

Recomendaciones del Consejo General de Colegios Oficiales de Dietistas-Nutricionistas (CGCODN) para el Coronavirus COVID-19

Actualmente, no hay ningún medicamento o vacuna específicos para el coronavirus 2019-nCoV que haya sido completamente probado en cuanto a su seguridad y eficacia. Por lo que la prevención es la única manera de control del contagio de este virus.

Parece que la transmisión del virus suele ser a través del contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona contagiada.



Si presenta una sintomatología compatible con una infección respiratoria aguda, como fiebre, tos o sensación de falta de aire, la persona afectada deberá quedarse en su domicilio o alojamiento y contactar telefónicamente con el servicio de urgencias autonómico en el teléfono dispuesto (ver imagen). En esa llamada, se debe informar de los antecedentes y los síntomas que presenta. Estos teléfonos existen para descargar las llamadas al número 112 y es así mismo gratuito.

La prevención es, de momento, la mejor de las precauciones para evitar, tanto adquirir, como transmitir el virus. Para ello recogemos una serie de recomendaciones preventivas para minimizar los riesgos:

Consejo General de Colegios Oficiales de Dietistas-Nutricionistas (CGCODN)

Av. Maestro Rodrigo 95, piso 1, pta. A
46015 - Valencia

Email: info@cgcodn.es Telf.: 962058505
www.cgcodn.es

En el trabajo

- Potenciar el teletrabajo, siempre que sea posible.
- Favorecer de este modo las citas online, en detrimento de las presenciales.
- Este mensaje es especialmente relevante en la atención a los grupos de riesgo por cuestiones etarias o de inmuno debilidad (inmunosupresión o inmunodepresión), tales como:
 - Mujeres embarazadas
 - Población anciana
 - Población con enfermedad de carácter autoinmune
 - Población oncológica
 - Población con Hipertensión Arterial, enfermedades coronarias o Diabetes Mellitus Tipo II podrían padecer más riesgo de padecer problemas que la población con enfermedades pulmonares

En el lugar de trabajo

De acuerdo con las medidas publicadas por el Ministerio de Sanidad¹ y sus *Recomendaciones para la infección por coronavirus COVID-19 en los profesionales sanitarios* resulta de vital importancia para la prevención de la transmisión y/o contagio involuntario mantener y reforzar las medidas higiénico sanitarias universales:

- Al toser o estornudar cubrirse la boca con pañuelos desechables y lavarse las manos posteriormente. De no contar con pañuelos desechables, hacerlo en el antebrazo del codo, evitando en cualquier caso las manos.
- Lavado de manos con agua tibia y jabón, especialmente ante pacientes que puedan referir algún síntoma.
- Desinfección y habitual limpieza del material de trabajo (plicómetro, báscula, cinta métrica...), así como superficies (mesa de trabajo, sillas), entre paciente y paciente. Algunos productos que pueden utilizarse son: hipoclorito sódico (0,1%), etanol 62-71% o peróxido de hidrógeno al 0.5%.

Recomendamos el uso de dispensadores para la limpieza del material y superficies, y el uso de pañuelos desechables para la limpieza.

¹ Información de Alerta de Coronavirus - Documentos técnicos para profesionales:
<https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>

Recomendaciones con carácter general

- Evitar los viajes que no sean necesarios apelando a la responsabilidad individual.
- Las personas que inicien síntomas respiratorios y/o fiebre se les recomienda que permanezcan en su domicilio evitando acudir a centros sanitarios, siempre que su situación clínica lo permita.
- Manteniendo las recomendaciones institucionales hasta la fecha, evitar la asistencia a jornadas, foros, seminarios y encuentros técnicos-profesionales organizados hasta nuevo aviso.
- En cualquier caso, se recomienda evitar lugares concurridos en los que no es posible mantener la distancia de seguridad interpersonal de al menos un metro.

Así mismo, os rogamos precaución en el envío y difusión de mensajes sobre la enfermedad, así como que os mantengáis informados a través de canales oficiales.

Es importante recordar que la adopción de estas medidas preventivas y de contención no solo persiguen minimizar el riesgo para nuestra propia salud, sino concienciar y asumir nuestra responsabilidad como potenciales vectores de transmisión de la infección vírica a nuestros pacientes.