



Comisión Médica de la CMAS Información sobre el Coronavirus

Marzo de 2020

El brote de COVID-19 (Coronavirus, SARS-CoV-2) nos afecta a todos. En la mayoría de los países obtendrá información específica sobre la situación de la pandemia y cómo reaccionar. CMAS y la Comisión Médica, estamos especialmente preocupados en las consecuencias para nuestros buceadores y deportistas. La Comisión Médica supervisará el desarrollo de la pandemia viral y dará recomendaciones sobre las necesarias medidas de protección en todo momento. CMAS hará todo lo necesario para limitar o ralentizar la propagación del virus. Todas las decisiones sobre reuniones y competiciones deportivas serán tomadas para salvaguardar a nuestros miembros y de acuerdo con los consejos dados por la Organización Mundial de la Salud (OMS), otros expertos fiables y con las respectivas autoridades locales. En el momento en que se considere que alguna nueva información, disponible y contrastada, pueda ser particularmente interesante para nuestros miembros, os lo haremos saber a través de web de CMAS.

Medical Commission members:

Pavel Macura, MD

Agustí Ruiz, MD PhD

Prof. Dr Dietrich Paravinci

Anna Räisänen-Sokolowski, MD

John Geurts, MD chairman

¿Qué es el coronavirus SARS-CoV-2?

- El SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar las personas. Se detectó por primera vez el diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, en China, y se ha ido extendiendo en otros países.
- Presenta una sintomatología clínica similar a la de la gripe, y el 80% de los casos son leves. Los casos más graves generalmente afectan personas grandes o que sufren otras patologías.

¿Cómo se transmite?

- Se transmite principalmente por las gotas respiratorias y por el contacto directo con las secreciones.
- La transmisión por los aires a distancias más grandes de 2 metros parece poco probable.
- Tiene un periodo de incubación de entre 2 y 14 días.

¿Cuáles son los síntomas?

- Fiebre
- Tos
- Sensación de falta de aire
- Malestar general



¿Como se puede prevenir?

Medidas para prevenir la propagación del coronavirus SARS-CoV-2.

Generales

- Es necesario lavarse las manos a menudo.
- Hay que taparse la boca y la nariz con pañuelos desechables o con la cara interna del codo al toser o estornudar y lavarse las manos enseguida.
- Debe mantener una distancia prudencial entre las personas (entre 1 y 2 metros).
- Evitar el contacto con personas que tengan síntomas de infección respiratoria.
- Hay que evitar compartir comida y enseres sin limpiarlos debidamente.
- Después de manipular objetos, especialmente en lugares públicos, es necesario no tocar la boca, la nariz y los ojos sin haberse lavado las manos primero
- Se deben evitar multitudes y los espacios cerrados con un gran número de personas.
- Es necesario proteger a las personas mayores y las personas con enfermedades crónicas y evitar visitarlos en sus lugares de residencia.
- No es necesario usar máscaras en los lugares públicos, solo cuando se ha designado como medida sanitaria.
- Debe evitar viajar, si no es imprescindible.
- Se recomienda que todas las personas con síntomas respiratorios y / o fiebre permanezcan en casa, sin asistir al lugar de trabajo, y limiten su actividad social.
- Es necesario hacer un uso responsable del sistema de salud y solo acudir en los centros sanitarios cuando sea estrictamente necesario.

Federaciones

- Recomendación de aplazar o suspender todas las competiciones y acontecimientos deportivos Internacionales, y aquellos de especial relevancia previstos de ser realizados según cada país.
- Recomendación, en muchos países ya, del cierre de todas las instalaciones deportivas, tanto de titularidad pública como privada.
- Estas medidas son susceptibles de revisión en coherencia con la situación epidemiológica de cada momento, responden al objetivo de afectar y reducir al máximo los movimientos y las concentraciones de la ciudadanía en su vida cotidiana, y se centran en la protección general de la población y, en especial, de los grupos sociales más vulnerables.
- Reiteramos la importancia que las instalaciones y equipamientos deportivos cumplan con las recomendaciones de higiene, aforo y distancia de seguridad entre personas que las autoridades están difundiendo para evitar los contagios, e informen de las mismas a los usuarios.

Si crees que está afectado por el coronavirus SARS-CoV-2, contacta con las autoridades sanitarias de tu país donde te informarán del que tienes que hacer.

La Comisión Médica de la CMAS quiere agradecer a todos nuestros buceadores y deportistas la comprensión, la responsabilidad social y la colaboración que están demostrando ante el cumplimiento de estas medidas.

La Comisión Médica de la CMAS

Marzo de 2020