

COVID-19
ABRIL 2020

Intervenciones no Farmacológicas (INF) en las Ciudades

Mensajes clave:

- Las Intervenciones no farmacológicas (INF), como el distanciamiento físico, son herramientas esenciales para frenar la propagación del COVID-19 en la comunidad y salvar vidas al evitar un aumento de pacientes gravemente enfermos que abruma a los hospitales.
- Se deben implementar múltiples INF en el momento adecuado, antes de que se produzca una transmisión comunitaria rápida.
- El uso exitoso de las INF requiere liderazgo gubernamental y comunicación efectiva, así como anticipación y mitigación de los efectos sociales y económicos negativos.

Esta guía lo ayudará a:

- Comprender las INF
- Usar las INF para frenar la propagación del COVID-19 en su comunidad
- Aprender cuándo y cómo implementar INF

¿Quién implementará las INF?

El alcalde y otras agencias gubernamentales con la autoridad y los recursos necesarios ordenarán e implementarán las INF. El sector de la salud asesorará al alcalde y al equipo de liderazgo municipal sobre cómo y cuándo aplicar INF. El alcalde, el sector de la salud y los líderes municipales deberán trabajar estrechamente a diario en las decisiones, la implementación, el monitoreo y la comunicación pública de las INF. Un plan nacional para la pandemia, si existe, puede ayudar a identificar los roles de los diferentes sectores.

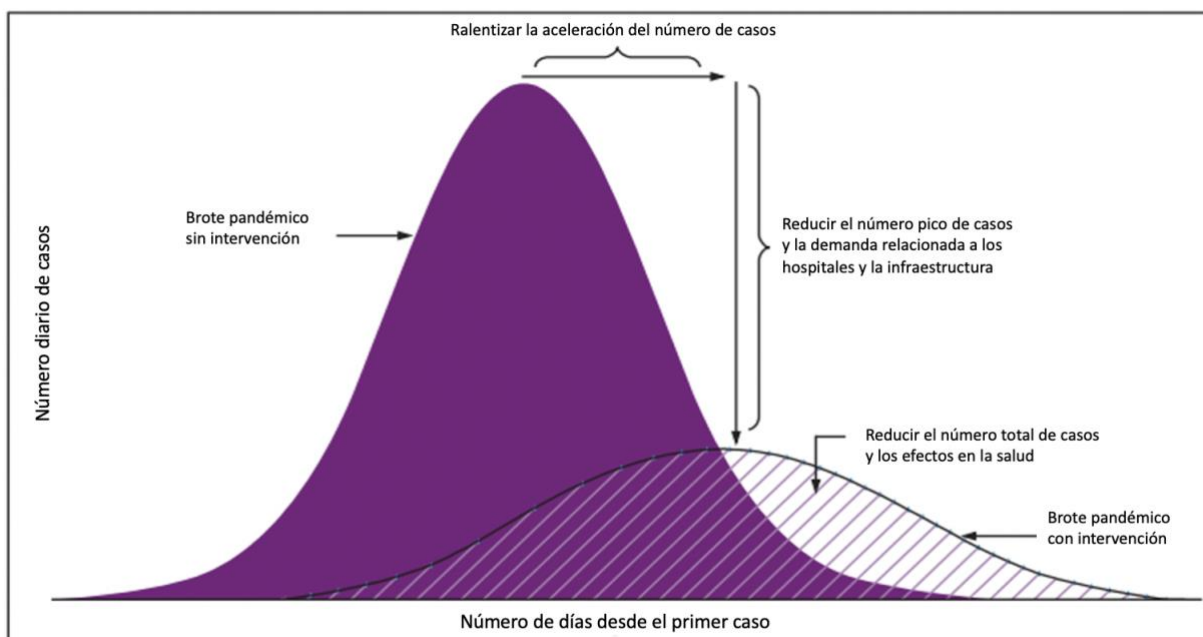


¿Qué son las Intervenciones no farmacológicas?

Las Intervenciones no farmacológicas (INF) son medidas de salud pública que pueden ayudar a retrasar la propagación de enfermedades como el COVID-19 en una comunidad en ausencia de tratamientos farmacológicos y vacunas seguras y efectivas. Las INF incluyen medidas comunitarias para reducir los contactos cercanos entre un gran número de personas, como el cierre de escuelas y la cancelación de reuniones masivas. Las INF también incluyen medidas a nivel personal para reducir la posibilidad de contraer o transmitir el COVID-19, como la higiene de manos, el aislamiento de personas enfermas y la cuarentena de sus contactos.

¿Por qué se necesitan INF? ¿Cuáles son sus beneficios?

La implementación efectiva de INF puede "aplanar" la curva epidémica del COVID-19 en una comunidad (figura 1), al retrasar y ralentizar el rápido aumento de los casos que de otro modo ocurrirían. Esto proporciona más tiempo para que las agencias de la ciudad y el sistema de salud se preparen y respondan. Con menos personas gravemente enfermas al mismo tiempo, los hospitales y los médicos estarán en mejores condiciones para atender a los enfermos y prevenir muertes, y se pueden mantener otros servicios esenciales.



Fuente: adaptado de: CDC. Orientación interina sobre la planificación pre-pandémica: estrategia comunitaria para la mitigación de la influenza pandémica en los Estados Unidos – uso temprano y dirigido por capas de intervenciones no farmacológicas. Atlanta, GA: Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, CDC; 2007. <https://stacks.cdc.gov/view/cdc/11425>.

Figura 1: Objetivos de la mitigación comunitaria para la influenza pandémica



¿Cuáles son las claves para la implementación exitosa de las INF?

El uso exitoso de las INF depende de la implementación oportuna, el apoyo de los líderes políticos y el apoyo de las comunidades afectadas, lo que se puede lograr mediante una comunicación efectiva y la mitigación de los impactos económicos y sociales. Para ser efectiva y contrarrestar la desinformación, la comunicación debe responder a las preocupaciones de la comunidad, ser dirigida por expertos en salud y otras fuentes confiables, y recomendar acciones que las personas creen que pueden tomar para protegerse a sí mismas y a sus comunidades. Los líderes de la ciudad también deben anticipar, prevenir y mitigar los impactos, en individuos y comunidades, que resultan de la estigmatización social, el aislamiento social y la pérdida de medios de vida. La combinación de una comunicación efectiva con la prestación de ingresos, la asistencia alimentaria y el apoyo psicosocial puede ayudar a reducir la oposición del público, disminuir la necesidad de hacer cumplir la ley y evitar el descontento social.

¿Qué INF pueden ser necesarias? ¿Cuándo deberían usarse?

Ninguna INF única para el COVID-19 será efectiva por sí sola, y las respuestas de INF deberán adaptarse a la epidemiología y las circunstancias locales, que cambiarán con el tiempo. Las INF que implican distanciamiento social a nivel comunitario para reducir los contactos cercanos entre las personas y evitar grandes reuniones son necesarias al mismo tiempo que las medidas para que los hogares y las personas reduzcan la transmisión del riesgo. Como se muestra en la Figura 2, los datos sobre el cambio en nuevos casos a lo largo del tiempo deberían informar la introducción del distanciamiento social y el "apilamiento" de múltiples intervenciones. Las Intervenciones no farmacológicas ambientales personales, del hogar y comunitarias deben implementarse lo antes posible. La planificación y preparación para las INF de distanciamiento social de la comunidad deben comenzar de inmediato, y las intervenciones deben implementarse cuando se sospecha, confirma o anticipa que la transmisión comunitaria comenzará pronto. Los funcionarios pueden reducir las medidas de distanciamiento social a medida que disminuye el número de casos nuevos, mientras anticipan la probabilidad de olas adicionales, mantienen la preparación y se comunican con el público para prepararlos para el posible restablecimiento de las INF.



Respuesta Adaptativa

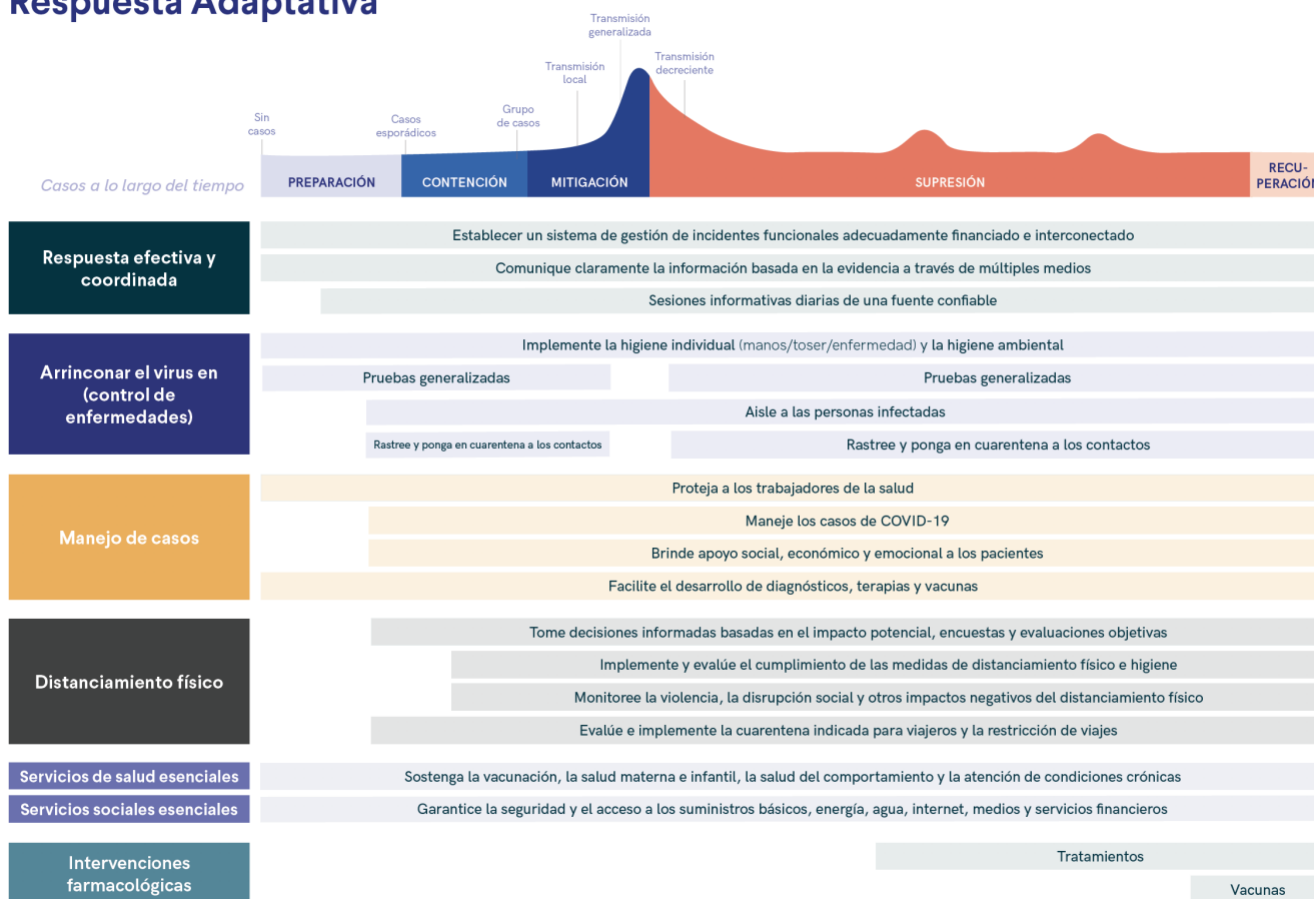


Figura 2: El momento de aplicación las INF debe adaptarse a la epidemiología local

Las intervenciones personales y a nivel del hogar complementan y apoyan las intervenciones comunitarias

Medidas de higiene, distanciamiento, separación de enfermos y limpieza.

- Por qué:** Estas medidas evitan la transmisión de COVID-19, que ocurre principalmente a través de gotas que las personas infectadas pueden liberar cuando tosen, estornudan o hablan. Las gotas pueden caer en la nariz o la boca de las personas cercanas (a una distancia aproximada de 3 a 6 pies o de 1 a 2 metros). Las manos contaminadas por gotas de contacto cercano o superficies contaminadas también pueden causar infección cuando las personas se tocan la cara, especialmente los ojos, la nariz o la boca. El riesgo de transmisión puede reducirse en gran medida a través de la higiene personal de las manos, el protocolo para toser y estornudar, el distanciamiento físico y limpieza.



- **Acciones: Comunicación pública para promover las siguientes medidas personales y del hogar.**
 - Lávese las manos o use desinfectante de manos con frecuencia, al menos 10 veces al día.
 - Cúbrase al toser y al estornudar con un pañuelo o una manga (dentro del codo).
 - Cuando salga, evite los lugares con aglomeraciones
 - Quédese en casa cuando esté enfermo (auto-aislado).
 - Aplique una auto-cuarentena (quedase en casa) si un miembro de su hogar está enfermo con síntomas de COVID-19.
 - Para ciudades donde la transmisión local aún no se ha establecido: aplique la auto-cuarentena si las autoridades de salud lo instruyen, por ejemplo, porque viajó desde un lugar con transmisión local generalizada.
 - No es necesario usar una mascarilla en la comunidad si no está enfermo.
 - Si está enfermo con los síntomas de COVID-19, usar una mascarilla puede ayudar a prevenir la transmisión a otras personas.
 - Si corresponde, cuando los suministros de mascarillas sean limitados: es importante asegurarse de que los proveedores de atención médica tengan suficientes mascarillas. Los mensajes públicos deben incluir: "No necesita usar una mascarilla a menos que tenga tos o fiebre".
 - Salude a las personas sin tocarlas.
 - Limpie y desinfecte las superficies de mayor contacto en el hogar, como mesas, perillas de las puertas, interruptores de luz, aparadores, manijas, escritorios, teléfonos, teclados, inodoros, grifos y fregaderos.
- **Claves para el éxito:**
 - Amplia educación pública, que incluye una guía simple para identificar y cuidar a los enfermos.
 - Asegure suministros de jabón, desinfectante y artículos de limpieza para el hogar.
 - Políticas y apoyo del empleador para quedarse en casa cuando se está enfermo.

Intervenciones a nivel comunitario: Distanciamiento físico

Las medidas de distanciamiento físico están diseñadas para reducir o eliminar las reuniones de grupos de personas en contacto cercano unas con otras, lo que crea el riesgo de que una o unas pocas personas



infectadas transmitan rápidamente COVID-19 a muchas otras personas, que luego dispersan y propagan la infección en sus hogares y otros entornos de la comunidad. Las ciudades tienen muchos entornos y actividades diferentes que involucran a grupos de personas en contacto cercano para las cuales se necesitarán medidas de distanciamiento físico. Para cada tipo de entorno, los funcionarios de la ciudad deben considerar si la actividad que se lleva a cabo allí es una actividad no esencial que puede suspenderse o posponerse, o una actividad esencial que debe continuar con modificaciones para minimizar el contacto cercano y los riesgos de transmisión.

A continuación, se enumeran los entornos y actividades comunes de la comunidad, las posibles medidas de distanciamiento físico y los requisitos para una implementación exitosa. Más recursos sobre medidas de distanciamiento físico están disponibles en <https://preventepidemics.org/coronavirus/resources/>.

Grandes reuniones y eventos públicos.

- **Ejemplos:** Eventos deportivos, películas, conciertos, servicios de religiosos, desfiles, ferias y reuniones informales en parques, calles, plazas y otros espacios públicos.
- **Por qué:** Prevenir la transmisión de COVID-19 entre un gran número de personas que se reúnen para actividades no esenciales
- **Acciones:**
 - Cancele o posponga los eventos programados. Si es posible, convóquelos de forma virtual.
 - Prohíba las reuniones informales donde no se mantiene el distanciamiento.
- **Claves para el éxito:**
 - Liderazgo político, comunicación para generar apoyo por parte del público.
 - Aplicación de un sector de seguridad pública, si es necesario.
 - Considere el uso de medios de difusión o virtuales para funciones de servicios comunitarios importantes, incluidos los servicios religiosos y municipales

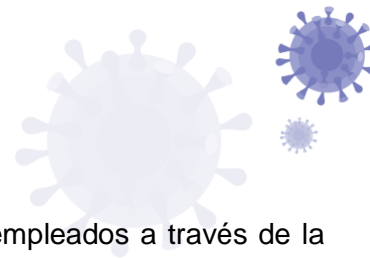
Lugares de trabajo, trabajadores y negocios

- **Ejemplos**
 - **Proporcionan bienes y servicios esenciales:** farmacias, mercados públicos, tiendas de víveres, servicios públicos (energía, comunicación, agua, aguas residuales),



mantenimiento de edificios, seguridad pública, gestión de residuos sólidos, tránsito, entrega de bienes esenciales.

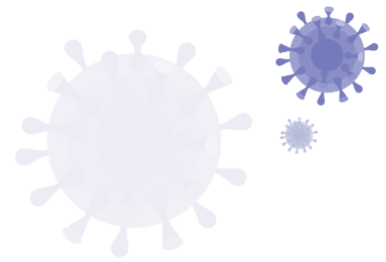
- **Proporcionan bienes y servicios no esenciales:** bares, restaurantes, tiendas de ropa.
- **Por qué:** Prevenir la transmisión de COVID-19 entre trabajadores, clientes y público en general.
- **Acciones**
 - Cambiarse al trabajo y reuniones remotas cuando sea posible
 - **Para lugares de trabajo y negocios que proporcionan bienes y servicios no esenciales** que no pueden funcionar de forma remota, considere suspender las operaciones.
 - **Para los lugares de trabajo y los negocios que proporcionan bienes y servicios esenciales y cualquier lugar de trabajo que continúe operando:**
 - Implemente cambios operativos para minimizar los contactos cercanos, por ejemplo: espaciar las estaciones de trabajo; alternar los turnos; cambiar las horas; animar a diferentes barrios o poblaciones a que vengan en los horarios designados; desplegar personal en las entradas para limitar el número de clientes y evitar aglomeraciones; entregar productos o empacarlos para que sean recogidos para reemplazar las compras dentro de la tienda; aplazar reparaciones y servicios del hogar que no sean esenciales.
 - Asegure la higiene de manos y para toser de los empleados y clientes, a través de señalización y fácil acceso al lavado de manos y desinfectante, incluidos los dispensadores de desinfectante sin contacto en las entradas
 - Instruya y aliente a los trabajadores enfermos a quedarse en casa; considere controles de temperatura en las entradas del lugar de trabajo
 - Limpie y desinfecte las superficies de mayor contacto con frecuencia; mejore la ventilación
- **Claves para el éxito:**
 - Determinación transparente y oportuna de qué negocios son esenciales.
 - Asegure el compromiso del empleador y del trabajador a través de consultas y educación, y acciones gubernamentales como cambios en la política de licencia por enfermedad, ajustes regulatorios para permitir modelos de servicio alternativos, cumplimiento consistente de las directrices.



- Aliente a los empleadores a promover el compromiso de los empleados a través de la educación y la licencia remunerada por enfermedad.
- Mantenga al público informado sobre cómo están cambiando los requisitos y recomendaciones de distanciamiento social.

Instalaciones de escuelas y guarderías

- **Por qué:** Prevenir la transmisión del COVID-19 entre niños y maestros, hogares y comunidades.
- **Acciones**
 - Considere el cierre de escuelas y guarderías en toda la comunidad, cuando haya evidencia de transmisión comunitaria
 - Priorice sostener el cuidado infantil para los empleados que prestan atención médica y servicios esenciales, utilizando el espacio adicional creado por el cierre para proporcionar distanciamiento físico.
 - Implemente cambios operativos para minimizar los contactos cercanos entre los niños, como espacios entre pupitres, cambios en el horario, la suspensión de asambleas.
 - Garantice una rigurosa higiene de manos y el protocolo para toser para niños y personal, a través de una señalización y fácil acceso al lavado de manos y desinfectante, incluidos los dispensadores de desinfectante sin contacto en las entradas.
 - Limpie y desinfecte las superficies de mayor contacto con frecuencia; mejore la ventilación
 - Asegúrese de que el personal enfermo y los niños se queden en casa. Considere tener controles de temperatura en las entradas.
- **Claves para el éxito:**
 - Garantice el compromiso de los padres y empleados de las escuelas y el cuidado de los niños a través de consultas, decisiones transparentes y oportunas sobre cierres y educación sobre la importancia de que los niños no se congreguen en otros lugares mientras las escuelas están cerradas.
 - Proporcione alimentos a los niños que normalmente reciben comidas en la escuela.
 - Proporcione alternativas para la educación continua, como el aprendizaje remoto.



Transporte público

- **Por qué:** Evitar la transmisión de COVID-19 entre pasajeros en trenes, autobuses y estaciones llenas de gente, y entre peatones y ciclistas en calles y aceras llenas de gente
- **Acciones**
 - Mantenga y priorice el servicio de transporte para trabajadores de la salud y otros empleados esenciales.
 - Use los cierres de escuelas y lugares de trabajo y horarios alternados para reducir aglomeraciones.
 - Implemente cambios operativos para evitar la aglomeración y el contacto cercano: indique a los pasajeros que mantengan el espacio entre personas y no aborden autobuses y vagones de tren llenos, no exija el cobro del pasaje para evitar colas.
 - Aumente la limpieza y desinfección de las superficies de mayor contacto, aumente la ventilación.
- **Claves para el éxito:**
 - Mensajes públicos para desalentar el tránsito no esencial y mantener el distanciamiento para que la atención médica y otros trabajadores esenciales puedan transportarse, y el personal de tránsito pueda operar sin aglomeraciones.
 - Consulte con la fuerza laboral de tránsito y monitoree continuamente los cambios operativos para mantener el distanciamiento, el equipo de protección personal, la limpieza y el saneamiento.
 - Educación laboral continua y licencia por enfermedad remunerada

Apoyo a los hogares durante las medidas de distanciamiento físico.

- **Por qué:** La distribución de alimentos, medicamentos y bienes y servicios necesarios directamente a las residencias o cerca de ellas ayuda a evitar que las personas transmitan o contraigan COVID-19 cuando viajan hacia o se reúnen cerca de mercados u otros lugares públicos.
- **Acciones**
 - Organice la entrega de bienes directamente a casas o edificios de apartamentos.
 - Priorice a las personas mayores y otros residentes vulnerables para la entrega a domicilio de bienes y servicios.



- Alternativamente, establezca sitios de distribución más pequeños en o cerca de comunidades residenciales; alterne los horarios para recoger los bienes y evitar que la gente se reúna.
- Establezca centros de llamadas o interfaces en línea para acceder a los beneficios del gobierno.
- Brinde orientación a los edificios de departamentos sobre la limpieza y desinfección de superficies de mayor contacto en áreas comunes, como los ascensores.
- **Claves para el éxito:**
 - Recursos financieros sustanciales del gobierno para apoyar acciones; asistencia financiera de socios y donantes externos para entornos de bajos recursos.
 - Sector de seguridad pública para ayudar con la distribución comunitaria y la prevención de aglomeraciones.
 - Apoye a los negocios esenciales con orientación sobre cómo proporcionar entregas y servicios de manera segura.
 - Promueva grupos de ayuda mutua dentro de complejos de departamentos y comunidades residenciales para agrupar pedidos, ayudar en la recolección de bienes esenciales, etc.
 - Considere y responda a las necesidades únicas de las poblaciones vulnerables, incluidas las de los asentamientos informales.

FUENTE(S)

Este documento de USAID y la OPS está adaptado para su uso por el programa de la Alianza de Ciudades Saludables, *Leadership During a Pandemic: What Your Municipality Can Do, Tool 4: Nonpharmaceutical Interventions (NPIs): Actions to Limit the Spread of The Pandemic In Your Municipality. (Liderazgo durante una Pandemia: Lo que puede hacer su municipio, herramienta 4: Intervenciones no Farmacológicas (INF) Acciones para limitar la propagación de la pandemia en su municipio.)*

Fuentes adicionales:

Organización Mundial de la Salud Responiendo a la propagación comunitaria del COVID-19.

<https://www.who.int/publications-detail/responding-to-community-spread-of-covid-19>