



PREGUNTAS FRECUENTES

ACERCA DE LA COVID-19

6 de septiembre de 2022

Preguntas frecuentes acerca de la COVID-19:

¿Qué es la COVID-19?

La COVID-19 es una enfermedad ocasionada por un virus conocido como el SARS-CoV-2. El virus se identificó por primera vez en diciembre de 2019 en Wuhan, China, y se propagó rápidamente por todo el mundo. Este virus es muy contagioso y, generalmente, ocasiona síntomas respiratorios que pueden sentirse como un resfriado, alergias o gripe.

El virus de la COVID-19 sigue mutando y se crean “variantes” del virus original. Desde la ola original de COVID a finales de 2019 y principios de 2020, hubo muchas olas de infecciones con distintas variantes en todo el mundo (p. ej., delta y ómicron). Las variantes dominantes en determinadas regiones o en todo el mundo suelen tener características que contribuyen a una mayor transmisión, como una infecciosidad más alta, la capacidad de evadir la inmunidad generada con una infección previa o vacunas, periodos de incubación más cortos, cargas virales más altas, etc.

¿Cómo se propaga la COVID-19?

La COVID-19 se propaga cuando una persona infectada con el virus exhala este en forma de gotas al toser, estornudar, hablar o cantar. Estas gotas se pueden respirar o caer en la boca o la nariz de las personas que se encuentran cerca. El virus también puede vivir en superficies u objetos y puede transmitirse cuando una persona toca estos objetos contaminados y, luego, se toca la boca, la nariz o los ojos.

El periodo de incubación es el tiempo en el que tarda en presentar síntomas tras la exposición. Las primeras variantes de la COVID tenían periodos de incubación de entre 2 y 14 días tras la exposición. Algunas de las últimas variantes de la COVID han tenido periodos de incubación más cortos que promediaban entre 3 y 5 días. Algunas personas infectadas pueden no presentar ningún síntoma, por tal motivo, en caso de que se haya expuesto, es importante tomar precauciones para evitar la propagación de la COVID-19.

¿Cuáles son los síntomas de la COVID-19?

Los principales síntomas observados en la COVID-19 incluyen:

- Fiebre y escalofríos
- Tos
- Dificultad o problemas para respirar
- Fatiga
- Dolores corporales o musculares
- Dolor de cabeza
- Pérdida del gusto o el olfato
- Dolor de garganta
- Congestión o secreción nasal
- Náuseas o vómitos
- Diarrea



PREGUNTAS FRECUENTES

ACERCA DE LA COVID-19

6 de septiembre de 2022

No todos presentan estos síntomas, las personas pueden experimentar una amplia gama de síntomas con la COVID-19. La mayoría de las personas con infecciones por la COVID-19 mejoran, pero hay otras que pueden tener síntomas posteriores a la COVID-19 o desarrollar complicaciones más graves. Las afecciones posteriores a la COVID-19 (incluido el “COVID largo”) son una amplia gama de problemas de salud nuevos, recurrentes o continuos que las personas pueden experimentar más de cuatro semanas después de haberse infectado por primera vez. Los adultos mayores o las personas que tienen afecciones de salud crónicas pueden estar en riesgo de desarrollar complicaciones más graves.

¿Cómo se diagnostica la COVID-19?

Se puede sospechar que cualquier persona padece el virus SARS-CoV-2 si presenta síntomas compatibles con la COVID-19, pero un diagnóstico definitivo requiere que se realicen las pruebas pertinentes. Hay distintos tipos de pruebas disponibles para detectar la COVID-19. Las pruebas de amplificación de ácido nucleico (NAAT) (como PCR y LAMP), así como otras pruebas de detección de antígenos, se utilizan para detectar una infección actual. Las pruebas de anticuerpos pueden detectar infecciones pasadas, pero se ha descubierto que no son fiables en muchos casos y no son indicativas de inmunidad.

- Las pruebas de NAAT, como PCR o LAMP, suelen ser las más fiables para las personas, ya sea que tengan o no síntomas. Estas pruebas detectan el material genético de la COVID-19, el cual puede permanecer en el cuerpo por un periodo de hasta 90 días después de que la prueba haya dado positiva.
- Las pruebas de antígenos son pruebas rápidas que permiten obtener los resultados en un plazo de entre 15 y 30 minutos. Estas pruebas son menos fiables que las NAAT, especialmente para las personas que no presentan síntomas. Una sola prueba de antígenos con resultados negativos no descarta una infección. Una prueba de antígenos que dio negativo se debe repetir 48 horas después como mínimo. A veces, se puede recomendar una prueba de NAAT de seguimiento para confirmar el resultado de una prueba de antígenos.

Para obtener más información sobre las pruebas, visite el [sitio web](#) de los CDC.

¿Cómo prevenir una infección de la COVID-19?

A continuación, algunas acciones que puede tener en cuenta para prevenir una infección por la COVID-19:

- Vacúnese: las vacunas contra la COVID-19 son seguras y efectivas para protegerle de enfermarse en forma grave. Asegúrese de [haber recibido todas las dosis de vacunas recomendadas por los CDC](#).
- Utilice una mascarilla: el uso de las mascarillas, especialmente en interiores, puede ayudar a reducir la tasa de transmisión del virus SARS-CoV-2. Los CDC tienen [las recomendaciones acerca del uso de mascarillas](#) más actualizadas y relacionadas con quién debe usar una mascarilla y qué tipo de mascarilla es la más efectiva.
- Trate de mantener la distancia: evite el contacto cercano con las personas y las multitudes. Si es posible, mantener una distancia de 6 pies entre una persona que se encuentra enferma y usted, puede ayudarle a evitar el contagio.



PREGUNTAS FRECUENTES

ACERCA DE LA COVID-19

6 de septiembre de 2022

- Lávese las manos: [lávese las manos](#) con agua y jabón durante al menos 20 segundos después de estar en público, antes de comer o preparar alimentos, después de sonarse la nariz, toser o estornudar en sus manos, después de cuidar a alguien enfermo, usar el baño o cambiar un pañal. Si no hay agua y jabón disponibles, utilice un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol.
- Cúbrase al toser y estornudar: siempre cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable o con la parte interior del codo para ayudar a prevenir la propagación de gotas potencialmente infecciosas.
- Limpie y desinfecte: limpie las áreas de alto contacto, como picaportes, mostradores, mesas, manijas, teléfonos, inodoros y lavabos. Si alguien en su hogar obtuvo un resultado positivo de la COVID-19, asegúrese de limpiar con frecuencia las superficies con un [desinfectante aprobado por la EPA](#).

¿Qué debo hacer si presento síntomas o recibo un resultado positivo de la COVID-19?

Independientemente del estado de vacunación, si considera que es posible que tenga la COVID-19, debe:

- Quedarse en casa: la mayoría de las personas con la COVID-19 se recuperan en casa sin atención médica. Es importante quedarse en casa excepto si va a recibir atención médica.
- Comunicarse con su proveedor de atención médica: comuníquese con su proveedor de atención médica para informarle sobre sus síntomas y/o el resultado positivo de la prueba de la COVID-19. Es posible que su proveedor de atención médica desee programar una cita o hacerle recomendaciones según sus antecedentes médicos y factores de riesgo.
- Realizarse la prueba: si presenta síntomas de la COVID-19, debe intentar realizarse una prueba que incluya una autoevaluación en el hogar o puede visitar un centro de prueba.
- Estar atento a los signos de una enfermedad grave: si experimenta síntomas preocupantes que incluyen dificultad para respirar, dolor o presión en el pecho, confusión, dificultad para mantenerse despierto y cambios en el color de la piel, los labios o las uñas a pálido, gris o azul. Si experimenta alguno de estos síntomas, llame al 911 para obtener atención médica inmediata.
- Utilice una mascarilla: cuando se encuentre en público, utilice una mascarilla para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades.

Si presento síntomas o tengo un resultado positivo de la COVID-19, ¿cuándo puedo estar cerca de otras personas?

Si ha presentado síntomas de la COVID-19, debe aislarse de inmediato y luego hacerse una prueba, ya sea en casa o en un centro especializado. Aíslese hasta que reciba los resultados de la prueba.

Si el resultado de la prueba de PCR para detectar COVID-19 es negativo, puede finalizar el aislamiento domiciliario. Si se realiza una prueba de antígenos rápida o una prueba de antígenos domiciliaria, debe obtener 2 resultados negativos con una diferencia de 48 horas antes de finalizar el aislamiento.

Si su prueba de la COVID-19 es positiva, debe:

- Aislarse durante al menos 5 días. Su primer día de aislamiento comienza a partir del día posterior al inicio de sus síntomas.



PREGUNTAS FRECUENTES

ACERCA DE LA COVID-19

6 de septiembre de 2022

- Puede finalizar el aislamiento después de un total de 5 días cuando:
 - sus síntomas mejoren o desaparezcan, y
 - no haya presentado fiebre ni utilizado medicamentos para reducir la fiebre en las últimas 24 horas, y
- Debe continuar utilizando una mascarilla bien ajustada durante 5 días adicionales en todo momento cuando sale de su casa.
- Evite viajar, salir a comer a un restaurante o ir al gimnasio hasta que hayan pasado un total de 10 días desde el inicio de los síntomas.
- Si tuvo síntomas moderados, como dificultad o problemas para respirar, o si fue hospitalizado por sus síntomas, debe aislarse durante un total de 10 días.

¿Qué sucede si tengo contacto con una persona que tiene un resultado positivo de la COVID-19?

Si estuvo expuesto a alguna persona con la COVID-19, debe utilizar una mascarilla de alta calidad y bien ajustada durante 10 días y estar atento a los síntomas. Debe evitar el transporte público, los viajes y las reuniones de multitudes y tener cuidado con otras personas que puedan tener el riesgo de enfermarse gravemente. Se recomienda realizar la prueba 5 días después de la exposición.

Si desarrolla algún síntoma después de una exposición conocida, siga las instrucciones de aislamiento domiciliario: “si presenta síntomas de la COVID-19”.

¿Qué debo hacer antes y después de viajar?

Aunque ya no es un requisito de los CDC, realizarse una prueba antes y después de viajar es una buena manera de protegerse a usted y a otros viajeros.

Antes de un viaje (ya sea nacional o internacional):

- considere [realizarse una prueba](#) viral entre 1 y 3 días antes de viajar.
- Si su prueba de COVID-19 es positiva antes o después de su viaje, no viaje e inmediatamente aislase en su casa.

Después de un viaje (ya sea nacional o internacional):

- considere [realizarse una prueba](#) entre 3 y 5 días después del viaje y controle si presenta síntomas.

¿Qué pasa si un miembro de mi familia contrae la COVID-19?

Si su familiar no necesita hospitalización y puede ser atendido en casa, debe ayudarlo con las necesidades básicas y controlar los síntomas mientras mantiene la mayor distancia posible. Según los CDC, el familiar enfermo debe permanecer en una habitación separada y utilizar un baño separado, si el espacio lo permite. Si cuenta con mascarillas disponibles, tanto la persona enferma como el cuidador deben usarlas cuando el cuidador ingrese a la habitación. (Consulte el sitio web de los CDC para conocer las recomendaciones de mascarillas más actualizadas). Asegúrese de seguir las medidas para prevenir la COVID-19.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU. y la Organización Mundial de la Salud