



Lo Que Debería Saber

¿Quién está en mayor riesgo?

La información preliminar de China, donde comenzó COVID-19, muestra que algunas personas tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente por esta enfermedad. Esto incluye:

- Adultos mayores
- Las personas que tienen afecciones medicas crónicas graves como:
 - Enfermedad del corazón
 - Diabetes
 - Enfermedad pulmonar

Si ocurre un brote de COVID-19 en su comunidad, podría durar mucho tiempo. (Un brote ocurre cuando una gran cantidad de personas se enferma repentinamente). Según la gravedad del brote, los funcionarios de salud pública pueden recomendar acciones comunitarias para reducir el riesgo de las personas de exponerse a COVID-19. Estas acciones pueden retrasar la propagación y reducir el impacto de la enfermedad.

Si tiene mayor riesgo de enfermedad grave debido a COVID-19 por su edad o porque tiene un problema de salud grave a largo plazo, es muy importante que tome medidas para reducir su riesgo de enfermarse con la enfermedad.

Cómo se propaga COVID-19

Propagación de persona a persona

Se cree que el virus se propaga principalmente de persona a persona.

- Entre personas que están en contacto cercano con uno al otro (dentro de unos 6 pies).
- A través de gotas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose o estornuda.

Estas gotitas pueden caer en la boca o la nariz de las personas cercanas o posiblemente ser inhaladas a los pulmones.

¿Alguien puede propagar el virus sin estar enfermo?

- Se cree que las personas son más contagiosas cuando son más sintomáticas (los más enfermos).
- Es posible que se propague algo antes de que las personas muestren síntomas; ha habido informes de que esto ocurre con este nuevo coronavirus, pero no se cree que esta sea la principal forma en que se propaga el virus.

Propagación del contacto con superficies u objetos contaminados

Es posible que una persona pueda contraer COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tiene el virus y luego tocarse la boca, la nariz o posiblemente los ojos, pero no se cree que esta sea la principal forma en que el virus se propaga.



Con qué facilidad se propaga el virus

La facilidad con que un virus se transmite de persona a persona puede variar. Algunos virus son altamente contagiosos (se propagan fácilmente), como el sarampión, mientras que otros virus no se propagan tan fácilmente. Otro factor es si la propagación es sostenida, propagándose continuamente sin detenerse.

El virus que causa COVID-19 parece propagarse de manera fácil y sostenible en la comunidad (“propagación de la comunidad”) en algunas áreas geográficas afectadas.

Qué hacer si estuvo potencialmente expuesto a alguien con enfermedad confirmada de coronavirus (COVID-19)

Si cree que ha estado expuesto a alguien con COVID-19 confirmado por laboratorio, siga los pasos a continuación para controlar su salud y evitar contagiar a otros si se enferma.

¿Qué es la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19)?

COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por un nuevo virus llamado SARS-CoV-2. Los síntomas más comunes de la enfermedad son fiebre, tos y falta de aliento. La mayoría de las personas con COVID-19 tendrán una enfermedad leve, pero algunas personas se enfermarán y es posible que necesiten hospitalización.

¿Cómo sé si estuve expuesto?

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

- Viviendo en el mismo hogar que una persona enferma con COVID-19,
- Cuidando 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, siendo tosido, besando, compartiendo utensilios, etc.)

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

¿Qué debo hacer si estuve en contacto cercano con alguien con COVID-19 mientras estaba enfermo, pero no estoy enfermo?

Debe monitorear su salud en busca de fiebre, tos y falta de aliento durante los 14 días posteriores al último día en que estuvo en contacto cercano con la persona enferma con COVID-19. No debe ir al trabajo ni a la escuela y debe evitar los lugares públicos durante 14 días.

¿Qué debo hacer si estuve en 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), es probable que tenga COVID-19. Debe aislarse en casa y lejos de otras personas. Si tiene alguna de las siguientes condiciones que pueden aumentar su riesgo de una infección grave – de 60 años o más, está embarazado o tiene condiciones médicas- comuníquese con el consultorio de su médico y dígales que estuvo expuesto a alguien con COVID-19. Es posible que quieran monitorear su salud más de cerca o hacerle una prueba de COVID-19.



Si no tiene una condición de alto riesgo, pero desea asesoramiento médico, llame a su proveedor de atención médica y dígame que estuvo expuesto a alguien con COVID-19. Su proveedor de atención médica puede ayudarlo a decidir si necesita ser evaluado en persona o examinado. 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.

Prevención y tratamiento

Actualmente no existe una vacuna para prevenir la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19). La mejor manera de prevenir enfermedad es evitar exponerse a este virus.

Se cree que el virus se propaga principalmente de persona a persona.

- Entre personas que están en contacto cercano entre uno a otro (dentro de unos 6 pies)
- A través de gotas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose o estornuda.

Estas gotitas pueden caer en la boca o la nariz de las personas cercanas o posiblemente ser inhaladas a los pulmones.

Limpie sus manos con frecuencia

- **Lávese las manos** a menudo con jabón y agua durante al menos 20 segundos, especialmente después de haber estado en un lugar público, o después de sonarse la nariz, toser, o estornudar.
- Si no hay jabón y agua disponible, **use un desinfectante para manos que contenga al menos 60% de alcohol**. Cubra todas las superficies de sus manos y frótelas hasta que se sientan secas.
- **Evite tocarse los ojos, la nariz, y la boca** con las manos sin lavar.

Evite el contacto cercano

- **Evite el contacto cercano** con personas que están enfermas
- Ponga **distancia entre usted y otras personas** si COVID-19 se está propagando en su comunidad. Esto es especialmente importante para las [personas que corren un mayor riesgo de enfermarse gravemente](#).

Mujeres embarazadas y niños/as

Actualmente no hay información de informes científicos publicados sobre la susceptibilidad de las mujeres embarazadas a COVID-19. Las mujeres embarazadas experimentan cambios inmunológicos y fisiológicos que pueden hacerlas más susceptibles a las infecciones respiratorias virales incluido COVID-19.

No hay evidencia de que los niños/as sean más susceptibles al COVID-19. De hecho, la mayoría de los casos confirmados de COVID-19 reportados desde China han ocurrido en adultos. Se han informado infecciones en niños/as, incluso en niños/as muy pequeños. Hay una investigación en curso para determinar más sobre este brote. Esta es una situación en rápida evolución y la información se actualizará a medida que esté disponible.