Nefrología al día

Sociedad Española de Nefrología

ID COVID-012

Enero 2022. Covid leve: no acuda a centros sanitarios

Actualizado el **1 de enero de 2022**

CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO

Enero 2022. Covid leve: no acuda a centros sanitarios. En: Lorenzo V, López Gómez JM (Eds). Nefrología al día [Internet]. ISSN: 2659-2606. 2022 Disponible en: https://nefrologiaaldia.org/articulo/enero-2022-covid-leve-no-acuda-a-centros-sanitarios/

CONTENIDO

¿Tengo Covid por el test de antígenos positivo? 1
¿Debo acudir a un centro de salud o a Urgencias para confirmar? 1
¿Y entonces qué hago? 2
¿Ósea que ahora el curro está por delante de la salud? 2
Pero yo no estoy en EEUU, estoy en España 2
¿Y esto cuando se acaba? 3

Desde hace un par de semanas, vengo asumiendo como médico, al igual que otros compañeros, la responsabilidad de cuidar a distancia a pacientes familiares, amigos, conocidos y conocidos de conocidos que tienen Covid diagnosticados por test de antígenos. Todos ellos o bien son asintomáticos o presentan síntomas catarrales sin más. Lógicamente aquellos con síntomas más intensos como fatiga, fiebre, tos intensa y gran quebrantamiento los remito a su Centro de salud o a urgencias. Entre los 23 que de momento llevo cuidando, tan sólo uno he remitido a un centro sanitario. Y estos son mis consejos y respuestas a sus preguntas.

¿Tengo Covid por el test de antígenos positivo?

Se lo vuelvo explicar. El resultado positivo de una prueba de antígeno se considera preciso cuando las instrucciones se siguen detenidamente. Un resultado negativo significa que es posible que no tenga una infección. Repetir la prueba con al menos 24 horas aumentará la confianza de que no está infectado.

¿Debo acudir a un centro de salud o a Urgencias para confirmar?

Si es positivo no tiene nada que confirmar. Y si está asintomático o tiene síntomas catarrales leves no debe desplazarse. Los servicios de salud están sobrecargados y los profesionales agotados. No van a hacer nada más que lo que yo le voy a contar y usted va a dificultar muchísimo su trabajo con personas con Covid moderado grave.

¿Y entonces qué hago?

Muy sencillo. Lo primero ponerse la mascarilla y aislarse tranquilito en su casa. Si no hay contraindicaciones, medicarse con paracetamol 1 gramo alternando con antinflamatorio casa seis u ocho horas dependiendo de su situación, durante 2-4 días. Beba agua abundante y procure estar en habitación ventilada periódicamente. Contacte con su centro de salud o con el teléfono adecuado para reportar su situación. Sí, lo sé, pero insista que al final le atenderán.

¿Y si me encuentro francamente mal con mucha fiebre y con tos o empiezo con algo de fatiga? Entonces usted ya no tiene un Covid leve. Acuda a Urgencias

Pues vaya rollo. Después de tanta vacuna y tanto lío ahora resulta que las vacunas no funcionan. Los estudios de las vacunas demostraron una alta eficacia para prevenir la enfermedad, pero no para prevenir la infección, así que no han fallado. Es cierto que, con la variante ómicron, con tantas mutaciones, todos necesitamos una tercera dosis, algo que ya he dicho muchas veces que es un tema urgente. Con ómicron, lo que define la protección es haber recibido la tercera dosis y no el estar vacunado de dos dosis.

¿Y por qué ahora los días de aislamiento son diferentes? Porque la verdad es que ahora lo vuelven a cambiar y nos tienen muy, pero que muy hartitos. Inicialmente las personas infectadas con coronavirus debían aislarse durante 10 días. Con esta variante ómicron mucha gente se infecta, pero son asintomáticos. Las elevadas bajas laborales están alterando gravemente muchos servicios esenciales en el mundo. Un ejemplo es la ciudad de Nueva York con un 30% de los bomberos de baja hasta el momento. Así que tenemos que encontrar un balance adecuado entre la salud pública y el funcionamiento del país. La decisión ha sido diferente entre los países.

¿Ósea que ahora el curro está por delante de la salud?

Pues no. Le estoy hablando de un equilibrio. En EEUU el Center of Diseases Control (CDC) ha decidido que la gente que está infectada pero asintomática debe aislarse 5 días y si permanece asintomática, pueden incorporarse al trabajo con mascarilla permanentemente durante los cinco días restantes. La razón es que si miramos el riesgo de transmitir una infección por una persona infectada durante los primeros cinco días (1-5) versus los segundos cinco días (6-10), la mayoría del riesgo se produce en los primeros cinco días . Por ello, el riesgo de transmitir durante los días 6-10 es muy muy bajo. Muchos pensamos que un test de antígenos negativo al final del quinto día, aunque no tenga un valor predictivo para transmisión, sería un dato interesante a incorporar.

Pero yo no estoy en EEUU, estoy en España

Bueno tranquilo que se lo explico. En España el Gobierno y las Comunidades autónomas han decidido aislamiento de siete días después de la realización del test para los asintomáticos o aquellos con síntomas leves tales como dolor de cabeza, mucosidad nasal, dolor de garganta, haber tenido un día fiebre o cansancio. Y son necesario dos días sin síntomas. No hace falta confirmación de que ya es negativo.

¿Y esto cuando se acaba?

La esperanza es esencial para vivir. Esta "vacunación masiva" con ómicron, los nuevos tratamientos antivirales orales y las próximas vacunas esterilizantes, si además somos capaces de vacunar el resto del mundo, nos traerán de vuelta la vida que vivíamos y no apreciábamos suficientemente.

Nefrología al día · Sociedad Española de Nefrología · ISSN 2659-2606
https://nefrologiaaldia.org/articulo/enero-2022-covid-leve-no-acuda-a-centros-sanitarios/