

Conductas de autocuidado en la prevención del contagio de la COVID-19 en pobladores peruanos

Self-care behaviors regarding prevention of COVID-19 contagion in peruvian residents

Luis Pablo Diaz Tito^{1*} <https://orcid.org/0000-0001-7602-7638>

¹Universidad Privada San Juan Bautista, Facultad de Ciencias de la Salud. Perú.

*Autor para correspondencia: luisp.diaz@upsjb.edu.pe

Recibido: 05/03/2021

Aceptado: 14/04/2021

Estimado editor:

Le dirijo la presente con algunas observaciones en relación con el artículo científico referente a las conductas de autocuidado en la prevención del contagio de la COVID-19 en pobladores peruanos. Los autores del referido artículo precisan que: los puntos críticos de una pandemia son la automedicación y el autocuidado. La población se encuentra a la espera de un tratamiento óptimo para la nueva enfermedad (COVID-19) producida por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2), pues aún no se tiene un tratamiento que disminuya el avance de la enfermedad, los

medicamentos utilizados, solo evitan complicaciones en los pacientes hospitalizados y crean un vacío en el tratamiento preventivo.⁽¹⁾

En primer lugar, considero que se carece de información con respecto a la explicación del autocuidado en el Perú. Cabe mencionar, que la manifestación de cualquiera de estos eventos se complicaría en la toma de decisiones al momento de enfrentar a la COVID-19 por regiones. Por tanto, la información que se brinde al paciente y público en general debe estar destinada a la promoción de la salud, generando un impacto positivo en el autocuidado.

En segundo lugar, coincido en la tendencia observada en los programas de prevención, campañas o estrategias que puedan diseñarse en el Perú, los cuales deberán considerar como resultado final la adopción de tres tipos de conductas de protección: preventiva, evitación y de gestión de la enfermedad.

No obstante, la realidad diaria hace que esto sea una utopía en el país. Según un estudio de *Cabanillas* debe considerarse que las conductas preventivas incluyen comportamientos de higiene (como lavarse las manos frecuentemente y limpieza de superficies) y uso de mascarillas. Las conductas de evitación, corresponderían al distanciamiento social que tienen las personas entre sí para evitar la propagación del virus, como, por ejemplo: reuniones-fiestas, aglomeraciones en lugares públicos (mercados, medios de transporte, etc).⁽²⁾ Asimismo, las gestiones de la enfermedad, que es el manejo del paciente contagiado con COVID-19, dependerán de la gravedad en la que se presente (leve, moderada y/o severa) y en pacientes asintomáticos; lo que sería una recomendación que pudo enriquecer el artículo por el que envió la presente carta.

Referencias bibliográficas

1. Ruiz M, Diaz A, Ortiz M. y Carbajal V. Conductas de autocuidado en la prevención del contagio de la COVID-19 en pobladores peruanos. Rev cuba med gen integr. 2020 [acceso: 07/02/2021];36(4):e1708. Disponible en: <http://www.revmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/1708/392>

2. Cabanillas W. Conducta y propagación del Covid 19 en el Perú: Marco de referencia para el diseño de intervenciones conductuales de Salud pública. Universidad Católica Sedes Sapientiae. 2020 [acceso: 07/02/2021]. Disponible: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/868/1203>