

COVID-19 GUÍA PARA LA COMUNIDAD ELA

Las personas que viven con esclerosis lateral amiotrófica a menudo tienen mayores dificultades con la respiración y la función pulmonar. Esta guía ha sido creada por expertos de ELA en Canadá para ayudarles a saber qué hacer durante esta fase de la pandemia de COVID-19.

PREVENCIÓN:

- Quédate en casa a menos que necesites asistencia médica de urgencia.
- Lava tus manos con regularidad con agua y jabón por aproximadamente 20-30 segundos.
- Limpia diariamente con regularidad todas las superficies que tocas. Esto incluye el celular, manijas, reposabrazos de la silla de ruedas, bandejas, mesas, etc.
- Mantén un inventario de 30 días de tus medicamentos, suplemento nutricional e insumos (incluyendo lo que necesitas para mantener tu gastrostomía).

ENFERMERAS Y AUXILIARES DE ENFERMERÍA:

- Averigua con la agencia/empresa de cuidado en casa que te apoya sobre los protocolos para evitar contagio del COVID-19 y el apoyo de reserva si sus auxiliares y enfermeras se enferman.
- Mantén una línea de contacto con tus enfermeras y auxiliares antes de que vayan a tu casa, y asegúrate de que no han estado expuestas en una zona afectada o cerca a personas expuestas al virus. No deben ir a tu casa si han tenido fiebre, tos, o problemas para respirar.
- Pide que se laven bien las manos al llegar a la casa y antes de tocar algo, y lavarlas cada vez que van a dar algún tipo de cuidado.
- Asegúrate de que tu y tus auxiliares se laven las manos antes y después de cada cuidado.
- Ten un plan de reserva en caso de que tu auxiliar no llegue a su turno o se enferme.

SI ESTÁS ENFERMO, O CREES QUE TIENES COVID-19:

- Llama a tu EPS, secretaría de salud, autoridad de salud de tu municipio, o al número telefónico de tu zona habilitado para el COVID-19.
- Llama al centro de salud que por lo general atiendes antes de ir personalmente, explícales tu diagnóstico y los síntomas que tienes.
- Has un aislamiento en casa si tienes fiebre, tos y síntomas respiratorios.

MANTÉNTE INFORMADO:

- Revisa las recomendaciones de la secretaría de salud, tu EPS, y autoridad de salud en la zona donde te encuentras por los menos cada 24-48 horas.
- No creas todo lo que lees, hay mucha información falsa. Confirma su precisión y autoría. Google y Facebook están tratando de filtrar la información falsa, pero lo mejor es que te guíes por los centros médicos, profesionales, y ACELA.



SI USAS VENTILADOR, BIPAP U OTRO DISPOSITIVO DE AYUDA RESPIRATORIA:

- Habla con tu proveedor del equipo y con tu terapeuta respiratoria sobre las medidas de prevención que se deben tomar en tu casa por parte tuya, familiares, cuidadores y auxiliares.
- Limpia tu equipo con regularidad, y reemplaza los filtros con regularidad siguiendo las instrucciones del manual de tu equipo.
- Asegúrate de tener reserva suficiente en insumos, filtros y mangueras.

Fuente: ALS Societies across Canada. "COVID-19 Guidance for the ALS Community." March 17, 2020.

<https://www.alsmndalliance.org/wp-content/uploads/2020/03/COVID-19-ALS-Clinician-Guidance-Document-2020-03-17-FINAL-EN.pdf>

NOTA: Esta guía fue creada por expertos clínicos de ELA sobre la base de un documento compartido por expertos clínicos en la Comunidad de Lesiones de la Médula Espinal el 16 de marzo de 2020 en consulta con especialistas en enfermedades infecciosas. Este documento se basa en la mejor evidencia disponible en el momento de su publicación. No podemos garantizar que la guía se mantenga actualizada, ya que la pandemia está cambiando diariamente.

