

MEDIDAS PREVENTIVAS CON PERSONAS DE TERCERA EDAD ANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19

REFERENCIA: CLARÍN.COM, OF THE NEW YORK TIMES INTERNATIONAL WEEKLY

Ante la pandemia del COVID-19, resulta necesario estar en un estado de vigilia constante y no caer en confianza extrema. La confianza extrema resultado de la idea de que no me va a tocar a mí, puede poner en mayor riesgo a la población de la tercera edad; y especialmente aquellos que ya tienen una condición de salud previa.

"Todavía no hay pruebas de que las personas mayores tengan una probabilidad significativamente mayor de adquirir el coronavirus que las personas más jóvenes. Pero los expertos médicos dicen que, si las personas mayores de 60 años están infectadas, tienen más probabilidades de padecer una enfermedad grave que ponga en peligro su vida, incluso si su salud general es buena. Las personas mayores con afecciones médicas subyacentes corren un riesgo particularmente alto. Los expertos atribuyen parte del riesgo al debilitamiento del sistema inmunológico que surge con la edad", según cita el Clarín.com, of The New York Times International Weekly.

La gente se equivoca al asumir que, si una condición de salud previa se maneja bien con el tratamiento, están fuera de peligro. Incluso los que tienen afecciones estables deben tomar precauciones adicionales.

"Estas afecciones pueden limitar la reserva subyacente y conducir a peores resultados cuando las personas mayores se enferman gravemente, lo que grava todos los sistemas orgánicos", dijo la Dra. Annie Luetkemeyer, especialista en enfermedades infecciosas del Hospital General Zuckerberg de San Francisco. Por ejemplo, la diabetes puede dificultar la lucha contra las infecciones, y las enfermedades cardíacas o pulmonares previas pueden hacer más difícil que esos órganos puedan mantener el ritmo de las demandas creadas por una infección grave de COVID-19", dijo, refiriéndose al síndrome causado por el nuevo coronavirus."



Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, la Organización Mundial de la Salud, los geriatras y los especialistas en enfermedades infecciosas han recomendado varias prácticas óptimas para proteger a la población de la tercera edad.

1. No olviden seguir los cuidados básicos de lavado de las manos.
2. Evite los gestos físicos de cariño con los familiares.
3. No asista a lugares donde hay muchas personas aglomeradas.
4. Limpie más corrido los objetos que se tocan en la casa con mayor frecuencia.
5. Evite el uso de los medios de transporte masivo.
6. Procure mantener su alacena de alimentos al día.
7. Posponga cualquier viaje de vacaciones, hasta que todo se normalice.
8. De requerir asistencia a sus citas médicas esenciales, confirme que las medidas de protección se sigan en el dispensario médico.
9. Comuníquese con su medico primario y solicite que le prescriba los medicamentos de mantenimiento para el período máximo de consumo que es permitido, según condición.
10. Considere la telemedicina, como una opción para no perder su cita.

¡En INSPIRA estamos presente en todo lugar! **Ahora con servicio telefónico y virtual disponible!**

¡Llámanos, en INSPIRA te queremos saludable!

(787)704-0705 / WWW.INSPIRAPR.COM