

COVID-19 y Rastreo de Contactos

Así como [las pruebas son una pieza clave](#) para la respuesta a largo plazo contra la enfermedad del coronavirus (COVID-19), la investigación de la enfermedad y el rastreo de contactos son también cruciales.

Estos temas han generado muchas preguntas, así como preocupaciones y rumores. Nuestra intención aquí es abordar algunas de estas problemáticas.

¿Qué es la investigación de la enfermedad y el rastreo de contactos?

Cuando surge el brote de una enfermedad, los investigadores trabajan para identificar las fuentes posibles, rastrean la propagación e informan a la gente que pudo haber sido infectada antes de que propaguen más la enfermedad o se enfermen más gravemente. Es una rutina de los esfuerzos de salud pública para contener los brotes y limitar la propagación en enfermedades como tuberculosis, enfermedades de transmisión sexual, hepatitis y otras enfermedades comunicables en nuestra comunidad. Este proceso ha sido parte de las operaciones diarias de salud públicas por décadas.

El primer paso es hacer una investigación del caso, en la que se entrevista a la persona que tiene la enfermedad. Durante la pandemia actual, esto equivale a cualquier persona que de positivo con COVID-19. Un entrevistador hace preguntas como fecha de nacimiento, dirección, sexo al nacer, raza y etnia. Pueden preguntar donde trabaja y que funciones hace en su puesto, historial de viajes, así como la naturaleza y tiempo de la enfermedad que ocurrió. No van a preguntar cosas como su número de seguro social, información financiera o estado migratorio.

Los investigadores de enfermedades también preguntarán al enfermo con quien tuvo contacto. La meta es identificar quien fue expuesto. Para el COVID-19, esto es generalmente cualquier persona que ha estado viviendo en el mismo hogar o ha estado más cerca de seis pies del enfermo con COVID-19 por 10 minutos o más mientras el enfermo era contagioso.

Esto arranca el segundo paso, que es el rastreo de contactos. El personal de salud pública o uno de sus voluntarios llaman a los contactos más cercanos para avisarles de una posible exposición y darles guías de cuánto tiempo pasar a cuarentena, qué síntomas vigilar y qué hacer si se llegasen a enfermar. Los trabajadores de salud pública están capacitados y están obligados por ley a no revelar la identidad de la persona que pudo haber expuesto el contacto, y de proteger la información de salud personal de las personas con las que se comunica.

¿Cuándo inicia el Distrito de Salud de Snohomish el rastreo de contactos?

El rastreo de contactos para el COVID-19 no es nuevo. Inició desde el 20 de enero, cuando se recibieron los resultados de prueba positivos del primer caso reportado en Estados Unidos.

En general en cuestión de los rastreos de contactos, las enfermeras de salud públicas y otros miembros del personal del Distrito de Salud hacen el rastreo de varios brotes para muchas enfermedades. Algunos ejemplos que usted pudo haber oído en años recientes incluyen los brotes del sarampión, las paperas, la tosferina y la hepatitis. Y existen especialistas de intervenciones de enfermedades que trabajan en identificar, notificar y proveer con recursos a las parejas de los pacientes con enfermedades de transmisión sexual. El distrito también tiene un programa enfocado a prevenir la propagación de la tuberculosis. Ese trabajo involucra también el rastreo de contactos. De hecho, las raíces de la salud pública del Condado de

Snohomish [datan de más de 100 años](#) de esfuerzos a través de enfermeras de la Cruz Roja para contener la tuberculosis.

Así que es importante recordar que el rastreo de contactos no es algo nuevo, ni para el COVID-19 o para otras enfermedades. Es una parte medular de la salud pública.

Pero el COVID-19 es diferente.

Sí es diferente. La escala de esta pandemia significa que el rastreo de contactos requiere de un esfuerzo mucho mayor que se requiere por todo el condado, el estado y el país.

Lo nuevo de esta enfermedad y la falta de inmunidad en la población y de intervenciones farmacéuticas – como una vacuna o un tratamiento comprobado- también lo hacen único y retante. A diferencia del sarampión, en donde las altas tasas de vacunación pueden ayudar desacelerar o detener la propagación en una comunidad, no tenemos una inmunidad amplia para el COVID-19. También estamos aprendiendo todavía sobre el virus y la enfermedad. Para las enfermedades con las que ya estamos familiarizados, tenemos una lista más clara de los síntomas y un entendimiento más claro de cómo la enfermedad típicamente se propaga, cuánto tiempo alguien se contagia, cuánto tiempo dura el virus en superficies, quién es más vulnerable, etc. Con el COVID-19, estamos aprendiendo continuamente estas cosas.

La otra cosa que hace el rastreo de contactos del COVID-19 diferente de las demás enfermedades, es la medida de quedarse en casa, mantenerse saludable y tener distanciamiento social para ayudar a bajar la propagación. Esto pone mucho peso en el éxito de la investigación y el rastreo para poder permitir a los comercios y actividades a que resuman a la vez que se evita un aumento sustancial de casos que pudieran poner en riesgo la capacidad de los hospitales para poder ofrecer servicios de cuidado a los pacientes graves. La detección rápida y la contención de los brotes son también pasos críticos para lograr este objetivo.

Entonces, ¿cuántos rastreadores de contactos se necesitan?

Este es un esfuerzo a largo plazo, y el número exacto de personal y/o voluntarios dedicados para rastrear contactos va a fluctuar en función de la variación en el número de casos.

El distrito de salud ha incrementado su capacitación y reasignado personal de otros programas, contratado a más personal y ha estado trabajando con voluntarios a través de Medical Reserve Corps para ampliar nuestro trabajo de rastreabilidad de contactos.

La capacitación continua para empleados temporales y voluntarios con Medical Reserve Corps para ayudar a elevar esa capacidad de 10 posiciones de tiempo completo equivalentes a principios de mayo a cerca de 30 para investigaciones de enfermedades y rastreo de contactos. Si los casos y contactos superan la capacidad del distrito de salud, el Departamento de salud del Estado de Washington (WA DOH) ofrece soporte y puede mandar ayuda adicional como la Guardia Nacional, que han sido capacitados para este trabajo a través de WA DOH y serán supervisados por trabajadores de salud pública estatales o locales.

¿Qué sucede si mi prueba sale positiva?

Las personas que salen positivas con COVID-19 pueden esperar recibir una llamada telefónica del Distrito de Salud de Snohomish o del Departamento de Salud, normalmente seguido de un email con información sobre aislamiento y prevención de la enfermedad.

La llamada tiene el fin de asegurarse de que usted esté enterado del resultado positivo de su prueba y de darle guía en cuánto tiempo tiene que estar aislado de los demás y cómo prevenir la propagación de la enfermedad. El investigador de enfermedades también realiza una entrevista y hará una serie de preguntas para identificar a otras personas que hayan sido expuestas. Luego se realizan seguimientos periódicos a través de texto o por teléfono para brindar apoyo al apegamiento de las directivas de aislamiento en casa, responder a preguntas o hacer remisiones conforme sean necesarias. Generalmente el tiempo de aislamiento es de al menos 10 días a partir de surgimiento de los síntomas y por al menos 3 días después de haber tenido fiebre y tos u otros síntomas que hayan mejorado.

¿Qué sucede si soy un contacto cercano a un caso?

Si le llama salud pública porque ha sido identificado como una persona que ha tenido contacto cercano con un caso confirmado, se le pedirá que se ponga en cuarentena en casa. Esto significa quedarse en casa y alejarse de los demás por 14 días, mientras monitorea sus síntomas de la enfermedad. Se le proporcionará información sobre qué síntomas vigilar, y si los llegase a desarrollar, le urgimos a que se comuniqué con su proveedor médico y se haga la prueba del COVID-19.

Si desarrolla los síntomas o si su prueba es positiva, se le pedirá que continúe en casa y alejado de los demás hasta por lo menos 72 horas después de que se haya ido la fiebre (sin la aplicación de medicamento para bajarla), otros síntomas han mejorado y han pasado al menos 10 días desde el inicio de sus síntomas.

Ahora platiquemos sobre lo que no sucede.

Los rumores y la información falsa han causado temor para algunos sobre lo le sucede a uno y a sus familias si son identificados con un caso o como personas cercanas a un caso.

Primero que todo, las entrevistas del caso y las notificaciones a los contactos casi siempre son hechas por teléfono. El personal de salud pública o los miembros de la guardia nacional supervisadas por personal de salud pública no son enviados a sus hogares para detener a personas. Nuestra prioridad es reducir la propagación de la enfermedad, lo cual significa que queremos que se quede en casa y evite el contacto en persona con los demás, incluyendo a nuestros investigadores.

También puede que haya oído rumores sobre personas siendo forzadas al aislamiento y lugares de cuarentena. Si no tiene un lugar seguro en donde quedarse durante la enfermedad del COVID-19 debido a una vivienda inestable o la falta de capacidad de poder mantener la distancia de miembros vulnerables en su hogar, el condado tiene lugares disponibles. Sin embargo, la preferencia es que la gente [se aíle o haga su cuarentena en casa](#). Le pedimos que mantenga su distancia de los miembros de su hogar durante la enfermedad, pero puede hacer esto manteniéndose en su propia habitación y limitando su contacto en lugares compartidos.

También ha habido preocupaciones de que se están quitando a los niños de sus padres o tutores si el niño o niña se enferman con COVID. Si hay COVID en su hogar donde hay niños presentes, se deberán tomar los mismos pasos como en las otras viviendas – quedarse en casa y alejados de los demás, practicar una buena limpieza e higiene y llamar a su doctor si usted o su hijo/a desarrollan síntomas o empeoran. Es una buena idea hacer un plan de quien puede cuidar a sus hijos si usted se llegase a enfermar gravemente y necesitara ser hospitalizado. Lo exhortamos a que platique con su familia, amigos o vecinos con quien confíe.

Nuestro personal y voluntarios también están capacitados para proteger la privacidad de los pacientes. La información es proveída de manera agregada [en nuestra página de conteo de casos](#), pero no proporcionamos información personal de salud que sea identificable.

¿Cómo puedo ayudar con el rastreo de contactos?

- 1) Los voluntarios son bienvenidos a través de nuestra reserva de Medical Reserve Corps. Ellos pueden ayudarnos con una variedad de esfuerzos de salud públicos, incluyendo pruebas de paso con su vehículo (drive-thru), centros de llamadas y rastreo de contactos durante el COVID-19. Entérese más o regístrese en www.snohd.org/MRC.
- 2) Para las posiciones que reciben remuneración, incluyendo las posiciones temporales necesitadas durante esta emergencia, puede monitorear las oportunidades de empleo en www.governmentjobs.com/careers/snohd.

Para el nuevo personal o voluntarios traídos para ayudar con el rastreo de contactos, se les requerirá tomar un curso de tres horas para iniciar su capacitación. El curso se hace a través de [the Association of State and Territorial Health Officials](#).

Se requiere de capacitación adicional antes de iniciar hacer el rastreo de contactos con el Distrito de Salud y de observar al personal de salud pública que conduce investigaciones de contacto, así como tener llamadas de entrenamiento supervisadas muy de cerca antes de que puedan operar independientemente.

Por favor recuerde que una de las mejores cosas que puede hacer para ayudar con el rastreo de contactos y la respuesta en general contra el COVID-19 es la de continuar siguiendo las guías o lineamientos para mantenerse usted y a los demás saludables. Limitando el contacto con los demás, usted reduce la posibilidad de que se enferme y reduce el número de contactos en el evento de que se llegase a enfermar. Esto ayuda a mantener el rastreo de contacto más manejable para nuestro equipo y para los demás que trabajan contra esta pandemia.