

# Orientaciones para la detección y el reporte de los casos de **COVID-19** en comunidades indígenas



¡Una **comunidad** organizada es **sana** y **segura**!



# Orientaciones para la detección y el reporte de los casos de COVID-19 en comunidades indígenas

Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud Pública  
Dirección de Pueblos Indígenas u Originarios

Catalogación hecha por la Biblioteca Central del Ministerio de Salud

Orientaciones para la detección y el reporte de los casos de COVID-19 en comunidades indígenas. Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud. Dirección de Pueblos Indígenas u Originarios - Lima: Ministerio de Salud; 2020. 13p; ilus.

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°. xxxxxxxx

**Orientaciones para la detección y el reporte de los casos de COVID-19 en comunidades indígenas. Cartilla dirigida a agentes comunitarios. Ministerio de Salud**

**Ministerio de Salud**

Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud - Dirección de Pueblos Indígenas u Originarios.

**Equipo elaborador:**

Dr. Mario Rodolfo Tavera Salazar, Asesor del Despacho Viceministerial de Salud Pública.

Dr. Aldo Javier Lucchetti Rodríguez, Director General de Intervenciones Estratégicas en Salud Pública.

Mg. Julio Mendigure Fernández, Director Ejecutivo de la Dirección de Pueblos Indígenas u Originarios.

Dra. Karim Jacqueline Pardo Ruiz, Directora Ejecutiva de la Dirección de Prevención y Control de Enfermedades Metaxénicas y Zoonosis.

Lic. Roxana del Carmen Torricelli Farfán, Directora Ejecutiva de la Oficina de Comunicación Estratégica de la Oficina General de Comunicaciones.

Econ. Fátima del Carmen Vásquez Chirre, Monitora Nacional del Plan de Intervención del Ministerio de Salud para comunidades indígenas y centros poblados frente al COVID-19.

Dr. Luis Enrique Ramos Correa, Miembro del Equipo Técnico de la Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud Pública.

Dr. Isaac Efraín Alva López, Miembro del Equipo Técnico de la Dirección Ejecutiva de Pueblos Indígenas u Originarios.

Lic. Helga Liliana García Muñoz, Miembro del Equipo Técnico de la Oficina de Comunicación Estratégica de la Oficina General de Comunicaciones.

**Diagramación:**

DIGLION E.I.R.L.: Felipe Chempén

**Dibujos:**

Carlos Palacios

**© MINSA, diciembre 2020**

Ministerio de Salud  
Av. Salaverry N° 801, Lima 11-Perú  
Telf.: (51-1) 315-6600  
<https://www.gob.pe/minsa/>  
webmaster@minsa.gob.pe

**1ª. edición,** diciembre 2020

**Tiraje:** 5.000 unidades

**Imprenta**

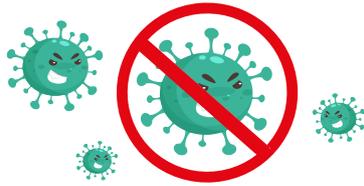
Vértice Consultores Gráficos SAC  
Av. Boulevard N° 1040 Urb. El Artesano. Ate – Lima  
Teléfono: 4322486 / 417\*1551  
vertice@verticeperu.com

**Versión digital disponible:**

<http://www.minsa.gob.pe/bvsminsa.asp> (o según ruta asignada por la Biblioteca Minsa)

---

La publicación de este documento ha sido posible gracias al apoyo de la cooperación alemana para el desarrollo, implementada por la Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH a través del Proyecto Mejorar de la Atención Sanitaria de los Pueblos Indígenas en la Amazonía Peruana en Tiempos de COVID-19.



## ¿QUÉ ES LA COVID-19?

Es el nombre de una enfermedad nueva que se transmite muy rápido de persona a persona. Se trata de un virus que pasa de una persona infectada a otra que esté cerca. Esta transmisión se produce a través de tos, estornudos o gotitas de saliva que contaminan los objetos que se tocan.

## SÍNTOMAS DE LA COVID-19

Fiebre de más de 38° C y dolor de cabeza



Tos y problemas para respirar



Dolor de garganta



### IMPORTANTE



La COVID-19 no es una gripe o resfrío común, sino una enfermedad que, en algunos casos, puede agravarse. Por ello, se deben seguir las medidas de protección y de cuidado que indica el personal de salud: Lavado de manos, uso correcto de la mascarilla, distanciamiento social y no reuniones sociales.

## FACTORES DE RIESGO QUE PUEDEN COMPLICARSE ANTE LA COVID-19



Más de 65 años.



Obesidad.



Diabetes.



Enfermedades que afectan los pulmones.



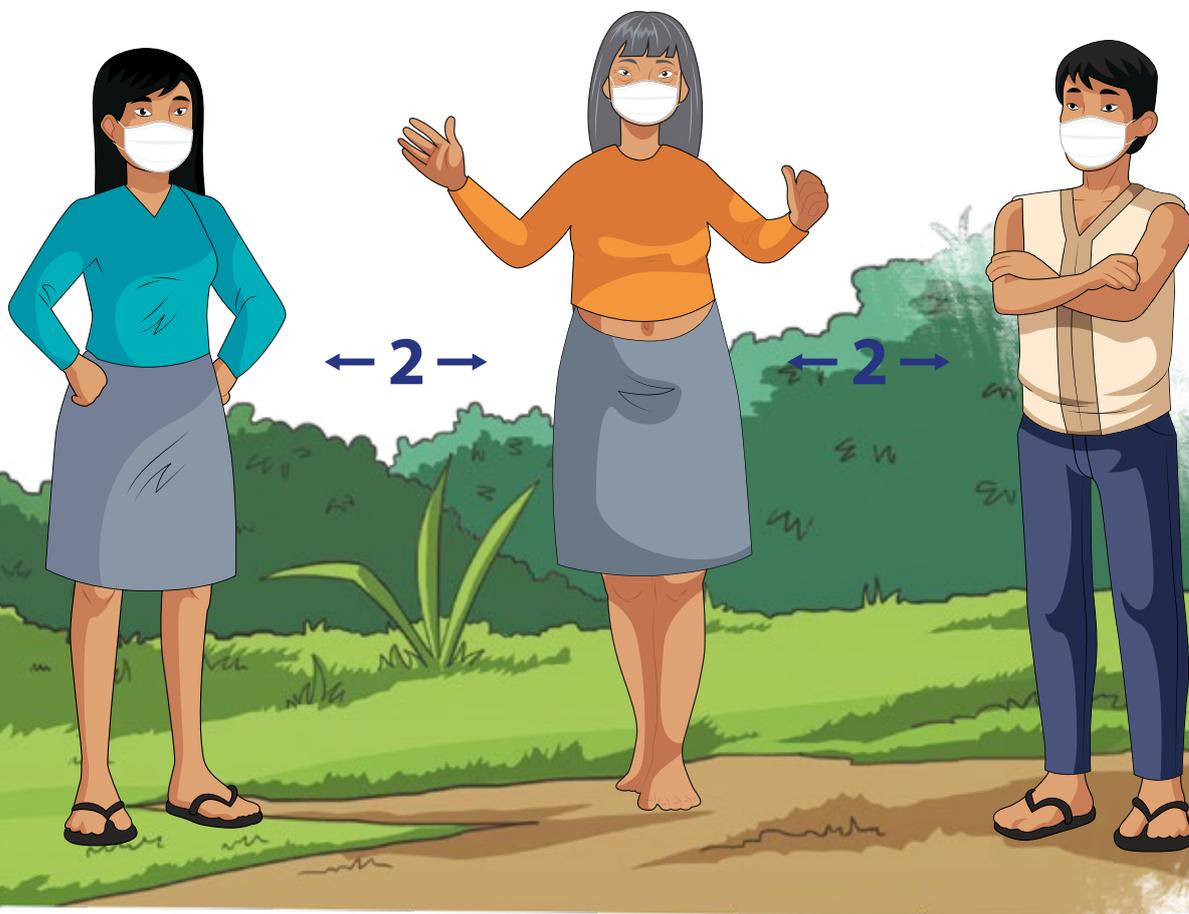
Enfermedades de los riñones.



Enfermedades del corazón y las arterias.



Tuberculosis o cáncer.





## ¿CÓMO SE CONTAGIA?

El virus se contagia al pasar de un ser humano a otro.

Está en los fluidos de las vías respiratorias: la saliva (en la boca) y los mocos (en la nariz). Cuando alguien habla, grita, canta, estornuda o tose, miles de virus son expulsados en gotas muy pequeñas de saliva.

## EL CONTAGIO SE PRODUCE CUANDO:

- El virus es inhalado directamente por personas que se encuentran cerca —a menos de 2 metros de distancia— de la persona infectada. Sobre todo, si no tienen mascarilla.
- El virus lo llevas a la cara cuando te tocas los ojos, la nariz o la boca.
- El virus puede permanecer unos momentos en el aire, o caer y contaminar la superficie de mesas, sillas, ropa, mosquiteros, billetes o monedas, cartón y el suelo.





## FORMAS MÁS COMUNES DE CONTAGIO

La manera más común de contagiarse es el contacto cercano entre personas que no se cubren la nariz y la boca con una mascarilla. El virus es llevado de persona en persona a las comunidades. Hasta ahora no se ha demostrado que el virus se transmita por la sangre ni por picadura de mosquitos ni por contacto con el excremento; tampoco la madre le transmite por la leche a su hijo cuando le da de lactar. Para evitar el contagio debe usar mascarilla y lavarse las manos cuando da de lactar.

Cuando en la casa hay una persona con COVID-19, todo lo que usa —platos, cucharas, tenedores, vasos, mocahuas, callanas— debe ser lavado aparte con agua y detergente. No se debe comer en el mismo plato ni tomar de su mismo vaso.

Asimismo, las personas enfermas o que presenten síntomas no deben preparar los alimentos. Dependiendo de sus fuerzas, es mejor que cuando se bañe, lo haga a parte con sus propios baldes o tinas.

## ¿CÓMO EVITAR EL CONTAGIO?

### 1 Usa mascarilla cuando salgas de casa.

Al salir de nuestras casas, todos debemos cubrir bien nuestra nariz y boca con una mascarilla comunitaria. Así se protege la persona que la usa y también quienes están cerca, evitando que el virus se disperse. Como no sabemos quién tiene el virus y quién no, es más seguro pensar que todos ya lo tenemos para cuidarnos más.

#### Recuerda:

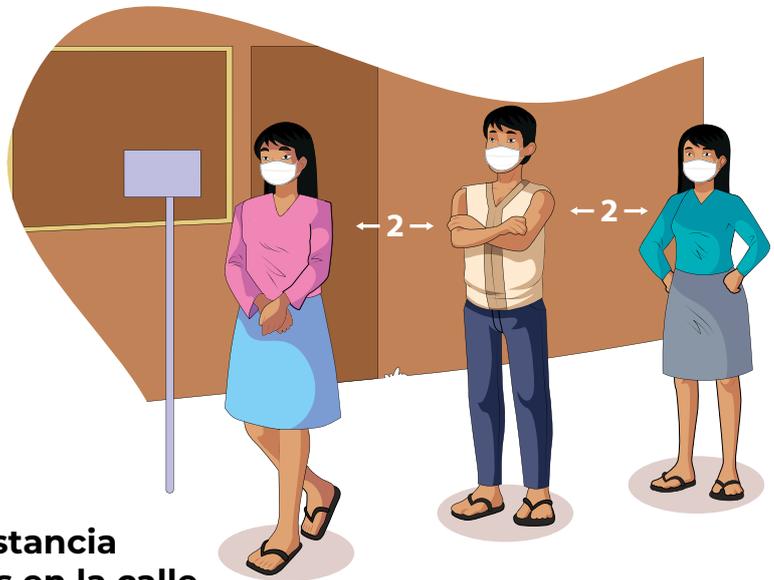
- Lávate bien las manos antes y después de ponerte la mascarilla.
- Evita tocarla cuando la tengas puesta.
- Usa agua de chorro.
- Usa tu mascarilla comunitaria.



## 2 Lávate bien las manos cuando regreses a casa.

Para prevenir la COVID-19, es necesario que todos nos lavemos con abundante agua y jabón durante por lo menos 20 segundos.

Tenemos que lavarnos cada vez que regresemos a nuestras casas, después de haber estado en contacto con otras personas, después de ir al banco o el mercado, y después de haber estado en contacto con una persona enferma. Si no hay jabón o agua de caño, usa detergente y un tazón con agua de río; después de lavarse, bota el agua en un lugar donde no pase gente. También se puede usar alcohol al 70%.



## 3 Mantengamos una distancia mínima de dos metros en la calle

Al salir de casa, uno debe mantenerse siempre a una distancia de por lo menos 2 metros de las demás personas.

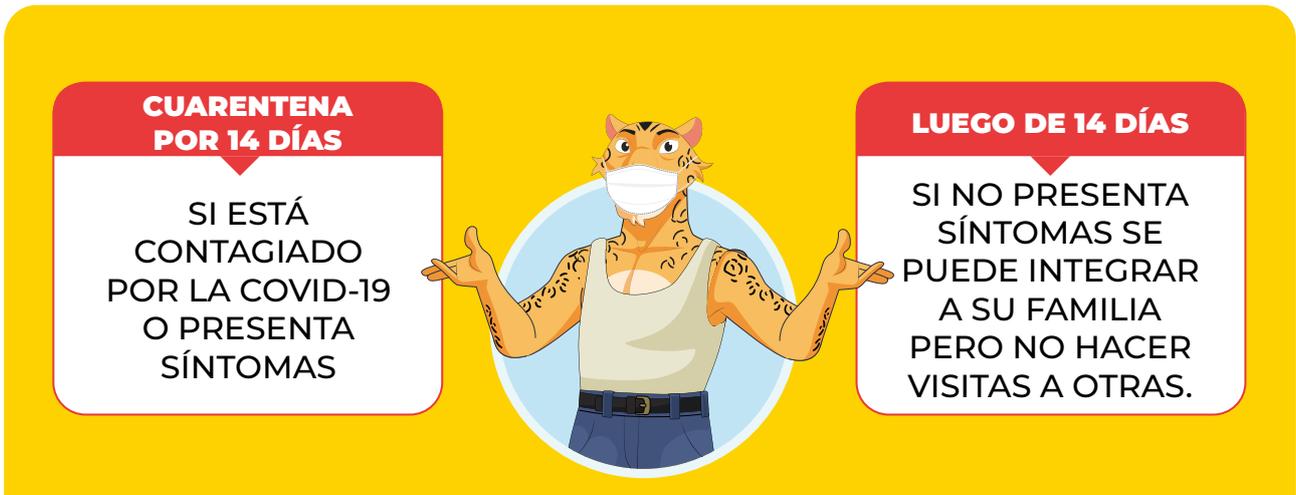
Como ya hemos dicho, el virus sale por la boca de la persona enferma —aunque no tenga síntomas— y viaja a través de gotas de saliva muy pequeñas. Siempre que hablamos, todos expulsamos un poco de saliva, pero si uno está a 2 metros de distancia y usa mascarilla, el riesgo se reduce considerablemente.

## 4 ¿Cuán grave es la COVID-19?

Los estudios indican que de todas las personas contagiadas el 80% desarrolla la enfermedad levemente; otro grupo, el 15%, desarrolla la enfermedad de manera grave: necesitan oxígeno, y deben ser hospitalizados porque necesitan atención médica especializada. Por último, el 5% de los contagiados desarrollan la enfermedad en forma crítica: les da una neumonía grave y necesitan equipos que los ayuden a respirar y que solo los maneja un especialista.



## CUARENTENA EN AISLAMIENTO



El paciente contagiado de COVID-19 debe mantenerse aislado durante 14 días; no puede estar en contacto con nadie, incluyendo los miembros de la familia. Durante ese periodo, puede desarrollar los síntomas leves.

El aislamiento es necesario para que no contagie la enfermedad a otras personas.

Pasados los 14 días, si no tiene ningún síntoma ni malestar, se puede integrar a su familia, pero igual no debe visitar a otras familias.

## ¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO DE LA COVID-19?

Hasta el momento, no existe un tratamiento probado para eliminar al virus. El cuerpo mismo se protege mediante sus propias defensas, que es el sistema inmunológico, que combate las infecciones. Por eso, es posible que los enfermos se recuperen sin ninguna medicina. La mayoría de veces, el sistema inmune logra vencer la infección, pero en algunos casos graves no puede y ahí es cuando comienzan las complicaciones y se necesita atención médica.

Por el momento, no existe ninguna vacuna ni medicamento específico para prevenir y curar la COVID-19. Se debe ayudar a reducir los síntomas que causen malestar, como el dolor y la fiebre, para lo cual es importante mantener aislado, en reposo e hidratado al paciente.



### IMPORTANTE

Las familias deben estar preparadas y organizadas ante la COVID-19. Así, es necesario que identifiquen a las personas que corren el riesgo de enfermarse gravemente y sepan cómo trasladarlas al centro de salud mas cercano, en caso de que les haga falta atención médica.

## ¿CÓMO TRATAR LOS CASOS LEVES?

El tratamiento sirve para aliviar los síntomas: el malestar, la fiebre, el dolor. Recuerda que una persona tiene fiebre cuando el termómetro indica más de 38°C.

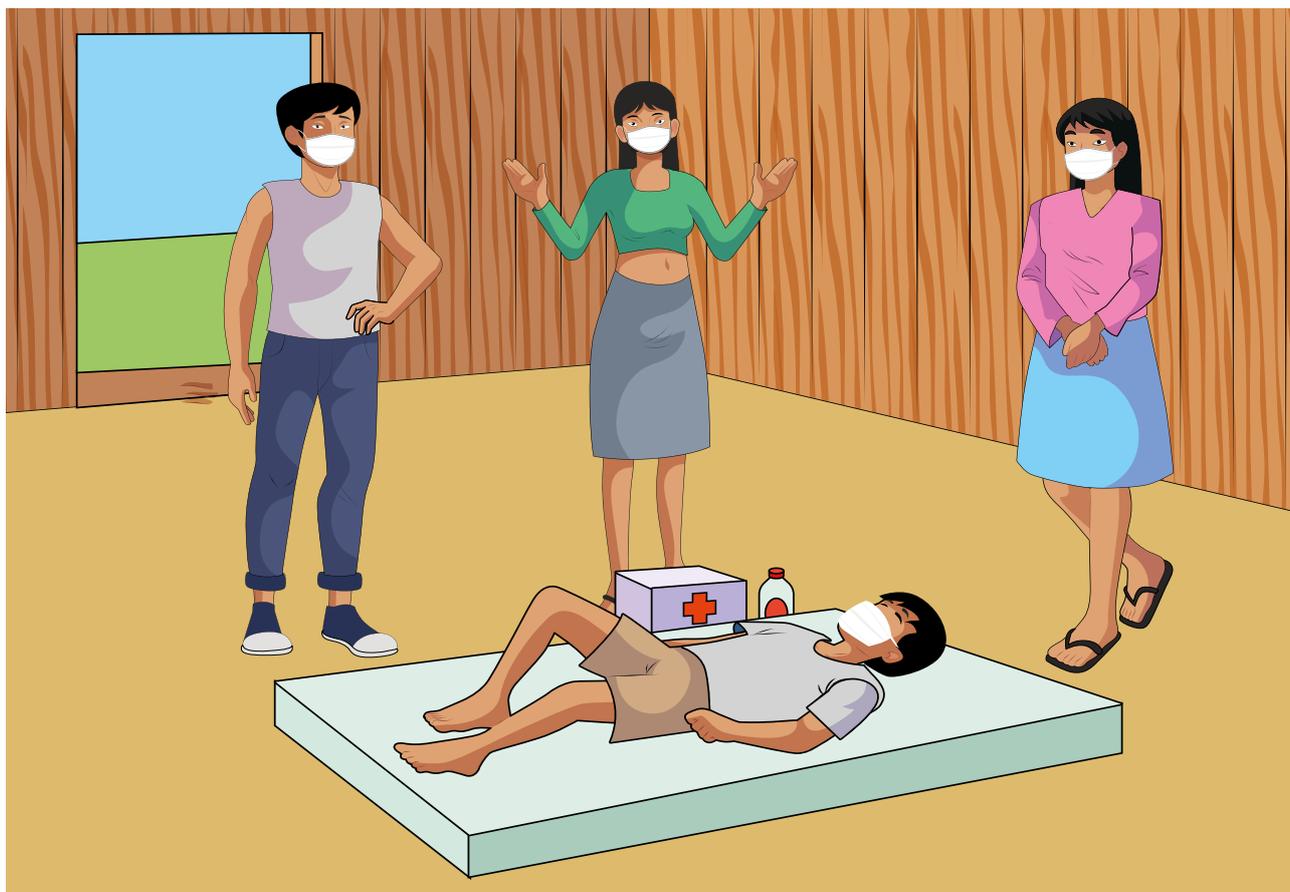
**Para calmar el dolor de cabeza o de cuerpo, así como para bajar la fiebre, se puede tomar una pastilla de Paracetamol, según indique el médico.**

Asimismo, el paciente debe tomar cada día por lo menos dos litros de agua hervida fría o infusiones de plantas locales que se usan para los resfríos. Si tiene mucha diarrea, también puede beber líquidos como sopas o con sales rehidratantes.

En cuanto a la alimentación, es normal: puede comer todo lo que desee.

## CÓMO SE DEBE VIGILAR A UN PACIENTE QUE PRESENTA FACTORES DE RIESGO PARA DESARROLLAR LA ENFERMEDAD GRAVE

Si ve que un paciente está empeorando, hay que llevarlo rápidamente al centro de salud. Solo una persona capacitada puede atender y cuidar en forma adecuada a los pacientes.



**SIGNOS DE ALARMA:**

1. Dificultad para respirar.
2. Desorientación, confusión.
3. Fiebre por más de dos días.
4. Dolor en el pecho.
5. Color azulado de los labios.
6. Saturación de oxígeno menos a 95%.

En general, hay que prestar mucha atención durante las primeras dos semanas.

- **Primera semana:** El paciente puede presentar síntomas como malestar general, fiebre, dolor de cabeza, dolor de garganta, tos, pérdida del olfato, alteraciones del gusto, diarrea, náuseas o dolor de pecho. Los síntomas pueden durar de 6 a 7 días, y después se produce cierta recuperación. No debe automedicarse.
- **Segunda semana:** Si los síntomas continúan, a partir del día 14 de enfermedad, las personas que van a desarrollar la enfermedad grave pueden empeorar por la falta de aire, al punto de que no pueden hablar ni respirar hondo. Además, les duele el pecho y están muy cansados.

Estos síntomas indican que la neumonía se está agravando y podrían necesitar oxígeno. Es importante llevar la cuenta de cuántos días presenta los síntomas el paciente.

Si se tiene un oxímetro de pulso y se observa que el paciente presenta 94% o menos de saturación de oxígeno, quiere decir que está empeorando, pues no puede respirar bien y puede ser una neumonía. Una saturación de oxígeno de 92% o menos indica que hay que acudir rápidamente a un centro de salud para que el paciente reciba tratamiento médico.

**MEDICINA TRADICIONAL Y TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS**

Si quieres, además de las medicinas que receta el médico, complementariamente, puedes usar plantas medicinales que tradicionalmente se usan para aliviar los síntomas respiratorios.





Av. Salaverry 801, Jesús María - Lima - Perú  
Central: (511) 315-6600