

## CONSULTAS GENERALES Y FRECUENTES SOBRE LA COVID-19

### Contenido

¿Qué es un coronavirus? .....	1
¿Qué debo hacer si tengo síntomas de COVID-19 y cuándo he de buscar atención médica? .....	1
¿Cómo se propaga la COVID-19? .....	2
¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con una persona que no presente ningún síntoma? 2	
¿Cómo podemos protegernos si no sabemos quién está infectado? .....	2
¿Los niños y los adolescentes pueden contraer la COVID-19? .....	3
¿Existe alguna vacuna, medicamento o tratamiento contra la COVID-19? .....	3
¿Cómo usar adecuadamente una mascarilla? .....	4
¿Puede un animal doméstico u otro animal contagiarme la COVID-19? .....	4

### ¿Qué es un coronavirus?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19.

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente la COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo.

### ¿Qué debo hacer si tengo síntomas de COVID-19 y cuándo he de buscar atención médica?

Si tiene síntomas leves, como tos o fiebre leves, generalmente no es necesario que busque atención médica. Quédese en casa, aíslese y vigile sus síntomas. Siga las orientaciones nacionales sobre el autoaislamiento. Sin embargo, si vive en una zona con paludismo (malaria) o dengue, es importante que no ignore la fiebre. Busque ayuda médica. Cuando acuda al centro de salud lleve mascarilla si es posible, manténgase al menos a un metro de distancia de las demás personas y no toque las superficies con las manos. En caso de que el enfermo sea un niño, ayúdelo a seguir este consejo.

Busque inmediatamente atención médica si tiene dificultad para respirar o siente dolor o

presión en el pecho. Si es posible, llame a su dispensador de atención de la salud con antelación para que pueda dirigirlo hacia el centro de salud adecuado.

## ¿Cómo se propaga la COVID-19?

Una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad se propaga principalmente de persona a persona a través de las gotículas que salen despedidas de la nariz o la boca de una persona infectada al toser, estornudar o hablar. Estas gotículas son relativamente pesadas, no llegan muy lejos y caen rápidamente al suelo.

Una persona puede contraer la COVID-19 si inhala las gotículas procedentes de una persona infectada por el virus. Por eso es importante mantenerse al menos a un metro de distancia de los demás. Estas gotículas pueden caer sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, como mesas, pomos y barandillas, de modo que otras personas pueden infectarse si tocan esos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. Por ello es importante lavarse

las manos frecuentemente con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol.

La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre las formas de propagación de la COVID-19 y seguirá informando sobre las conclusiones que se vayan obteniendo.

## ¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con una persona que no presente ningún síntoma?

La principal forma de propagación de la COVID-19 es a través de las gotículas respiratorias expelidas por alguien que tose o que tiene otros síntomas como fiebre o cansancio. Muchas personas con COVID-19 presentan solo síntomas leves. Esto es particularmente cierto en las primeras etapas de la enfermedad. Es posible contagiarse de alguien que solamente tenga una tos leve y no se sienta enfermo.

Según algunas informaciones, las personas sin síntomas pueden transmitir el virus. Aún no se sabe con qué frecuencia ocurre. La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre esta cuestión y seguirá informando sobre las conclusiones que se vayan obteniendo.

## ¿Cómo podemos protegernos si no sabemos quién está infectado?

Practicar las medidas de higiene respiratoria y de las manos es importante en TODO momento y la mejor forma de protegerse a sí mismo y a los demás.

Cuando sea posible, mantenga al menos un metro de distancia entre usted y los demás. Esto es especialmente importante si está al lado de alguien que esté tosiendo o estornudando. Dado que es posible que algunas personas infectadas aún no presenten síntomas o que sus síntomas sean leves, conviene que mantenga una distancia física con todas las personas si se encuentra en una zona donde circule el virus de la COVID-19.

## ¿Cuál es la diferencia entre aislamiento, cuarentena y distanciamiento?

La cuarentena significa restringir las actividades o separar a las personas que no están enfermas pero que pueden haber estado expuestas a la COVID-19. El objetivo es prevenir la propagación de la enfermedad en el momento en que las personas empiezan a presentar síntomas.

El aislamiento significa separar a las personas que están enfermas con síntomas de COVID-19 y pueden ser contagiosas para prevenir la propagación de la enfermedad.

El distanciamiento físico significa estar físicamente separado. La OMS recomienda mantener una distancia de al menos un metro y medio con los demás. Es una medida general que todas las personas deberían adoptar incluso si se encuentran bien y no han tenido una exposición conocida a la COVID-19.

## ¿Los niños y los adolescentes pueden contraer la COVID-19?

Las investigaciones indican que los niños y los adolescentes tienen las mismas probabilidades de infectarse que cualquier otro grupo de edad y pueden propagar la enfermedad.

Las pruebas hasta la fecha sugieren que los niños y los adultos jóvenes tienen menos probabilidades de desarrollar una enfermedad grave, pero con todo se pueden dar casos graves en estos grupos de edad.

Los niños y los adultos deben seguir las mismas pautas de cuarentena y aislamiento si existe el riesgo de que hayan estado expuestos o si presentan síntomas. Es particularmente importante que los niños eviten el contacto con personas mayores y con otras personas que corran el riesgo de contraer una enfermedad más grave.

## ¿Existe alguna vacuna, medicamento o tratamiento contra la COVID-19?

La OMS no recomienda automedicarse con ningún fármaco, incluidos los antibióticos, para prevenir o curar la COVID-19. Sin embargo, hay varios ensayos clínicos en marcha, tanto de medicamentos occidentales como tradicionales. La OMS está coordinando la labor de desarrollo de vacunas y medicamentos para prevenir y tratar la COVID-19 y seguirá proporcionando información actualizada a medida que se disponga de los resultados de las investigaciones.

Las formas más eficaces de protegerse a uno mismo y a los demás frente a la COVID-19 son:

- Lavarse las manos a fondo y con frecuencia.
- Evitar tocarse la boca, la nariz o los ojos, si no se ha lavado antes las manos.
- Al toser, cubrirse la boca con el codo flexionado o con un pañuelo. Si ha usado un pañuelo, tírelo después y lávese las manos.

- Mantenga una distancia de separación con las demás personas de, al menos, un metro y medio.

**NOTA IMPORTANTE:** Aunque algunas soluciones de la medicina occidental, tradicional o remedios caseros pueden resultar reconfortantes y aliviar los síntomas leves de la COVID-19, hasta ahora ningún medicamento ha demostrado prevenir o curar esta enfermedad.

## ¿Cómo usar adecuadamente una mascarilla?

El uso adecuado de la mascarilla es uno de los aspectos más importantes en la prevención de la transmisión de la COVID-19.

1. Antes de tocar la mascarilla, limpie sus manos con un desinfectante a base de alcohol o láveselas con agua y jabón.
2. Inspeccione la mascarilla para comprobar que está íntegra y no tiene roturas o deterioro de otro tipo.
3. En las mascarillas quirúrgicas, asegúrese de poner hacia afuera el lado correcto de la mascarilla (el que lleva color)
4. Colóquese la mascarilla delante de la nariz y la boca. Pellizque el dispositivo de metal o el borde rígido superior para amoldarla a la nariz.
5. Tire hacia abajo de la parte inferior de la mascarilla, para que se extienda por encima del mentón.
6. No toque la mascarilla (parte exterior) mientras la lleva puesta.
7. Después de usar la mascarilla, quítesela con las manos limpias, cogiéndola de las cintas elásticas de detrás de las orejas, manteniendo la mascarilla alejada de la cara y de la ropa para que no toque dichas superficies.
8. Deseche la mascarilla en un contenedor o cubo que se pueda cerrar posteriormente.
9. No reutilice las mascarillas que no sean reutilizables.
10. Lávese o limpie (con gel hidroalcohólico) las manos, después de desechar la mascarilla.

Recuerde que las mascarillas no sustituyen otras formas más eficaces de protegerse a sí mismo y a los demás contra la COVID-19, como lavarse las manos con frecuencia, cubrirse la boca con el codo flexionado o con un pañuelo al toser y mantener una distancia de al menos un metro y medio con los demás.

Consulte frecuentemente, las medidas de protección básicas y de contención de la enfermedad, para mantenerse informado de forma actualizada, siguiendo el consejo de las autoridades sanitarias a este respecto.

## ¿Puede un animal doméstico u otro animal contagiarme la COVID-19?

Varios perros y felinos (gatos domésticos y tigres) han dado positivo en las pruebas de detección de la COVID-19 después de haber estado en contacto con humanos infectados. Además, parece ser que los hurones son susceptibles a la infección. En condiciones experimentales, tanto los gatos como los hurones pueden transmitir la infección a otros animales de la misma especie. Sin embargo, no existen datos probatorios de que estos

animales puedan transmitir la enfermedad al ser humano y propagar la COVID-19. La COVID-19 se propaga principalmente a través de las gotículas que despiden una persona infectada al toser, estornudar o hablar.

También se ha detectado el virus en visones criados en granjas que probablemente habían sido infectados por trabajadores. En algunos casos, los visones infectados por seres humanos han transmitido el virus a otras personas. Son los primeros casos notificados de transmisión del animal al ser humano.

Se sigue recomendando que las personas enfermas de COVID-19 y las personas de riesgo limiten el contacto con animales de compañía y otros animales. En el manejo y cuidado de los animales, siempre se deben tomar medidas básicas de higiene, a saber: lavarse las manos después de manipular animales, su comida o sus artículos, así como evitar besarlos, dejar que nos laman o compartir comida.

Pueden ampliar información, a este respecto en: <https://www.oie.int/es/nuestra-experiencia-cientifica/informaciones-especificas-y-recomendaciones/preguntas-y-respuestas-del-nuevo-coronavirus-2019/>

La OMS seguirá haciendo un seguimiento de los últimos estudios sobre este tema y otros temas relacionados con la COVID-19 y actualizará la información a medida que disponga de nuevas conclusiones.