



Personas con Asma: Coronavirus (COVID-19)

Los Coronavirus son un grupo de virus comunes que se pueden propagar de persona a persona. Los síntomas más comunes son: tos seca, fiebre y dificultad para respirar. Generalmente causa infecciones leves a moderadas en las vías respiratorias superiores como el resfriado común. Pero también puede causar enfermedades más graves, como bronquitis y neumonía. Las personas con Asma están en mayor riesgo por lo que deben tomar medidas preventivas rigurosas.

¿Cómo el Coronavirus puede afectar tu asma?

- El Centro de Control de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) informa que los pacientes con Asma están a mayor riesgo de enfermedad severa por Coronavirus.
- Las pulmonías, ataques de asma y fallo respiratorio agudo son algunas de las complicaciones de contraer COVID-19.
- El Coronavirus puede ser desencadenante de ataques de Asma tanto en niños como adultos.
- Una persona asmática puede tener riesgo de muerte por exacerbaciones de asma al contraer coronavirus

Propagación del Coronavirus

- Aquellas personas que no guardan distancia mínima de 6 pies entre ellas.
- Mediante gotitas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda. Estas gotitas pueden llegar a la boca o la nariz de las personas que se encuentren cerca o posiblemente entrar a los pulmones al respirar.
- Existe la posibilidad de que una persona contraiga el COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tenga el virus y luego se toque la boca, la nariz o los ojos.

¿Cuándo necesito buscar ayuda?

- Si tiene dificultad para respirar
- Presión o dolor en el pecho
- Confusión o debilidad
- Labios azulosos (baja oxigenación)



¿Qué puedo hacer?

Usted debe tomar medidas preventivas para evitar contagiarse con el Coronavirus.

Algunas recomendaciones son:

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por 20 segundos, principalmente al toser, luego de ir al baño o antes de comer.
- Si no cuenta con agua y jabón use desinfectante de manos con al menos 70% de alcohol.
- Cúbrase la boca al toser y descarte el pañuelo desechable en un zafacón.
- Practique el aislamiento físico.
- Evite tocarse los ojos nariz y boca.

- Si tiene algún familiar con condiciones respiratorias o asma, evite el contacto con ellas.
- Tenga al día su plan de acción de asma.
- Desinfecte superficies que utiliza regularmente o se tocan frecuentemente con rociadores o toallas desinfectantes.
- Tenga cuidado con los desinfectantes con olores fuertes ya que estos pueden desencadenar un ataque de Asma.
- Edúquese y manténgase informado sobre las actualizaciones del coronavirus.

Tratamientos/Medicamentos

- Al presente no existe tratamiento ni vacuna específico para tratar la infección por Coronavirus. La mayoría de las personas mejoran por sí solas. Para aliviar los síntomas se recomienda tomar medicamentos para el dolor, fiebre y tos. También es importante tomar mucho líquido, descansar y comer Alimentos nutritivos. Recuerde que siempre es importante consultar con su médico.

¿Cómo prepararme si soy asmático?

Si se siente enfermo comuníquese con su médico. Llame antes de ir. Tenga a la mano y discuta el plan de acción con él y con sus familiares.

- Tenga sus medicamentos de mantenimiento.
- Tenga sus inhaladores de rescate a la mano.
- Valide con su médico que tenga receta o medicamentos de reserva para un mínimo de 30 días.
- No es momento de cambiar o discontinuar medicamentos, ya que esto pudiera descontrolar su Asma.
- Duerma en cuartos separados si es necesario.
- Utilice un baño solo para usted si tiene las facilidades.
- Repase su plan de acción de Asma.

- Hable con sus familiares sobre su plan de acción.
- Evite salidas y viajes innecesarios.
- Recuerde que los equipos de asma son de uso personal, por lo que no se comparten.
- Evite el contacto directo con personas enfermas.

Comuníquese con su Médico Primario

Es importante que mantenga comunicación con su médico para recibir más información o consejería de como usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones físicas y emocionales sobre Coronavirus. Esta hoja educativa no sustituye una consulta médica.

Importante

Si usted necesita servicios de emergencia puede marcar el 9-1-1, o ir a cualquier sala de emergencias.

Si usted presenta algún síntoma que entienda requiere atención inmediata, antes de visitar una sala de emergencias, puede comunicarse libre de cargos a la Línea de Consejería Médica al 1-844-347-7801, veinticuatro (24) horas al día, siete (7) días a la semana. Usuarios de TTY/TDD deben llamar al 1-844-347-7804. Al llamar a la Línea de Consejería Médica antes de visitar una sala de emergencias, usted estará exento de pagar el copago por los servicios recibidos durante su visita a la sala de emergencias.

Contáctenos

Departamento de Servicio al Cliente
1-844-347-7800
TTY/TDD 1-844-347-7805
Visite nuestra página electrónica
www.firstmedicalvital.com

Referencias

Cómo se propaga el COVID-19. Recuperado de: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/transmission-sp.html>
Personas con mayor riesgo de enfermarse gravemente. Recuperado de <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/people-at-higher-risk.html>
Personas con asma moderada a grave. Recuperado de: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/asthma.html>