



## COVID-19 PREGUNTAS FRECUENTES

lunes, enero 10, 2022

---

### **Preguntas frecuentes sobre la COVID-19:**

#### ***¿QUÉ ES LA COVID-19?***

COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por un virus conocido como 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. Es muy contagiosa y con mayor frecuencia causa síntomas respiratorios que pueden sentirse como un resfriado, alergias o gripe.

#### ***¿Cómo se propaga la COVID-19?***

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

El período de incubación, el tiempo que le toma desarrollar síntomas después de haber estado expuesto, puede ser de entre 2 y 14 días después de la exposición, dependiendo de la variante a la que haya estado expuesto. Algunas personas que están infectadas pueden no tener ningún síntoma, por lo que es importante tomar precauciones para prevenir la propagación de COVID-19 si ha tenido una exposición.

#### ***¿Cuáles son los síntomas de COVID-19?***

Los principales síntomas observados con COVID-19 incluyen:

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

No obstante, no todas las personas tienen todos estos síntomas; existe una amplia gama de síntomas relacionados con la COVID-19. La mayoría de las personas con infecciones por COVID-19 mejoran, pero hay algunas personas que pueden tener síntomas posteriores a COVID o pueden desarrollar complicaciones más graves. Condiciones post-COVID son una amplia gama de problemas de salud nuevos, que regresan o en curso que las personas pueden experimentar más de cuatro semanas después



## COVID-19 PREGUNTAS FRECUENTES

lunes, enero 10, 2022

---

de haber sido infectadas por primera vez con COVID-19. 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 la presencia de SARS-CoV-2 en cualquier persona que tenga síntomas compatibles con COVID-19, pero un diagnóstico definitivo requiere pruebas. Hay dos tipos de pruebas disponibles de COVID-19, una que detecta la presencia de una infección en ese momento (pruebas virales de PCR y pruebas de antígeno) y otra que detecta la presencia de una infección en el pasado (pruebas de anticuerpos).

Las pruebas virales PCR detectan una infección actual al comprobar la presencia del virus COVID-19 real. En una prueba de este tipo, se toma una muestra de la persona que se sospecha que está infectada, como un hisopado nasal o un hisopado nasal muy profundo (es decir, nasofaríngeo), y se hace analizar por un laboratorio para determinar si el virus está presente. Estas pruebas pueden tardar de un día a varios días en proporcionar un resultado.

Los antígenos son componentes estructurales del virus. Las pruebas de antígenos detectan la presencia de estos componentes estructurales, como las espículas que sobresalen de la pared exterior del virus que produce la COVID-19. Las pruebas de antígenos suelen ser más rápidas y menos costosas, aunque también son menos precisas que las pruebas de PCR basadas en laboratorio.

Con las mejoras tanto en la PCR como en las pruebas de antígenos para detectar infecciones agudas, ahora se desaconsejan las pruebas de anticuerpos de muestras de sangre como una indicación de exposición pasada. En raras circunstancias médicas, se puede ordenar la prueba, pero no es indicativa de inmunidad a COVID-19 o como un signo de cuán fuerte fue la respuesta inmune a una infección pasada.

### ***¿Debería preocuparme por las variantes de COVID-19?***

Los virus como el SARS-CoV-2 pueden cambiar y mutar como cualquier otro virus, dando lugar a nuevas variantes. Algunas variantes pueden surgir y luego desaparecer y otras pueden propagarse rápidamente y tener el potencial de causar enfermedades más graves. Los CDC y otras organizaciones en todo el mundo continuarán monitoreando la aparición de nuevas variantes.

### ***¿Cómo puedo prevenir una infección por COVID-19?***

Algunas cosas que puede hacer para prevenir una infección por COVID-19 incluyen las siguientes:

- Vacúnese: Las vacunas contra el COVID-19 son seguras y efectivas para protegerlo de enfermarse. Asegúrese de haber [recibido todas las dosis de vacuna recomendadas por los CDC](#).
- Use una mascarilla: El uso de mascarillas, especialmente en interiores, puede ayudar a reducir la tasa de transmisión del virus SARS-CoV-2. Los CDC tienen las [recomendaciones sobre mascarillas](#) más recientes sobre quién debe usar una mascarilla y qué tipo de mascarilla es la más efectiva.



## COVID-19 PREGUNTAS FRECUENTES

lunes, enero 10, 2022

---

- Trate de mantener distancia: Evite el contacto estrecho con las personas y evite las multitudes. Si es posible, mantener 6 pies (2 m) entre alguien que está enfermo puede ayudar a evitar que se enferme.
- 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, después de usar el baño o después de cambiar un pañal. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol.
- Cubrirse al toser y estornudar: Siempre cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable o con el interior del codo para ayudar a prevenir la propagación de gotitas potencialmente infecciosas.
- Limpiar y desinfectar: Limpie las áreas de alto contacto, como picaportes, encimeras, mesas, manijas, teléfonos, inodoros y lavabos. Si alguien en su hogar ha dado positivo por COVID-19, asegúrese de desinfectar con frecuencia las superficies con un [desinfectante aprobado por la EPA](#).

### ***¿Qué debo hacer si tengo síntomas de COVID-19 o doy positivo para COVID-19?***

Independientemente del estado de vacunación, si cree que podría tener COVID-19, debe:

- Quedarse en casa: La mayoría de las personas con COVID-19 se recuperan en casa sin atención médica. Es importante quedarse en casa, excepto si va a recibir atención médica.
- Comuníquese con su proveedor de atención médica: Comuníquese con su proveedor de atención médica para informarle de sus síntomas o prueba covid-19 positiva. Es posible que su proveedor de atención médica quiera verlo para una visita o que le recomiende que se mantenga hidratado y tome medicamentos de venta libre para ayudarlo con cualquier síntoma que pueda experimentar.
- Hacerse la prueba: Si tiene síntomas de COVID-19, debe intentar hacerse una prueba que incluya una autoprueba en el hogar o puede visitar un lugar 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 su piel, labios o lechos ungueales a pálido, gris o azul. Si experimenta alguno de estos síntomas, llame al 911 para obtener atención médica inmediata.
- Use una mascarilla: Cuando esté en público, use una mascarilla para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades.

### ***Si tengo síntomas de COVID-19 o doy positivo para COVID-19, ¿cuándo puedo estar cerca de otras personas?***

Independientemente del estado de vacunación, si ha tenido síntomas de COVID-19, debe:

- Aislarse durante al menos 5 días. Su primer día de aislamiento comienza el día después de que comenzaron sus síntomas.
- Puede finalizar el aislamiento después de 5 días completos cuando:
  - Sus síntomas mejoran o desaparecen, y



## COVID-19 PREGUNTAS FRECUENTES

lunes, enero 10, 2022

---

- No ha tenido fiebre ni ha usado medicamentos para reducir la fiebre en las últimas 24 horas, y
- Continúa usando una mascarilla bien ajustada durante 5 días adicionales en todo momento al salir de casa.
- Debe evitar viajar, comer en restaurantes o ir al gimnasio hasta que hayan pasado 10 días completos desde que comenzaron sus síntomas.

Independientemente del estado de vacunación, si no ha tenido ningún síntoma de COVID-19 pero ha dado positivo para COVID-19, debe:

- Aislarse durante 5 días completos. Su primer día de aislamiento comienza el día después de la primera vez que da positivo por COVID-19.
- Puede finalizar el aislamiento después de 5 días completos después de su prueba positiva de COVID-19 si:
  - Continúa sin tener síntomas y cuando está en público, y
  - Usted usa una mascarilla bien ajustada durante al menos 10 días desde que su prueba dio positivo.
  - Debe evitar viajar, comer en un restaurante o ir a un gimnasio hasta que hayan pasado 10 días completos desde su prueba positiva.
- Si desarrolla algún síntoma de COVID-19, su período de aislamiento de 5 días comenzaría de nuevo y debe seguir las recomendaciones de terminar el aislamiento si tiene síntomas de COVID-19.

### ***¿Qué pasa si estoy expuesto a alguien que es positivo para COVID-19?***

Los CDC definen una exposición preocupante a COVID-19 como “contacto estrecho” con alguien con COVID-19 conocido o sospechoso durante el período contagioso.

Los CDC definen “contacto estrecho” de la siguiente manera:

- Estuvo a menos de 6 pies de una persona enferma de COVID-19 durante un total de 15 minutos o más en un período de 24 horas.
- Brindó atención en el hogar a alguien que está enfermo de COVID-19.
- haber tenido contacto físico directo con una persona (la abrazó o besó) que está enferma de COVID-19;
- compartir utensilios para comer o beber con una persona que está enferma de COVID-19;
- Estuvo cerca de una persona que estornudó o tosió, o recibió de alguna manera las gotas respiratorias de una persona enferma de COVID-19.

El período contagioso:

- Comienza 2 días antes de la aparición de los síntomas y termina después de que finalice su período de aislamiento
- Comienza 2 días antes del día en que a una persona se le realizó una prueba positiva de COVID-19 y termina 10 días después de que finalice su período de aislamiento



## COVID-19 PREGUNTAS FRECUENTES

lunes, enero 10, 2022

---

Si ha recibido todas [las dosis de vacuna recomendadas por los CDC](#) y no tiene ningún síntoma, no necesita ponerse en cuarentena después de una exposición al COVID-19. Debe usar una mascarilla cuando esté cerca de otras personas y controlar los síntomas durante al menos 10 días.

Si estuvo expuesto a una persona con COVID-19, debe tomar las siguientes precauciones:

- Quédese en casa durante al menos 5 días a partir del día después de su último contacto estrecho con la persona con COVID-19. Si no tiene síntomas durante los 5 días posteriores a su último contacto estrecho, puede terminar su cuarentena, pero debe continuar usando una mascarilla bien ajustada cuando esté cerca de otras personas.
- Durante 10 días después de su último contacto estrecho, esté atento a los síntomas de COVID-19. Si desarrolla síntomas, debe seguir las recomendaciones para si tengo síntomas de COVID-19.
- Evite viajar o ir a lugares donde no pueda usar una mascarilla en todo momento (restaurantes, gimnasios, etc.) durante al menos 10 días después de su último contacto estrecho.

Los empleadores generalmente tienen políticas con respecto a cuándo permiten que un empleado regrese al trabajo después de la cuarentena, consulte la política de cuarentena COVID-19 de su empleador.

### ***¿Necesito hacer cuarentena después de un viaje?***

Si está totalmente vacunado, no tiene que ponerse en cuarentena después de viajar a nivel nacional o internacional, a menos que tenga síntomas de COVID-19.

Si se ha recuperado de una infección por COVID-19 o ha tenido un resultado positivo en una prueba de COVID-19 en los últimos 3 meses, los CDC no recomiendan hacer cuarentena o pruebas, a menos que tenga síntomas de COVID-19.

Si no está totalmente vacunado, no se ha recuperado de una infección por COVID-19 en los últimos 3 meses o no ha tenido un resultado positivo en una prueba de COVID-19 en los últimos 3 meses, los CDC recomiendan hacer lo siguiente:

Antes de viajar (ya sea a nivel nacional o internacional):

- Considere hacerse la prueba con una prueba viral 1-3 días antes de viajar.
- Si la prueba de COVID-19 que se realiza antes o después de su viaje da positivo, no viaje y aíslese inmediatamente en su hogar.

Después de viajar (ya sea a nivel nacional o internacional):

- Realícese la prueba entre los 3 y 5 días posteriores al viaje Y permanezca en su casa durante los 5 días posteriores al viaje.
  - Aunque el resultado de la prueba sea negativo, quédese en casa durante los 5 días completos.
  - Si su prueba es positiva, haga cuarentena durante 5 días después de que se haya realizado la prueba para proteger a otras personas de infectarse.



## COVID-19 PREGUNTAS FRECUENTES

lunes, enero 10, 2022

---

- Si no se hace la prueba, quédese en casa durante 5 días después del viaje.
- Evite estar cerca de personas que tienen un mayor riesgo de enfermedad grave durante 10 días, ya sea que se haga la prueba o no.
- Siga siempre las recomendaciones o los requisitos estatales y locales relacionados con los viajes.
- Si desarrolla algún síntoma durante su cuarentena, siga las instrucciones de aislamiento en el hogar para “si tiene síntomas de COVID-19”.

### ***¿Qué sucede si un miembro de mi familia se enferma de COVID-19?***

Si su familiar no necesita hospitalización y puede ser atendido en casa, debe ayudarlos con las necesidades básicas y controlar los síntomas al mismo tiempo que mantiene la mayor distancia posible. Según los CDC, el familiar enfermo debe permanecer en una habitación separada y usar un baño separado, si el espacio lo permite. Si hay 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 obtener las recomendaciones más actuales sobre las mascarillas). Asegúrese de seguir las medidas para prevenir el COVID-19.

*Materiales de origen: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de los Estados Unidos y Organización Mundial de la Salud*