



Preguntas Hechas Frecuentemente: COVID-19

¿Qué es el COVID-19, anteriormente enfermedad del Nuevo Coronavirus 2019?

El COVID-19 es una nueva enfermedad respiratoria provocada por el SARS CoV-2, antes llamado 2019-nCoV, que fue identificado por primera vez en Wuhan, China, en diciembre de 2019.

¿Qué es el coronavirus?

Los coronavirus (CoV) son una gran familia de virus que causan enfermedades que pueden causar desde un resfriado común hasta enfermedades más graves. El Síndrome Respiratorio del Oriente Medio (MERS, por sus siglas en inglés) y el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS, por sus siglas en inglés) son ejemplos de enfermedades provocadas por coronavirus. Hay investigaciones en curso para entender más sobre este virus.

¿Es el COVID-19 el mismo MERS o SARS?

No. El COVID-19 es una nueva enfermedad provocada por un coronavirus diferente al que provoca el El Síndrome Respiratorio del Oriente Medio (MERS) o el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS). Sin embargo, los análisis genéticos sugieren que este virus surgió de un virus relacionado con el SARS. Esta situación se está rápidamente evolucionando; la información se actualizará a medida que esté disponible.

¿Cómo se propaga el COVID-19?

El COVID-19 es provocado por un virus respiratorio. Puede transmitirse de una persona infectada a otra persona a través de las gotitas respiratorias cuando una persona infectada tose o estornuda sobre alguien que está a menos de 6 pies. Es la misma manera que se propagan la influenza y otros gérmenes respiratorios. Es posible que una persona se contagie con COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tenga el virus sobre el mismo y luego tocar su propia boca, su nariz o posiblemente sus ojos. La evidencia actual sugiere que COVID-19 puede permanecer viable durante horas o días en superficies de diferentes tipos de materiales.

¿Cuáles son los síntomas y posibles complicaciones?

Las personas con COVID-19 han reportado enfermedad respiratoria de leve a grave con síntomas de fiebre, tos y dificultad respiratoria. En los casos graves, puede ocasionar neumonía.

¿Quién está en riesgo de sufrir complicaciones graves por COVID-19?

Algunas personas tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente por esta enfermedad. Esto incluye:

- Adultos mayores
- Personas que tienen afecciones médicas crónicas graves, como enfermedades cardíacas, diabetes, enfermedades pulmonares.
- Mujeres embarazadas

Si tiene un mayor riesgo de enfermarse gravemente con COVID-19, debe:

- Abastecerse de suministros, incluidos medicamentos.
- Tome precauciones diarias para mantener el espacio entre usted y los demás.
- Cuando salga en público, manténgase alejado de otras personas enfermas, limite el contacto cercano (a menos de 6 pies) y lávese las manos con frecuencia.
- Evite las multitudes tanto como sea posible.
- Evite los viajes en crucero y los viajes aéreos no esenciales.
- Durante un brote de COVID-19 en su comunidad, quédese en casa tanto como sea posible para reducir aún más su riesgo de estar expuesto.

¿Cuándo aparecerán los síntomas?

Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición inicial. Las personas son más infecciosas cuando presentan los síntomas (similares a los de la gripe), y están tosiendo, estornudando o produciendo gotitas (respiratorias).

¿Cómo se trata el COVID-19?

El tratamiento consiste en cuidados de apoyo y alivio de los síntomas. Actualmente no existe una vacuna para proteger a las personas de este nuevo coronavirus. Tampoco existe un tratamiento antiviral específico.

¿Cómo puedo ayudar a protegerme?

La mejor manera de evitar la infección es evitar exponerse a este virus. La Comisión de Salud Pública de Boston (BPHC, por sus siglas en inglés) recomienda las mismas precauciones para evitar la propagación de otros virus respiratorios, como aquellos que provocan la gripe o el resfriado:

- Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de soplarse la nariz, toser o estornudar.
- Si no hay agua y jabón, usar un desinfectante para manos a base de alcohol, con al menos un 60% de alcohol.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
- Evitar el contacto cercano con personas enfermas.
- No compartir bebidas, comida, o cubiertos de comida.
- Quedarse en casa cuando se está enfermo.
- Cubrirse al toser o estornudar con la manga (no sus manos), o con un pañuelo desechable, luego botar el pañuelo desechable a la basura.
- Limpiar y desinfectar objetos y superficies que se tocan con frecuencia usando un aerosol o toalla húmeda de limpieza doméstica regular.
- Evitar escupir en público.
- Vacunarse contra la gripe.

¿Usar una mascarilla evita la propagación del COVID-19?

Los Centros de Control de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan que las personas sanas no usen mascarilla. No existe evidencia de que usar una mascarilla proporcione algún beneficio a las personas que no están enfermas. La mascarilla debe ser usada por cualquiera con síntomas respiratorios sospechosos o confirmados de COVID-19 u otros virus respiratorios, porque ayuda a proteger a los demás de ser infectados. Los trabajadores de la salud y las personas que cuidan a alguien con sospecha o confirmación de COVID-19 deben usar mascarilla.

¿Cómo sé si estuve expuesto?

Por lo general, debe estar en contacto cercano con una persona enferma para infectarse. El contacto cercano incluye:

- Vivir en el mismo hogar que una persona enferma con COVID-19,
- Cuidar a una persona enferma con COVID-19
- Estar a menos de 6 pies de una persona enferma con COVID-19 durante aproximadamente 10 minutos, O
- Estar en contacto directo con las secreciones de una persona enferma con COVID-19 (por ejemplo, toser, besarse, compartir utensilios, etc.).

Si no ha estado en contacto cercano con una persona enferma con COVID-19, se considera que tiene bajo riesgo de infección. Puede continuar yendo al trabajo y a la escuela, pero debe estar atento de su salud durante 14 días y mantenerse alejado de los demás si se enferma.

¿Qué debo hacer si tuve en contacto cercano con alguien que tiene COVID-19?

Vigílese desde el momento en que tuvo el contacto con esa persona, y si desarrolla fiebre o cualquier otro síntoma, llame a su proveedor de atención médica. No debe de ir a trabajar o a la escuela y debe de evitar lugares públicos por 14 días.

¿Qué debo hacer si estuve en un avión con alguien que creo que tiene COVID-19?

Si usted es residente de Boston, será contactado por la BPHC si se le identifica como un contacto cercano de alguien diagnosticado con COVID-19. Si vive fuera de Boston, lo contactará el Departamento de Salud Pública de Massachussets (MDPH, por sus siglas en inglés) y/o su departamento de salud local.

¿Deben hacerme la prueba para COVID-19?

Solo deben hacerse la prueba aquellos que experimentan síntomas similares a los de la gripe y han viajado recientemente a una zona con transmisión comunitaria amplia o continua de COVID-19, o han tenido contacto cercano con alguien diagnosticado con COVID-19 y tienen síntomas. Para conocer la información más reciente sobre las zonas geográficas afectadas con transmisión comunitaria amplia o continua de COVID-19, visite <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>.

¿Cómo se le hace la prueba de COVID-19 a una persona?

Si tiene síntomas similares a los de la gripe y ha viajado recientemente a una zona con transmisión generalizada de COVID-19 o si tiene síntomas similares a los de la gripe y ha tenido contacto cercano con alguien diagnosticado con COVID-19, contacte a su proveedor de atención primaria POR TELÉFONO. Si no tiene un proveedor de atención primaria, dependiendo de qué tan enfermo se encuentre, vaya a la clínica más cercana, el sitio de atención de urgencias o el departamento de emergencias. Si es posible, contacte a la clínica, el sitio de atención de urgencias o el departamento de emergencias, POR TELÉFONO, antes de llegar. Los profesionales médicos trabajarán con el Departamento de Salud Pública de Massachussets para determinar si es necesario que se le hagan exámenes de COVID-19 y pueden examinarlo para el virus, si está indicado.

¿Qué debo hacer si soy un contacto cercano con alguien con COVID-19 y me enfermo?

Si se enferma con fiebre, tos o falta de aliento (incluso si sus síntomas son muy leves), debe quedarse en casa y lejos de otras personas. Llame a su proveedor de atención médica y dígame que estuvo expuesto a alguien con COVID-19. Actualmente no hay medicamentos para tratar COVID-19. Si tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, notifique al personal de despacho que puede haber estado expuesto a COVID-19. Si es posible, póngase una mascarilla antes de que lleguen los servicios médicos de emergencia o inmediatamente después de que lleguen.

Si viajé recientemente a un área con transmisión comunitaria de COVID-19 y estoy enfermo, ¿qué debo hacer?

Si viajó a una zona de transmisión generalizada de COVID-19 en los últimos 14 días y se siente enfermo con fiebre (38°C/ 100,4 °F), tos o dificultad respiratoria, debe:

- Buscar atención médica de inmediato. Antes de ir al consultorio de un proveedor de atención médica o a la sala de emergencias, llame con anticipación e infórmeles sobre su viaje reciente y sus síntomas.
- Evitar el contacto con otros.
- No viajar mientras esté enfermo.
- Cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable o la manga (no las manos) al toser o estornudar.
- Usar una mascarilla de tipo quirúrgico si la tiene o tan pronto como llegue a un centro de atención médica que pueda suministrarle una.
- Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, usar un desinfectante para manos a base de alcohol.

- Para emergencias médicas (p. ej., dificultad respiratoria, dolor en el pecho): llame al 911.

¿Estoy en riesgo de COVID-19 en Boston?

Esta es una situación de evolución rápida y la evaluación de riesgo puede cambiar diariamente. Las actualizaciones más recientes están disponibles en el sitio web de los CDC (<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/cases-in-us.html>).

Si le diagnostican COVID-19, ¿por cuánto tiempo estará en cuarentena?

Los pacientes con infección confirmada de COVID-19 deben permanecer en aislamiento doméstico hasta que se considere que el riesgo de transmisión a otros es bajo. Los pacientes con condiciones médicas graves que requieran hospitalización no se enviarán a casa hasta que estén médicamente estables. La decisión de discontinuar las precauciones de aislamiento doméstico debe tomarse caso por caso, en consulta con los proveedores de atención médica y los departamentos de salud locales. La información actual sobre el COVID-19 es limitada; por tanto, las precauciones en el hogar son conservadoras y se basan en las recomendaciones generales para otros coronavirus que provocan enfermedades graves, como el Síndrome Respiratorio del Oriente Medio (MERS).

¿Qué debo hacer para evitar que mi infección se propague a mi familia y otras personas en la comunidad?

Quedarse en casa excepto para recibir atención médica.

Debe restringir las actividades fuera de su hogar, excepto para obtener atención médica. No vaya al trabajo, la escuela o las áreas públicas. Evite el uso de transporte público, viajes compartidos o taxis. Separarse de otras personas y animales en su hogar.

Personas: En la medida de lo posible, debe permanecer en una habitación específica y lejos de otras personas en su hogar. Además, debe usar un baño separado, si está disponible. No comparta alimentos, bebidas y utensilios.

Animales: Ver COVID-19 y Animales para más información.

Llame con anticipación antes de visitar a su médico.

Si tiene una cita médica, llame al proveedor de atención médica y dígame que tiene síntomas consistentes con COVID-19. Esto ayudará a que el consultorio del proveedor de atención médica tome medidas para evitar que otras personas se infecten o se expongan.

Usar una mascarilla

Debe usar una máscara facial cuando esté cerca de otras personas (por ejemplo, compartiendo una habitación o vehículo) o mascotas y antes de ingresar al consultorio de un proveedor de atención médica. Si no puede usar una máscara facial (por ejemplo, porque causa problemas para respirar), las personas que viven con usted no deberían estar en la misma habitación que usted, o deberían usar una máscara facial si entran en su habitación.

Cubra sus toses y estornudos

Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude. Bote los pañuelos usados en un bote de basura forrado; Lávese inmediatamente las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos o lávese las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos un 60% de alcohol, cubra todas las superficies de las manos y frótelas hasta que se sientan secas. Se debe usar agua y jabón si las manos están visiblemente sucias.

Evite compartir artículos personales del hogar.

No debe compartir platos, vasos, vasos, utensilios para comer, toallas o ropa de cama con otras personas o mascotas en su hogar. Después de usar estos artículos, se deben lavar a fondo con agua y jabón.

Limpia sus manos con frecuencia

Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, lávese las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol, cubra todas las superficies de las manos y frótelas hasta que se sientan secas. Se prefiere el agua y el jabón si las manos están visiblemente sucias. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

Limpie todas las superficies de "alto contacto" todos los días

Las superficies de alto contacto incluyen mostradores, mesas, perillas de las puertas, accesorios de baño, inodoros, teléfonos, teclados, tabletas y mesitas de noche. Además, limpie cualquier superficie que pueda tener sangre, heces o líquidos corporales. Use un aerosol o toallita de limpieza doméstica, de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta. Las etiquetas contienen instrucciones para el uso seguro y efectivo del producto de limpieza, incluidas las precauciones que debe tomar al aplicar el producto, como usar guantes y asegurarse de tener una buena ventilación durante el uso del producto.

Controle sus síntomas

Busque atención médica inmediata si su enfermedad está empeorando (por ejemplo, dificultad para respirar). Antes de buscar atención, llame a su proveedor de atención médica y dígame que sus síntomas son consistentes con COVID-19. Póngase una máscara facial antes de ingresar a las instalaciones. Estos pasos ayudarán al consultorio del proveedor de atención médica a evitar que otras personas en el consultorio o la sala de espera contraigan su infección.

Si tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, notifique al personal de despacho que tiene síntomas consistentes con COVID-19. Si es posible, póngase una mascarilla antes de que lleguen los servicios médicos de emergencia.

Discontinuar el aislamiento del hogar

Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar y no ha estado cerca de alguien a quien se le haya diagnosticado COVID-19, debe quedarse en casa lejos de otras personas hasta 72 horas después de que la fiebre haya desaparecido y los síntomas mejoren.

¿Luego de regresar de un área con transmisión generalizada de COVID-19, cuándo pueden retornar a trabajar los empleados?

Cualquier persona que ingrese a los Estados Unidos después de estar en un área con una transmisión generalizada durante los últimos 14 días tendrán cierto nivel de restricciones en sus movimientos. El distanciamiento social significa permanecer fuera de lugares públicos donde puede haber contacto cercano con otras personas (por ejemplo, centros comerciales, cines, estadios), lugares de trabajo (a menos que la persona trabaje en un espacio de oficina que permita distanciarse de los demás), escuelas y otros entornos de aula, y medios de transporte públicos locales (por ejemplo, autobús, metro, taxi, viaje compartido) durante el período de 14 días durante el cual es probable que se presenten síntomas si hay infección presente a menos que la presencia en dichos lugares sea aprobada por el departamento de salud local o estatal. Estas las restricciones deben estar vigentes durante 14 días desde el momento en que la persona estuvo posiblemente expuesta. Contacte su departamento de salud local o estatal si tiene más preguntas.

¿Y qué hay de los viajes?

El Departamento de Estado de los EE. UU. emitió un aviso de viaje recomendando a los estadounidenses que no viajen a zonas con una transmisión amplia de COVID-19. Si debe viajar:

- Evitar el contacto con personas enfermas.
- Evitar los animales (vivos o muertos), los mercados de animales y los productos que provienen de animales (como la carne cruda).
- Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, usar un desinfectante para manos a base de alcohol.

¿Puedo viajar a otros lugares? ¿A otros países?

Actualmente los CDC recomiendan a los viajeros evitar los viajes no esenciales solo hacia los destinos con amplia transmisión de COVID-19. Para conocer la información más reciente sobre las zonas geográficas afectadas con transmisión comunitaria amplia o continua de COVID-19, visite <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>.

Dada la forma en que circula y es filtrado el aire en los aviones, la mayoría de los virus y otros gérmenes no se propagan fácilmente en los aviones. Aun cuando el riesgo de infección en un avión es bajo, los viajeros deben tratar de evitar el contacto con pasajeros enfermos y lavarse las manos con frecuencia, con agua y jabón, durante al menos 20 segundos o usar desinfectante para manos con al menos 60 % de alcohol.

¿Cómo está monitorizando Boston a las personas que llegan de otros países con amplia transmisión de COVID-19?

Se les está pidiendo a las personas que hayan llegado de países con amplia transmisión del COVID-19 en los últimos 14 días que vigilen los síntomas de fiebre, dificultad respiratoria y tos. Si usted ha viajado a una de las zonas afectadas y desarrolla síntomas, llame a su proveedor de atención médica.

¿Estoy en riesgo de COVID-19 por un paquete o productos enviados desde China?

Actualmente, no hay evidencia de que el COVID-19 o ningún otro coronavirus pueda propagarse mediante los productos importados de China. No ha habido ningún caso de infección por COVID-19 en los Estados Unidos que esté asociado a los productos importados.

¿Puedo contagiarme con COVID-19 de mi mascota?

Aunque este virus parece haber surgido de una fuente animal, ahora se propaga de persona a persona. En este momento, no hay evidencia de que las mascotas, tales como gatos y perros, en los Estados Unidos puedan infectarse o propagar el COVID-19.

Si se ha recibido la vacuna de la gripe, no hay que preocuparse por el COVID-19, ¿cierto?

La vacuna de la gripe proporciona protección contra la gripe, no contra otros virus. Actualmente no existe vacuna contra el COVID-19.

¿Puedo contagiarme con COVID-19 a partir del aire del sistema de ventilación de mi edificio?

El COVID-19 se propaga de persona a persona en contacto cercano (aproximadamente 6 pies). Se cree que la propagación de persona a persona ocurre principalmente a través de las gotitas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda, de la misma manera como se propaga la influenza y otros patógenos respiratorios. En este momento, no hay razones para pensar que el COVID-19 se propague a través de los sistemas de ventilación.

Algunas publicaciones de las redes sociales sugieren que puedes protegerte del COVID-19 al tragar o hacer gárgaras con lejía, tomar ácido acético o esteroides, o usar aceites esenciales, agua salada, etanol u otras sustancias. ¿Es esto cierto?

No, y algunos de estas sustancias pueden ser muy peligrosas. No existe evidencia de que estas estrategias puedan protegerlo de enfermarse por COVID-19. Las mejores formas de protegerse del COVID-19 (y de otros virus respiratorios) incluyen:

- Lavar sus manos con frecuencia y a fondo con agua y jabón.
- Cubrirse al toser o estornudar con la manga (no sus manos), o con un pañuelo desechable, luego botar el pañuelo desechable a la basura.
- Evitar el contacto cercano con personas enfermas que estén estornudando o tosiendo.
- Obtener información de una fuente confiable como la Organización Mundial de la Salud, los CDC o su departamento de salud local o estatal.

¿Qué está(n) haciendo la ciudad/las escuelas/los centros comunitarios para prepararse para una posible propagación del virus?

La BPHC está trabajando con asociados locales, estatales y nacionales en la orientación de los diferentes sectores y se comunicará con el público cuando haya orientaciones específicas disponibles. Mientras tanto, continuamos animando a todos a practicar la higiene de las manos y el protocolo para toser, a vacunarse contra la gripe y a permanecer en casa si está enfermo, para evitar la propagación de enfermedades respiratorias, incluso de la gripe, que actualmente aún circula en nuestra comunidad.

¿Deben cancelarse los grandes eventos debido al riesgo de COVID-19?

Se recomienda posponer o cancelar grandes eventos y reuniones no esenciales.

Si no puede evitar reunir a grupos de personas, realice estos ajustes:

- Las personas enfermas no deben asistir.
- Trate de encontrar maneras de darles a las personas más espacio físico para que no tengan tanto contacto cercano. (Se recomiendan 6 pies).
- Desaliente el contacto físico, como saludar con las manos, los abrazos, etc.
- No compartir alimentos, bebidas o utensilios en ninguna reunión.
- Desarrollar pólizas de reembolso flexibles para los participantes que se enferman.

Durante un evento esencial:

- De mensajes asertivos sobre COVID-19
- Promueva prácticas que detengan la propagación de gérmenes.
- Asegure un acceso adecuado a los fregaderos con jabón, desinfectante para manos y pañuelos desechables.
- Tener un plan para ausencias del personal
- Identificar un espacio que pueda usarse para aislar al personal o los participantes que se enferman en el evento.

¿Si tengo una pregunta sobre el COVID-19, con quién debo comunicarme?

Para más información sobre el COVID-19, puede visitar www.bphc.org/2019ncov o llame 617-534-5050.



Boston Public Health Commission | Infectious Disease Bureau
1010 Massachusetts Avenue | Boston, MA 02118 | www.bphc.org