



Archivo editado y publicado en [www.oftalmologos.org.ar/coronavirus](http://www.oftalmologos.org.ar/coronavirus) el 16 de abril de 2020 (Versión 1)

## **CORONAVIRUS: INFORMACIÓN PARA LA POBLACIÓN GENERAL**

### **¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS?**

Coronavirus es la forma de llamar a una familia de virus que pueden producir enfermedades en animales y humanos. En humanos, pueden producir un resfrío común, gastroenteritis, conjuntivitis o enfermedades severas respiratorias.

En este momento nos encontramos afrontando una pandemia (significa que una infección afecta a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una región) por un nuevo coronavirus, recientemente descubierto, que se denomina SARS-CoV-2 y produce una enfermedad denominada COVID-19.

### **¿POR QUÉ TODOS HABLAN DEL CORONAVIRUS?**

Este nuevo virus, el SARS-CoV-2, es muy contagioso, y en un grupo pequeño de la población, puede producir una enfermedad que resulte muy grave que requiera internación en terapia intensiva. Al ser tan contagioso, rápidamente puede afectar a mucha gente y llevar a que el sistema de salud colapse.

Esto sucedió en otros países donde comenzó el brote antes que en la Argentina. Conociendo estas características del virus, podemos tomar las medidas necesarias, para que su impacto en nuestra población sea lo más suave posible, permitiendo que el sistema de salud responda a los pacientes que lo necesiten. El gobierno implementó una cuarentena para reducir el número de contagios posibles y ganar tiempo, preparando al sistema de salud para responder a esta pandemia.

### **¿QUÉ SÍNTOMAS TIENE LA ENFERMEDAD POR CORONAVIRUS COVID-19?**

Los pacientes suelen tener los síntomas de una infección viral de vías respiratorias bajas: fiebre, decaimiento y tos seca. Otro grupo de pacientes pueden también tener dolor muscular, congestión nasal, dolor de garganta, ocular, conjuntivitis y/o diarrea.



Cuando existe falta de aire, el paciente debe tener asistencia médica de forma urgente. Es en estos casos que la enfermedad puede tornarse muy complicada.

El 80 por ciento de los pacientes transitan esta enfermedad de forma leve a moderada, con buena recuperación y, por lo general, sin necesidad de asistencia. El 15 por ciento representa casos más severos, donde hay falta de aire, y un 5% alcanza un estado crítico.

Existen pacientes que no tienen síntomas y, sin embargo, son portadores de la enfermedad y pueden contagiar. Es por esto que debemos seguir la recomendación de distanciamiento social y tomar todas las medidas de protección personal necesarias al interactuar con otras personas, tengan o no síntomas de la enfermedad.

### **¿CÓMO SE TRANSMITE EL CORONAVIRUS?**

Cuando alguien con coronavirus tose, estornuda o habla, el virus es despedido al aire a través de pequeñas gotitas de secreción, desde la boca o la nariz. Si Usted se encuentra muy cerca, es muy posible que inhale esas gotitas diminutas a través de su boca o nariz. Estas pequeñas gotas pueden entrar a su cuerpo a través de sus ojos también.

Otra forma de infectarse es por contacto, esto es tocándose los ojos, la nariz o la boca, después de haber tocado algo contaminado por el virus.

### **¿CÓMO AFECTA EL CORONAVIRUS A LOS OJOS?**

Es posible que el coronavirus cause una conjuntivitis (infección ocular que cursa con ojo rojo) y ser el primer síntoma, pero esto es extremadamente inusual. En casos severos, se ha detectado que hasta la mitad de los pacientes tienen alguna manifestación ocular (lagrimeo, inflamación de la conjuntiva, ojo rojo, entre otros).

Si Usted tiene síntomas compatibles con conjuntivitis, no se alarme. Simplemente póngase en contacto con su oftalmólogo, para realizar la consulta y siga sus instrucciones de cuidado. Si el médico evalúa que su caso podría revestir alguna gravedad, no dudará citarlo para examen presencial.



En el Consejo Argentino de Oftalmología disponemos de una plataforma para consultar a especialistas a través de Telemedicina. Esta nueva herramienta le permitirá realizar la consulta, sin movilizarse y así cumplir con la cuarentena, no sobrecargar el sistema de emergencia y no exponerse innecesariamente al virus.

Recuerde que, si la conjuntivitis es causada por un virus o bacteria, puede contagiar por contacto directo o indirecto con la secreción ocular.

### **PROTEJA SUS OJOS Y SU SALUD**

La protección de sus ojos (al igual que sus manos, nariz y boca) puede desacelerar la diseminación del coronavirus.

### **EL USO DE GAFAS ES UN FACTOR DE PROTECCIÓN**

Las gafas de protección, las que cubren los ojos también a los costados, arriba y abajo, cuidan sus ojos de las gotas respiratorias infectadas.

No sólo eso, sino que, además, el uso de anteojos como barrera física puede contribuir a reducir el impulso inconsciente de llevarnos las manos a los ojos, que como sabemos, pueden ser una puerta de entrada para el virus.

### **REEMPLAZAR LENTES DE CONTACTO POR ANTEOJOS**

Siempre que sea posible, evite el uso de lentes de contacto, prefiriendo el uso de anteojos por el tiempo que dure esta situación epidemiológica.

Si no puede dejar de usar sus lentes de contacto, extreme las medidas de higiene. Lave bien sus manos antes y después de colocarse sus lentes.

Cambie el líquido de sus lentes con cada uso.



No prolongue la vida útil del lente de contacto más allá de lo establecido por el fabricante.

### **NO SE FROTE LOS OJOS**

Algunas personas, más que otras, suelen frotarse o tocarse frecuentemente los ojos. Si evita tocarlos, reducirá el riesgo de infección.

Si Usted tiene la necesidad de frotar sus ojos, o inclusive ajustar sus anteojos, utilice un pañuelo desechable en lugar de usar sus dedos.

La alergia y el síndrome de ojo seco pueden predisponer a tocarse más los ojos. Si este es su caso, consulte a su médico oftalmólogo para evaluar colocarse lubricantes o realizar un tratamiento efectivo para su condición.

Si por algún motivo debe que tocarse los ojos (por ejemplo, tiene que aplicarse un medicamento ocular) lávese las manos previamente con agua y jabón por un mínimo de 20 segundos. Lávese las manos después de tocarse los ojos.

### **OTRAS RECOMENDACIONES GENERALES A TENER EN CUENTA EN ESTA PANDEMIA**

Lávese las manos frecuentemente.

Quédese en su casa por el tiempo que aconseje el gobierno.

Si tiene que salir de su casa por fuerza mayor, use barbijo, gafas y guantes.

Mantenga la distancia social recomendada de 1,5 a 2 m.

Evite tocarse o frotar su nariz, su boca y sus ojos.

Mantenga una correcta higiene para sus anteojos, lavándolas con agua y jabón, y secándolas con un paño de microfibra o papel tissue.



Si tiene alguna pregunta con respecto a sus ojos o su visión, consulte con su médico oftalmólogo, que es el especialista idóneo para el cuidado de su salud visual. Es el médico acreditado para darle recomendaciones, realizar un diagnóstico e indicar un tratamiento de ser necesario. Es el único autorizado por ley que puede prescribir anteojos.

*Fuente: Comisión de Prevención de Infecciones del Consejo Argentino de Oftalmología. Es una comisión multidisciplinaria, la primera en crearse para la prevención de infecciones oculares. Ha desarrollado guías de recomendación en bioseguridad para el oftalmólogo frente a esta pandemia y se encuentra activamente actualizándolas. [www.ofthalmologos.org.ar](http://www.ofthalmologos.org.ar)*