

# Recomendaciones de salud pública sobre el COVID-19 para personas con discapacidades intelectuales y de desarrollo, adultos mayores y personas con afecciones subyacentes

12 de julio de 2021

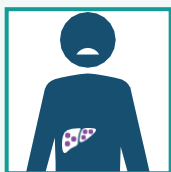
Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), las personas con discapacidades, incluidas aquellas con discapacidades intelectuales y del desarrollo, los adultos mayores y las personas con afecciones de salud subyacentes pueden tener un mayor riesgo de padecer la enfermedad COVID-19 en su forma grave. Las afecciones médicas subyacentes que pueden aumentar el riesgo de padecer COVID-19 grave en personas de cualquier edad son las siguientes:



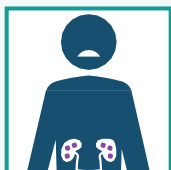
- Enfermedad pulmonar crónica o asma moderada a grave
- Afecciones cardíacas graves
- Afecciones que pueden hacer que una persona esté inmunocomprometida, entre ellas tratamiento oncológico, tabaquismo, trasplante de médula ósea o de órganos, deficiencias inmunitarias, VIH o SIDA mal controlados, uso prolongado de corticosteroides y otros medicamentos que debilitan el sistema inmunitario



- Obesidad grave (índice de masa corporal [IMC] de 40 o más)
- Diabetes



- Anemia de células falciformes
- Enfermedad renal crónica y aquellas personas que reciben diálisis
- Enfermedad hepática



El Oregon Health Authority (OHA) basa sus recomendaciones en lo que se conoce actualmente sobre la transmisión y la gravedad del COVID-19. Estas recomendaciones ayudan a informar a las personas con discapacidades, incluidas aquellas con discapacidades físicas, intelectuales y del desarrollo, personas con necesidades especiales de acceso y funcionales, y a los cuidadores que toman decisiones y protegen su salud.

## Personas con discapacidades y personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo (ID/DD)

Las personas con discapacidades, incluidas aquellas con discapacidades intelectuales y del desarrollo, corren un mayor riesgo de contraer la COVID-19 y ver resultados adversos en su salud debido a los siguientes factores:

- **Un mayor riesgo de sufrir otras afecciones médicas.** La probabilidad de que adultos con discapacidades, incluidas las discapacidades intelectuales y del desarrollo, padezcan enfermedad cardíaca, accidente cerebrovascular, diabetes o cáncer triplica aquella de los adultos sin discapacidades. Las personas con discapacidades intelectuales o del desarrollo (ID/DD) pueden tener mayor riesgo de padecer afecciones genéticas que causan la disfunción del sistema inmunitario, neumonía por problemas relacionados con la alimentación, obesidad y otras afecciones que afectan al corazón y a los pulmones. Estas afecciones médicas aumentan el riesgo de enfermedades graves como consecuencia de la COVID-19.
- **Acceso reducido a la atención médica y servicios de apoyo.** Las personas con discapacidades físicas, intelectuales y del desarrollo enfrentan problemáticas para tener acceso a la atención en persona en hospitales y clínicas. Los servicios de telesalud pueden reducir los obstáculos planteados por el transporte, pero también pueden crear otros problemas tales como tener a disposición un servicio de Internet de alta velocidad, servicios de accesibilidad para los que tienen necesidades especiales de comunicación (por ejemplo, auditivas o visuales) o necesidades relacionadas con las ID/DD, y el transporte a otros servicios de apoyo.
- **Proporciones más grandes para personas con discapacidades en espacios de vivienda compartida,** que incluyen centros para asistencia para la vida diaria, entornos de convivencia grupal y convivencia con un círculo familiar ampliado. Un gran porcentaje de las personas con discapacidades físicas o ID/DD depende del apoyo de un cuidador en persona, lo que puede hacer que estrategias de mitigación de riesgos, tales como el distanciamiento social sean más difíciles de poner en práctica.
- La guía sobre la prueba de COVID-19 del OHA identifican a las personas con discapacidades como un grupo al que se le puede ofrecer realizarse la prueba sin importar si han tenido síntomas o si han estado expuestas.  
[https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/Is2267\\_R.pdf](https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/Is2267_R.pdf)

---

### Referencias:

1. People with Disabilities, Centers for Disease Control and Prevention.  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-disabilities.html>. Último acceso 21 de octubre de 2020.
2. People with Certain Medical Conditions, Centers for Disease Control and Prevention.  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html>. Último acceso 21 de octubre de 2020.
3. Constantino JN, Mustafa S, Piven J, Rodgers R, Tschida J. The Impact of COVID-19 on Individuals With Intellectual and Developmental Disabilities: Clinical and Scientific Priorities. American Journal of

Psychiatry: Letters to the editor. 28 de agosto de 2020

4. Matson, Johnny & Matson, Michael. (2015). Comorbid Conditions in Individuals with Intellectual Disabilities. 10.1007/978-3-319-15437-4.
5. Castilho L, Lages F, Ferreira R, Oliveira A, Vilaca D, Diniz I. Breathing problems and COVID-19 in patients with developmental disabilities. Special care in dentistry: Letters to the editor. 3 de agosto de 2020.
6. Alexander R, Ravi A, Barclay H, Sawhney I, Chester V, Malcolm V, Brolly K, Mukherji K, Zia A, Tharian R, Howell A, Lane T, Cooper V, Langdon P. Guidance for the Treatment and Management of COVID-19 Among People with Intellectual Disabilities. Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities. doi: 10.1111/jppi.12352
7. Annaswamy T, Verduzco-Gutierrez M, Frieden L. Telemedicine barriers and challenges for persons with disabilities: Covid-19 and beyond. Disability and Health Journal: Commentary. Article in Press.

## Mantenimiento de la salud física y mental

Los adultos mayores y las personas con afecciones subyacentes pueden mantenerse seguros y saludables si toman medidas para protegerse.

Además de tomar las precauciones de todos los días, **debe evitar lo siguiente:**



**Reuniones públicas**



**Contacto con personas enfermas**



**Viajes en cruceros**



**Viajes innecesarios**

Puede sentir más ansiedad en estos tiempos de incertidumbre. El distanciamiento físico puede crear o intensificar problemas de salud mental debido a la disminución de la interacción humana diaria. Mantener la conexión con los demás es importante. Si es posible, utilice tecnología interactiva como llamadas telefónicas o videollamadas para estar en contacto.

**Si necesita ayuda que no sea de emergencia, realice lo siguiente:**

- Llame a la **Disaster Distress Hotline** (línea de ayuda para los afectados por catástrofes):

1-800-985-5990

Envíe: "TalkWithUs" por mensaje de texto al 66746

TTY (teléfono para personas con dificultades auditivas) 1-800-846-8517

TTY marque 711

### **Español**

1-800-985-5990, opción "2"

Envíe: "Hablamos" por mensaje de texto al 66746

- Llame al 211 para obtener información sobre la COVID-19, incluidos los recursos locales de salud mental. En el 211info también encontrará información sobre programas para satisfacer necesidades básicas como alimentos, vivienda, atención médica y más,

disponible en todos los condados.

- » También pueden enviar su código postal al 898211.
- » *Puede disponer de intérpretes de idiomas por teléfono. Se encuentran disponibles mensajes de texto y correos electrónicos en inglés y español.*
- » TTY dial 711.
- » Visite <https://www.211info.org/contact>.



- Comuníquese para obtener ayuda relacionada con la salud mental en la localidad. A continuación encontrará una lista de servicios de salud mental por condado en Oregon: [www.oregon.gov/oha/HSD/AMH/Pages/CMH-Programs.aspx](http://www.oregon.gov/oha/HSD/AMH/Pages/CMH-Programs.aspx).

**Ante una emergencia siempre llame al 911.**

## Qué hacer si se siente enfermo

**Los síntomas principales de la COVID-19 son:**



Fiebre



Tos



Dificultad para respirar

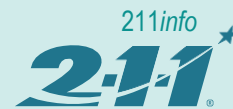
**Comuníquese con** su proveedor de asistencia médica o [departamento de salud local](#) si piensa que está enfermo. Ellos pueden ayudarlo con lo siguiente:

- Decidir si necesita una cita; y
- Planificar el ingreso a una clínica sin propagar el virus.

Si no tiene médico:



- Llame al 211 para solicitar una lista de las clínicas que se encuentran cerca suyo, o
- Llame al centro de atención de urgencias de su localidad para pedir una cita.



**Su proveedor de atención médica determinará si necesita hacerse la prueba.**

Si es un adulto mayor y tiene alguna preocupación relacionada con su salud, comuníquese con su proveedor de atención médica.

## Qué hacer si cree que estuvo expuesto al COVID-19

Si cree que estuvo expuesto a la COVID-19 y presenta síntomas, manténgase alejado de otras personas para que no se contagien. **Comuníquese con su médico o con una clínica para recibir instrucciones.**

## Qué hacer en caso de una emergencia

Si es una emergencia o sus síntomas son graves (por ejemplo, dificultad para respirar), llame al 911.

Si puede, llame al 911 y al hospital si tuvo exposición conocida a alguien con COVID-19.

Para más detalles con información básica sobre la COVID-19, visite <https://govstatus.egov.com/or-oha-covid-19-testing>.

## Qué debe hacer a diario

Todos deben seguir estos pasos diarios para prevenir la propagación de todas las enfermedades respiratorias:

- Lávese las manos con frecuencia con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos. Si no es posible, use desinfectante de manos con entre un 60 % y 95 % de contenido de alcohol.
- Cúbrase al toser y estornudar con el codo o un pañuelo de papel. Si usa un pañuelo de papel, deséchelo y lávese las manos de inmediato.
- No se toque el rostro.
- Mantenga una distancia de al menos seis pies de las personas con las que no vive.
- Use un elemento de protección facial de tela, papel o descartable cuando tenga que salir.
- Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que usted toca con frecuencia.
- Limpie los insumos y equipos médicos con frecuencia y úselos como lo indica el producto.



## Preparaciones para usted mismo y su cuidador

Usted y sus cuidadores pueden tomar medidas ahora para reducir la propagación de enfermedades respiratorias infecciosas. Esto incluye a la COVID-19. Tómese el tiempo para revisar y actualizar su plan personal de emergencia. Esto puede incluir lo siguiente:

- Conozca los medicamentos que toma y mantenga un suministro de al menos dos semanas. Puede hacerlo hablando con su proveedor de atención primaria o compañía de seguros. Algunas aseguradoras, como la tarifa por servicio de Medicaid, tienen reglas de resurtido relajadas. Puede obtener más información en <https://dfr.oregon.gov/insure/health/understand/Pages/coronavirus.aspx>.
- Almacene otros insumos médicos y alimentos no perecederos para minimizar los viajes a las tiendas. Comprar en línea es otra alternativa que reduce o elimina los viajes a las tiendas.
- Limite los encuentros con familiares fuera de su casa para protegerse. Esto incluye entornos llenos de gente como viajes en avión no esenciales o reuniones familiares con muchos miembros en donde usted vive.
- Haga arreglos para tener cuidadores y transporte de respaldo.
- Conozca sus números importantes.
  - »Cualquier línea de salud 24/7 de proveedores de salud y planes de salud
  - »Proveedores especializados de atención médica
  - »Números de servicio de soporte:
    - Organizaciones comunitarias
    - Proveedores de transporte
    - Planes de salud
    - Coordinadores de atención
    - Línea directa del personal de enfermería
    - Servicios de telesalud
  - » Entrega de alimentos, medicamentos y suministros.

- Elabore planes con proveedores de servicios que realicen visitas periódicas a domicilio para minimizar la exposición, por ejemplo:

- » Asistente personal
- » Servicios de acompañantes
- » Salud en el hogar
- » Centro de cuidados paliativos
- » Asesores para la vida independiente.



- Comprenda los planes de emergencia de los centros a los que concurre diariamente o de manera periódica, tales como:

- »Centros de diálisis
- »Centros de tratamiento para afecciones de la sangre
- »Quimioterapias
- »Otros sitios de terapias de infusión.



Comuníquese antes de ir para hablar sobre cómo puede protegerse.

## Atención domiciliaria y residencial

La orientación y las políticas estatales para la atención en el hogar y los entornos residenciales (centros u hogares grupales) continúan evolucionando y cambiando a medida que avanza la pandemia. Si su ser querido vive en un centro de atención, haga lo siguiente:

- Pregunte sobre la salud de los residentes con frecuencia.
- Siga las restricciones para visitantes.
- Sepa cuál será el protocolo del lugar si hay un brote allí.

## Guía

Se encuentra disponible la guía de la Autoridad de Salud de Oregón y el Departamento de Servicios Humanos de Oregón en los siguientes vínculos:

### Servicios de la Oficina de Discapacidades del Desarrollo (ODDS)

<https://www.oregon.gov/dhs/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/COVID19-Info-for-DD-Residential-Settings.aspx>



## Recursos para la COVID-19

- El sitio web de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades para la COVID-19: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>
- Sitio web para información sobre la COVID-19 según la Autoridad de Salud de Oregón: <http://healthoregon.org/coronavirus>
- Directorio de la Autoridad de Salud Pública local: [www.healthoregon.org/lhddirectory](http://www.healthoregon.org/lhddirectory)
- Página web del Departamento de Servicios Humanos de Oregón sobre la COVID-19: <https://www.oregon.gov/DHS/COVID-19/Pages/Home.aspx>
- Página web de la Oficina de servicios para personas con discapacidad del desarrollo (ODDS) del Departamento de Servicios Humanos de Oregón (DHS) sobre el COVID-19: <https://www.oregon.gov/DHS/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/ODDS-COVID-19-Information.aspx>

Los recursos en la página web de la ODDS incluyen los siguientes:

- » del administrador de casos
- » Información del proveedor
- » Informes para el público en general, incluido un video simple que explica qué es el COVID-19 <https://www.youtube.com/watch?v=MJ8eeC-tVD4&feature=youtu.be>
- » Regístrese para actualizaciones por correo electrónico.
- Administración para la vida diaria de la comunidad (Administration for Community Living, ACL) <https://acl.gov/COVID-19>
- Página web de la Oficina de la Gobernadora sobre la COVID-19 <https://www.oregon.gov/gov/pages/index.aspx>

## Para miembros del SEIU 503

- Conozca lo que la Unión Internacional de Empleados de Servicios (Service Employees International Union, SEIU) hace por sus miembros aquí: [https://seiu503.org/member\\_news/coronavirus-resources-for-seiu-members/](https://seiu503.org/member_news/coronavirus-resources-for-seiu-members/)

## Para personas sordas o con dificultades auditivas

- Recursos sobre la COVID-19: <https://www.amphl.org/blog/2020/3/15/covid-19-resource-list>

## Folleto en lenguaje simple

- Folleto en lenguaje simple sobre el coronavirus, desarrollado por el Self Advocacy Resource and Technical Assistance Center (SARTAC):
  - » <https://selfadvocacyinfo.org/wp-content/uploads/2020/03/Plain-Language-Information-on-Coronavirus.pdf>
  - » Español: <https://selfadvocacyinfo.org/resource/plain-language-information-on-covid-19-spanish-version/>



## Para familias con niños y jóvenes con necesidades especiales de salud

- Guía para padres y cuidadores a fin de ayudar a las familias a enfrentar la COVID-19: <https://www.nctsn.org/resources/parent-caregiver-guide-to-helping-families-cope-with-the-coronavirus-disease-2019>
- Los programas NWDSA/ABI de NW Disability Support ofrecen [recursos relacionados con el COVID-19](#) para personas con discapacidades, apoyo relacionado con las aptitudes de las discapacidades, recursos y materiales accesibles, capacitaciones, información general, videos y enlaces a recursos federales y estatales. Ofrecen apoyo bilingüe, que incluye recursos, capacitaciones e información en español.

Línea principal en inglés: 503-238-0522

## Para adultos mayores y personas con afecciones de salud crónicas

- Preguntas y respuestas frecuentes sobre el COVID-19 para adultos mayores y personas con afecciones de salud crónicas: <https://acl.gov/sites/default/files/common/AOA%20-%20Alliance%20for%20Aging%20Rsch%20-%20Natl%20Fdn%20for%20ID%20-%20203-12-20.pdf>

## Para personas que viven con VIH

- Preguntas frecuentes: Coronavirus (COVID-19) y VIH:
  - » <https://www.oregon.gov/oha/PH/DISEASES/CONDITIONS/HIVSTDVIRALHEPATITIS/HIVCARETREATMENT/CAREASSIST/Documents/FAQ-covid-19-and-hiv.pdf>
  - » Español: <https://www.oregon.gov/oha/PH/DISEASES/CONDITIONS/HIVSTDVIRALHEPATITIS/HIVCARETREATMENT/CAREASSIST/Documents/FAQ-covid-19-and-hiv%20SP.pdf>

## Ley de Estadounidenses con Discapacidades (Americans with Disabilities Act, ADA)

- Preguntas y respuestas sobre el ADA, la Ley de Rehabilitación y el COVID-19: <https://content.govdelivery.com/accounts/USEEOC/bulletins/281dd9d>
- Para preguntas e inquietudes sobre la ADA y temas relacionados con el acceso en relación a la COVID-19:
  - » Centro ADA del noroeste
    - ADA Línea directa: 1-800-949-4232
    - [nwadactr@uw.edu](mailto:nwadactr@uw.edu)

## Ayuda alimentaria

- Ubicaciones de Bancos de Alimentos de Oregón: <https://www.oregonfoodbank.org/find-help/find-food/>
- Dónde encontrar comidas para la escuela en Oregon durante los cierres por COVID-19: <https://www.oregon.gov/ode/students-and-family/healthsafety/Pages/COVID-19-Food-Resources.aspx>
- Programa Asistencial de Nutrición Suplementaria (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP)  
Llame o envíe un correo electrónico a la oficina DHS para acceder una solicitud. Encuentre una oficina en su localidad en <https://www.oregon.gov/DHS/Offices/Pages/Self-Sufficiency.aspx>.  
» También puede postularse en línea en <https://apps.state.or.us/onlineApplication/>.
- Centro de Recursos para Adultos Mayores y Personas con Discapacidades. (Aging and Disability Resource Connection, ADRC) de Oregón: <https://www.adrcforegon.org/consite/index.php>

## Preguntas, comentarios e inquietudes

Puede enviar preguntas, comentarios e inquietudes sobre esta guía o sobre la COVID-19 y personas con discapacidades al correo electrónico [oregon.masscare@dhssoha.state.or.us](mailto:oregon.masscare@dhssoha.state.or.us).

Puede enviar comentarios e inquietudes sobre políticas de estado sobre la COVID-19 implementadas por la Gobernadora Kate Brown a Constituent Services en la Oficina de la Gobernadora al 503-378-4582. También puede usar un formulario en línea para su envío. Visite: <https://www.oregon.gov/gov/pages/request-assistance.aspx>.

## Agradecimientos

Agradecemos a la Oficina de Servicios de Emergencia del Gobernador de California por compartir su guía.

El Consejo Asesor de Gestión de Emergencias por Discapacidades (Disability Emergency Management Advisory Council, DEMAC) de Oregón proporcionó un aporte significativo a esta guía. Gracias.