

Mantener defensas altas evitando preocupaciones es clave durante la cuarentena

El año 2020 comenzó con un trimestre relacionado al tema de la salud que ha puesto de rodillas al mundo, así lo señaló el doctor Iván Morocoima, emergenciólogo egresado de la Universidad Francisco de Miranda con 28 años de experiencia, y quien estuvo a cargo 15 años de la emergencia del Hospital Universitario Alfredo Van Grieken de la ciudad de Coro. Actualmente se desempeña como Director de un instituto médico en la ciudad de Coro.

Resaltó el galeno que el COVID-19 en la Venezuela actual y específicamente en el Estado Falcón ha generado muchas inquietudes e interrogantes en los pacientes, “a diario las llamadas se incrementan por la ansiedad que genera la pandemia. Es importante señalar que la vulnerabilidad de la epidemia y la evolución de la cuarentena social es la que arroja el repunte o diagnóstico de la enfermedad, de allí la importancia, de la prevención y el cumplimiento de quedarse en casa y tener en cuenta el uso de tapa bocas”.

Refiere, que se debe evitar el contagio del virus, ya que el mismo puede generar complicaciones en la salud, aún más si el paciente tiene antecedentes clínicos como diabetes, hipertensión y otras patologías. Falcón es un estado fronterizo controlado, en el que el trabajo de vigilancia y seguimiento se lleva a cabo satisfactoriamente.

El mensaje es muy claro, puntualizó el especialista, “se debe mantener la tranquilidad durante la cuarentena, no caer en el caos, ya que esto podría ser la apertura para nuevas patologías o enfermedades, deben mantener el mecanismo de defensa fuerte, tomando mucha agua, comer sano, pensamientos positivos, cumplir con las medidas de higiene, hacer ejercicio en familia”.

Morocoima manifestó que el hecho de no presentarse más casos en el estado, no es motivo para el desacato de la cuarentena, “deben cuidarse y cuidar a sus familiares, pronto todo pasará, disfrutemos en familia estos tiempos y roguemos a Dios por la salud mundial”.

Elena Jacobucci

