de un solo uso deben desecharse al cabo de un día.

¿Cuándo es seguro dejar de utilizar protección respiratoria?

Hemos avanzado mucho desde el inicio de COVID-19. Las vacunas son nuestra mejor fuente de protección, pero las mascarillas y los respiradores siguen siendo necesarios para protegernos a nosotros mismos y a los demás. Cuando evalúe su propio riesgo hágase las siguientes preguntas y si se encuentra en los escenarios de riesgo medio o alto use protección.

Factores individuales	Riesgo bajo	Riesgo medio	Riesgo alto
¿Estoy vacunado contra COVID-19? ¿Hace cuánto tiempo me vacuné?	Recientemente me puse la vacuna actualizada.	La vacuna que tengo no es la actualizada.	No me he vacunado contra COVID-19.
¿Tengo alguna enfermedad crónica (como enfermedades del corazón, diabetes y obesidad) o respiratoria (como asma) que pueda aumentar el riesgo de infección grave? ¿Tengo un sistema inmunológico débil o deprimido?	<ul style="list-style-type: none"> No, no tengo ninguna enfermedad crónica ni respiratoria. No, no tengo un sistema inmunológico deprimido. 		<ul style="list-style-type: none"> Sí, si tengo una enfermedad <u>crónica</u> o respiratoria. Sí, si tengo un sistema inmunológico deprimido.
¿Cuántos años tengo? A mayor edad, mayor riesgo.			Tengo más de 65 años.

Factores de la comunidad

¿Conozco el nivel de transmisión de mi comunidad? *	Yo sé que el nivel de transmisión de COVID-19 en mi comunidad es Bajo (9,9% o menos)	Yo sé que el nivel de transmisión de COVID-19 en mi comunidad es Medio (10% a 19%)	Yo sé que el nivel de transmisión de COVID-19 en mi comunidad es Alto (Más del 20%)
---	---	---	--

Tipo de exposición

¿Estaré expuesto en un lugar cerrado o al aire libre? **	Estaré en un lugar cerrado con buena ventilación.		Estaré en un lugar cerrado o con una ventilación inadecuada o pobre.
¿Por cuánto tiempo podría estar expuesto?	Menos de 15 minutos (Ejemplo: Hacer una diligencia).		Más de 15 minutos (Ejemplo: Durante mi jornada laboral de 8 horas).
¿Habrá mucha gente en el evento o lugar?	Por lo menos podré estar a 6 pies de distancia de los demás.		No podré mantener la distancia de 6 pies con otras personas.

* Consulte la página de Internet de los CDC para saber más sobre los niveles de transmisión en la comunidad: https://covid.cdc.gov/covid-data-tracker/#maps_positivity-week

** Para más información sobre ventilación, consulte el recurso de MCN: <https://bit.ly/3M68pjt>

Resource updated: 10/13/23

Esta publicación ha sido financiada gracias a la subvención # U45ES006179 otorgada por el Instituto Nacional de las Ciencias de Salud Ambiental de los Institutos Nacionales de la Salud. El contenido de este recurso es responsabilidad exclusiva de los autores y no representa necesariamente la opinión oficial de los Institutos Nacionales de la Salud.

COVID-19 Y NUESTRA COMUNIDAD

¡Más vale prevenir que lamentar!



@MCN 2022 Material financiado por la Fundación Thoracic. El contenido es responsabilidad de los autores y podría no representar la visión oficial de la Fundación.

Guión técnico: Alma Galván, Jillian Hopewell, Martha Alvarado, Giovanni Lopez-Quezada
Diseño y arte: Salvador Sáenz/Uriel Sáenz



Ventilación como estrategia esencial de control de contagios

El mecanismo principal por el cual podemos contagiarnos con COVID-19 es a través del aire. Esto ocurre cuando inhalamos aire con partículas aerosolizadas o gotas finas que están contaminadas con el virus. Estas partículas son suficientemente pequeñas para viajar mayores distancias y permanecer en el aire por tiempos prolongados. Los lugares cerrados con ventilación deficiente y pocos controles como distanciamiento físico, protección facial e higiene, presentan un mayor riesgo de transmisión.

¿Qué consideraciones debemos tener en cuenta para implementar mejores estrategias de ventilación?

La ventilación adecuada es aquella que provee suficiente aire limpio para que la cantidad de particulado contaminado con COVID-19 que pudiera haber en el aire disminuya. Debido a las diferencias entre salones y estructuras, requiere que se evalúen cada uno de los espacios para determinar la mejor forma de llevar a cabo esto. Cuando se trata de la ventilación, no hay una sola respuesta. La combinación de algunas estrategias, como el uso de mascarillas y el distanciamiento físico, junto con otras estrategias pueden reducir sustancialmente el riesgo.

CONTROLES DE INGENIERÍA	CONTROLES ADMINISTRATIVOS	PROTECCIÓN PERSONAL
<ul style="list-style-type: none"> Apertura de ventanas para ventilación natural. Filtros con Valores de mínima eficiencia con clasificación 13 (MERV-13) o mayor. Unidades de filtración independiente con filtros de alta eficiencia (HEPA). 	<ul style="list-style-type: none"> Limpieza rutinaria y desinfección de superficies de contacto frecuente. Lavado e higiene de manos. Distanciamiento físico de 6 pies o más. 	<ul style="list-style-type: none"> Para determinar el riesgo de infección por COVID-19, no se base solo en la ventilación. También tenga en cuenta el estado de vacunación de la persona, cómo está su salud y su sistema inmune; así como el tiempo de exposición y la cantidad de gente en el lugar. En entornos de alto riesgo, utilice protección de alta calidad, como un respirador. En entornos con un riesgo medio, utilice una mascarilla médica o un respirador. Si tiene un respirador, se le recomienda que escoja usar el respirador y no la mascarilla para aumentar la protección.



This resource was created in partnership with the Migrant Clinicians Network.

The National Resource Center for Refugees, Immigrants, and Migrants (NRC-RIM) is funded by the U.S. Centers for Disease Control and Prevention to support state and local health departments working with RIM communities. Learn more at nrcrim.umn.edu. Last update: 07/28/2023.

COVID-19 y nuestra comunidad | rotafolio | Migrant Clinicians Network

Ventilación como estrategia esencial de control de contagios

MIGRANT CLINICIANS NETWORK



¿Te ha ayudado MCN en tu trabajo?

¿Qué ha sido lo más útil?

Ayúdanos a mantener nuestro estatus en GreatNonprofits dejándonos una reseña.!

<https://greatnonprofits.org/reviews/write/migrant-clinicians-network-inc>



Conéctese con



Escucha nuestro último episodio de podcast.

Síguenos en nuestras redes sociales



[Acceso a nuestros recursos](#)



[Obtenga información actualizada del campo](#)



[Asista a nuestros entrenamientos virtuales](#)

**¡Nomine a una
estrella emergente
del sector salud!**

<https://forms.office.com/pages/responsepage.aspx?id=NxtHHtibck6Zgif1TJY38i3nhAwyL1xEmWSHB5mhIL1UMFdJMFBMNTMwUkdFRkw5VINXR1RVTURFRC4u&route=shorturl>



KUGEL & ZUROWESTE
HEALTH JUSTICE AWARD

**Enviar antes del
25 de octubre**

Próximos seminarios Virtuales



Serie de seminarios virtuales sobre resiliencia climática para trabajadores de salud comunitaria (CHW):

La comunidad migrante y la educación

Jueves, 17 de octubre del 2024
9:00 am PT / 11:00 am CT / 12:00 pm ET+AT



https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_zAsRzZQBT1a8z-Uj12abLA



Las palabras importan

el impacto de la retórica y las políticas antiinmigrantes en los proveedores de servicios de salud y los pacientes

Una serie de 3 seminarios virtuales



https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_rz4w1axQRGCfOicSTnkcOw



La Red de Salud

Un programa de coordinación de atención médica para pacientes que se mudan durante el tratamiento

Jueves, 24 de octubre del 2024
1:00 pm PT / 3:00 pm CT / 4:00 pm ET & AT



https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_QVgTi3FYTZuIYyOnaGBu7Q

Cómo prevenir el envenenamiento por pesticidas en los trabajadores agrícolas

Sesión 2:
Consideraciones legales y de salud pública sobre las enfermedades relacionadas con los pesticidas en los trabajadores agrícolas

Jueves, 7 de noviembre del 2024
1:00 pm PT / 3:00 pm CT / 4:00 pm ET / 5:00 pm AT



https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_H31JfmdqQmaf0KfUy4jrA

Próximos seminarios Virtuales

Cómo prevenir el envenenamiento por pesticidas en los trabajadores agrícolas

Sesión 2:
Consideraciones legales y de salud pública sobre las enfermedades relacionadas con los pesticidas en los trabajadores agrícolas

Jueves, 7 de noviembre del 2024

2:00 pm PT / 3:00 pm CT / 4:00 pm ET / 5:00 pm AT



https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_H31JfmdqQmafc0KFUy4jrA

Manejo de riesgos ambientales, salud mental y el bienestar en la fase de recuperación después de un huracán

Martes, 22 de octubre del 2024

10:00 am PT / 12:00 pm CT / 1:00 p.m. ET+AT



https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_y4hIYmXnQpq8fUCpzWJE0g#/registration

Evaluación

Sus evaluaciones son importantes para nosotros. MCN utiliza sus respuestas para orientar, adaptar y mejorar nuestras oportunidades educativas en línea.

Por favor, tómense unos minutos para llenar y enviarnos la evaluación de este seminario virtual. Si desean recibir un certificado de asistencia, de educación continua en enfermería o en educación médica, se requiere que llenen y envíen la evaluación

An Update on COVID-19 and the
Seasonal Flu

