

PREGUNTAS FRECUENTES EN EL MARCO DE LA PANDEMIA COVID-19

El objetivo de este documento es proporcionar la información necesaria a las preguntas más frecuentes que pueden hacer los docentes, estudiantes, padres y madres de familia de los centros educativos. Además es una herramienta de apoyo para la persona designada por el Comité Escolar de Gestión de Riesgo responsable de la comunicación y resolución de dudas en el centro educativo¹.

Es importante mencionar que la COVID-19 se trata de una enfermedad nueva y constantemente seguimos aprendiendo de ella, por lo cual es muy probable que se necesiten actualizaciones constantes de este documento.

La información que se presenta se tomó de fuentes oficiales como el Ministerio de Salud y Asistencia Social MSPAS, la Organización Mundial de la Salud y otros que se especifican en las referencias.

Generalidades

1. ¿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 (SARS). El que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19.

2. ¿Qué es la COVID-19?

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus SARS-CoV-2.

3. ¿Cuáles son los síntomas de la COVID-19?

Los síntomas son: fiebre, tos seca y cansancio. Otros síntomas menos frecuentes que afectan a algunos pacientes son los dolores y molestias, la congestión nasal, el dolor de cabeza, la conjuntivitis, el dolor de garganta, diarrea, la pérdida del gusto o el olfato y las erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies. Estos síntomas suelen ser leves y comienzan gradualmente. Algunas de las personas infectadas solo presentan síntomas muy leves.

La mayoría de las personas (alrededor del 80 %) se recupera de la enfermedad sin necesidad de tratamiento hospitalario. Alrededor de 1 de cada 5 personas que contraen la COVID-19 acaba presentando un cuadro grave y experimenta dificultades para respirar. Las personas

¹Acuerdo Gubernativo 79-2020. [Ministerio de Trabajo y Previsión Social]. Artículo 8 sobre las Normas complementarias al reglamento de salud y seguridad ocupacional, para la prevención y control de brotes de SARS-CoV-2 en los centros de trabajo. 14 de junio de 2020.

mayores y las que padecen afecciones médicas previas como hipertensión arterial, problemas cardíacos o pulmonares, diabetes o cáncer, tienen más probabilidades de mostrar cuadros graves. Sin embargo, cualquier persona puede contraer la COVID-19 y caer gravemente enferma. Las personas de cualquier edad que tengan fiebre o tos y además respiren con dificultad, sientan dolor u opresión en el pecho o tengan dificultades para hablar o moverse, deben solicitar atención médica inmediatamente.

Se recomienda consultar a un profesional médico o al **1517** para que le brinden los lineamientos a seguir.

4. ¿Cuándo aparecen los síntomas de la COVID-19?

El período de incubación es el tiempo que transcurre entre la infección por el virus y la aparición de los síntomas de la enfermedad. La mayoría de las estimaciones respecto al período de incubación de la COVID-19 oscilan entre 1 a 14 días y en general se sitúan en torno a los días 5 y 6.

5. ¿Cuánto duran los síntomas de la COVID-19?

El tiempo medio desde el inicio de los síntomas hasta la recuperación es de dos semanas cuando la enfermedad ha sido leve y de tres a seis semanas cuando ha sido grave o crítica.

6. ¿Qué debo hacer si se tienen síntomas de COVID-19?

Siga las orientaciones nacionales sobre el autoaislamiento. Cuando acuda al servicio de salud lleve mascarilla, manténgase al menos a un metro y medio de distancia de las demás personas y no toque las superficies con las manos. 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. Llame al 1517 para obtener mayor información.

7. ¿Qué significa aislarse?

El aislamiento se produce cuando una persona que tiene fiebre, tos u otros síntomas de COVID-19 se queda en casa. Esta es una medida importante que adoptan las personas con síntomas de COVID-19 para evitar infectar a otras personas de la comunidad, incluidos a sus familiares.

8. ¿Qué significa ponerse en cuarentena?

Ponerse en cuarentena significa separarse de los demás porque ha estado expuesto a alguien con COVID-19 aunque usted mismo no tenga síntomas. Durante la cuarentena, debe vigilar su estado para detectar síntomas. El objetivo de la cuarentena es prevenir la transmisión. Dado que las personas que enferman de COVID-19 pueden infectar a otros inmediatamente, la cuarentena puede evitar que se produzcan algunas infecciones.

9. ¿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 (1.5 m) de 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.

10. ¿Cuál es la diferencia entre limpieza y desinfección?

La limpieza se realiza con agua y jabón para eliminar los gérmenes, la suciedad y las impurezas de las superficies. Reduce el riesgo de propagar la infección.

La desinfección se realiza con un desinfectante de uso doméstico y elimina los gérmenes de la superficie. Al desinfectar o eliminar los gérmenes de una superficie después de limpiarla, se puede reducir aún más el riesgo de propagación.

Se realiza primero la limpieza y luego la desinfección.

11. ¿Qué es la limpieza de rutina? ¿Con qué frecuencia deberían limpiarse los establecimientos para reducir la posible propagación de COVID-19?

La limpieza de rutina es la que se realiza de forma cotidiana para mantener un entorno saludable.

Las superficies que se tocan con frecuencia por varias personas deberían limpiarse con agua y jabón al menos una vez por día. Sin embargo, puede ser que por el nivel de uso se haga necesario limpiar y desinfectar con mayor frecuencia.

12. ¿Deberían desinfectarse las aceras, las calles, patios y otros espacios al aire libre para prevenir la propagación de COVID-19?

No se recomienda desinfectar aceras, calles u otros espacios al aire libre. Rociar desinfectante en las aceras, calles y otros espacios al aire libre no es una manera eficiente de usar los suministros desinfectantes y no se ha comprobado que reduzca el riesgo de propagación del virus. El riesgo de propagación del virus que causa la COVID-19 a través de estas superficies es muy bajo y la desinfección no es efectiva en estas superficies.

Propagación

13. ¿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 al inhalar las gotículas, que son expulsadas 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. Por eso es importante mantenerse al menos a un metro y medio de distancia de los demás.

Estas gotículas pueden caer sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, como mesas, manecilla de puertas y barandas, de modo que otras personas pueden infectarse si tocan las 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 alcohol en gel con 60 % de concentración.

14. ¿El clima cálido detendrá el brote de COVID-19?

Todavía no se sabe si el clima y la temperatura inciden en la propagación de la COVID-19. Otros virus, como los que causan el resfriado común o la influenza (gripe), se propagan más en los meses de clima frío, pero eso no significa que sea imposible enfermarse a causa de estos virus durante otros meses. Hay mucho más que aprender acerca de la transmisibilidad, gravedad y otras características asociadas a COVID-19 y las investigaciones están en curso.

15. ¿Los mosquitos, moscas o garrapatas pueden propagar el virus que causa la COVID-19?

No se tienen datos que sugieran que el nuevo coronavirus u otros coronavirus similares puedan propagarse a través de mosquitos, moscas o garrapatas. La principal forma de propagación de la COVID-19 es de persona a persona.

16. ¿Existe riesgo de contraer COVID-19 a través de correspondencia, paquetes o productos?

Todavía queda mucho por saber acerca de la COVID-19 y cómo se propaga. Si bien el virus puede sobrevivir por un período corto en algunas superficies, es poco probable que se propague a través de correspondencia, productos o empaques. No obstante, podría ser posible que una persona contraiga COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tenga el virus y luego se toque la boca, la nariz o posiblemente los ojos, pero se cree que esta no es la principal forma de propagación.

17. ¿Cuánto tiempo sobrevive el virus en las superficies?

Diversos estudios han demostrado que el virus de la COVID-19 puede sobrevivir hasta 72 horas en superficies de plástico y acero inoxidable, menos de cuatro horas en superficies de cobre y menos de 24 horas en superficies de cartón. Lo más importante que hay que saber sobre el contacto del coronavirus con superficies es que estas se pueden limpiar fácilmente con desinfectantes domésticos comunes que eliminarán el virus.

18. ¿Se propaga la COVID-19 a través de los alimentos?

En la actualidad no hay pruebas que confirmen que los alimentos pueden ser una fuente o vía de transmisión probable del virus. Sin embargo, es importante mantener los hábitos de higiene en la manipulación de alimentos: lavado y desinfección de manos y alimentos.

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

Sí, las personas sin síntomas pueden transmitir el virus. Aún no se sabe con qué frecuencia ocurre.

20. ¿Qué debo hacer si he estado en contacto estrecho con alguien que tiene COVID-19?

Si no tiene síntomas pero ha estado expuesto a una persona infectada, póngase en cuarentena durante 14 días. Contacto estrecho significa vivir con alguien que tiene la enfermedad o haber estado a menos de un metro de distancia. Llame al 1517 para que le brinden orientación.

Tome en cuenta que es más probable que infecte a otros en las primeras etapas de la enfermedad cuando solo tiene síntomas leves, por lo que el aislamiento temprano es muy importante.

21. ¿Se puede contraer COVID-19 de los animales?

Con base en la información disponible hasta la fecha, el riesgo de que los animales transmitan la COVID-19 a las personas se considera bajo. No obstante, dado que estos animales pueden contagiar otras enfermedades a las personas, siempre resulta recomendable practicar hábitos saludables de higiene.

22. ¿Pueden los animales ser portadores del virus que causa COVID-19 por medio de su piel o pelaje?

Aunque sabemos que ciertas bacterias y hongos pueden ser transportados por el pelo y el pelaje, no hay evidencia de que los virus, incluidos el virus que causa la COVID-19, se puedan propagar a las personas desde la piel, el pelaje o el pelo de los animales.

No obstante, como a veces los animales pueden tener otros gérmenes que enferman a las personas, siempre es bueno practicar hábitos saludables al estar con ellos.

23. ¿Se puede contraer COVID-19 al beber agua potable?

No existe evidencia actual de que las personas puedan contraer COVID-19 a través del agua potable. Aún no se ha detectado el virus de COVID-19 en el agua potable. Los métodos convencionales de tratamiento de agua que la filtran y desinfectan deberían eliminar el virus que causa la COVID-19.

24. ¿Cómo puedo comprar con seguridad en las tiendas de comestibles?

En las tiendas de comestibles, mantenga al menos un metro y medio de distancia con los demás y no se toque los ojos, la nariz o la boca. Al regresar a casa es necesario lavar la manos con agua y jabón al menos 20 segundos al llegar y también después de guardar los productos adquiridos. Actualmente no hay ningún caso confirmado de contagio de la COVID-19 a través de los alimentos o de sus envases.

25. ¿Cómo debo lavar las frutas y las hortalizas?

Las frutas y las hortalizas son esenciales para llevar una dieta saludable. Es necesario lavarlas bien con agua potable, sobre todo si se comen crudas. Antes de manipularlas es necesario lavar las manos con agua y jabón.

26. ¿El virus que causa COVID-19 se encuentra en las heces (material fecal)?

El virus que causa la COVID-19 se ha encontrado en las heces de algunos pacientes diagnosticados con COVID-19. Sin embargo, no está claro si el virus encontrado en las heces podría causar COVID-19. No ha habido ningún informe confirmado de que el virus se haya propagado de las heces a una persona. Los científicos tampoco saben qué nivel de riesgo existe de que el virus pueda propagarse a través de las heces de una persona infectada a otra persona. No obstante, creen que este riesgo es bajo con base en los datos de brotes anteriores de enfermedades causadas por coronavirus relacionados, como el síndrome respiratorio agudo grave (SARS) y el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS).

27. ¿El virus que causa la COVID-19 puede propagarse entre las personas a través de agua de piscinas?

No existe a la fecha ningún informe científico que diga que el virus que causa la COVID-19 se propague entre las personas a través del agua de piscinas. El correcto mantenimiento de las piscinas con cloro o bromuro deberían inactivar el virus.

28. ¿Se puede utilizar mascarilla de tela en el agua?

No se debe entrar al agua con una mascarilla de tela. Puede ser difícil respirar a través de una mascarilla de tela mojada. Además, las mascarillas de tela mojadas no desaceleran la propagación del virus que causa la COVID-19 tan bien como las mascarillas de tela secas.

Prevención

29. ¿El lavado de manos protege del contagio de la COVID-19?

El lavado de manos es una de las mejores maneras de protegerse y proteger a otros. Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de sonarse la nariz, toser o estornudar; después de ir al baño; y antes de comer o preparar los alimentos. Si no tiene agua y jabón, use un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos un 60 % de concentración.

30. ¿Recomienda la OMS el uso de mascarillas médicas para prevenir la propagación de la COVID-19?

El uso de mascarillas médicas está recomendado principalmente en entornos sanitarios, pero puede considerarse en

otras circunstancias. Las mascarillas médicas deben combinarse con otras medidas clave de prevención y control de las infecciones, como la higiene de las manos y el distanciamiento físico.

31. ¿Por qué priorizar el uso de estas mascarillas para los trabajadores sanitarios?

Las mascarillas médicas y respiradores del tipo N95, FFP2 o equivalentes se recomiendan y deben reservarse para los trabajadores sanitarios que están atendiendo a pacientes. El contacto cercano con personas con infección probable o confirmada por la COVID-19 y su entorno es la principal vía de transmisión, lo que significa que los trabajadores sanitarios son los más expuestos.

32. ¿Por qué priorizar también en las personas enfermas y que presentan síntomas de COVID-19?

Cualquier persona que esté enferma y presente síntomas leves, como dolores musculares, tos leve, dolor de garganta o cansancio, debe aislarse en su casa y usar una mascarilla médica de conformidad con la recomendación de la OMS sobre el cuidado en el hogar de los pacientes con posible infección por la COVID-19. Una persona infectada que tose, estornuda o habla que lleve una mascarilla médica puede ayudar a proteger de la infección a quienes están cerca.

Si una persona enferma necesita ir a un centro de salud, debe llevar una mascarilla médica.

33. ¿Por qué se recomienda que las mascarillas médicas las use toda persona que cuide en casa a un enfermo de COVID-19?

Quienes cuidan de enfermos de COVID-19 deben usar una mascarilla médica para protegerse. El contacto cercano, frecuente y prolongado con alguien con COVID-19 pone a los cuidadores en una situación de alto riesgo.

34. ¿Cómo utilizar adecuadamente una mascarilla médica?

Si opta por llevar una mascarilla, tenga en cuenta lo siguiente:

- Antes de tocar la mascarilla, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol al 60 % o con agua y jabón durante al menos por 20 segundos.
- Revise si la mascarilla tiene rasgaduras o agujeros.
- Oriente hacia arriba la parte superior (donde se encuentra la tira de metal).
- Asegúrese de orientar hacia afuera el lado correcto de la mascarilla (el lado con color).
- Colóquese la mascarilla sobre la cara. Ajuste la tira de metal o el borde rígido de la mascarilla para que se amolde a la forma de su nariz.
- Tire hacia abajo de la parte inferior de la mascarilla para que le cubra la boca y la barbilla.
- No toque la mascarilla mientras la lleve puesta.
- Después de usar la mascarilla, quítesela con las manos limpias; retire las cintas elásticas de detrás de las orejas manteniendo la mascarilla alejada de la cara y la ropa, para no tocar las superficies potencialmente contaminadas de la mascarilla.

- Deseche la mascarilla en un contenedor cerrado inmediatamente después de su uso. No reutilice la mascarilla.

- Lávese las manos con agua y jabón antes y después de tocar o 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 brazo flexionado o con un pañuelo y mantener una distancia de al menos un metro y medio con los demás y la ventilación constante.

35. ¿Se puede volver a utilizar una mascarilla no reutilizable si no ha pasado el período de uso recomendado?

Cuando se utilice mascarillas no reutilizables en lugares de bajo riesgo a la exposición al coronavirus, se puede valorar alargar su uso siempre que no esté húmeda o sucia. Para prolongar el uso de las mascarillas se puede realizar la rotación de las mismas. Para ello se deben dejar las mascarillas utilizadas de tres a siete días en una bolsa de papel para que el virus se inactive.

36. ¿Se puede rociar alcohol o cloro sobre una mascarilla para desinfectarla?

No, debido a que se puede alterar la composición de las fibras de la mascarilla y se puede reducir la capacidad de filtración del material y con esto el nivel de protección que tenía inicialmente.

37. Las mascarillas reutilizables, ¿durante cuánto tiempo se pueden utilizar?

Se debe seguir lo indicado por el fabricante en cuanto a tiempo de uso, forma de lavado y número máximo de lavados que soporta la mascarilla sin deteriorarse.

38. ¿Se debe utilizar guantes al salir a la calle como medida de protección ante la COVID-19?

No. Cuando salimos a la calle, la limpieza adecuada y frecuente de manos es más eficaz que el uso de guantes, porque:

- Se puede infectar si se toca la cara con unos guantes que están contaminados.
- Se recomienda el lavado de las manos después de su uso.
- El uso incorrecto de los guantes puede generar una sensación falsa de protección y poner en mayor riesgo de infección a quien los lleva, contribuyendo así a la transmisión.
- Utilizar guantes durante mucho tiempo hace que se ensucien y puedan contaminarse.

39. ¿Qué puede hacer para protegerse y prevenir la propagación de la enfermedad?

- Lavar las manos con frecuencia por al menos 20 segundos con agua y jabón o aplicarse alcohol en gel al 60 % de concentración para el eliminar los virus de las manos.
- Mantener distancia física mínima de un metro y medio entre las personas. Si una persona que tose, estornuda o habla tiene la enfermedad y se está demasiado cerca de ella, se puede respirar las gotículas expulsadas y con ellas el virus que causa la COVID-19.
- Evitar ir a lugares concurridos. Cuando hay aglomeraciones, hay más probabilidades de que se entre en contacto con alguien que tenga COVID-19 y es más difícil mantener una distancia física de al menos un metro y medio.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca. Las manos entran en contacto con muchas superficies y pueden recoger el

virus. Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca.

- Mantener una buena higiene respiratoria. Eso significa cubrirse la boca y la nariz con el brazo flexionado o con un pañuelo al toser o estornudar. Se debe desechar de inmediato el pañuelo usado y lavar las manos. Al mantener una buena higiene respiratoria se protege a las personas.
- Permanezca en casa y aíslese incluso si presenta síntomas leves como tos, dolor de cabeza y fiebre ligera hasta que se recupere. Evitar el contacto con otras personas protege de posibles infecciones por la COVID-19 u otros.
- Si se tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica.
- Manténgase informado consultando fuentes confiables.

40. ¿Cómo se puede proteger a sí mismo y a los demás si no se sabe quién está infectado?

- Utilizar la mascarilla permanentemente de forma correcta.
- Lavarse las manos frecuentemente por al menos 20 segundos con agua y jabón.
- Mantener el distanciamiento físico, al menos 1.5 m de distancia.
- Mantener el distanciamiento social.
- Mantenerse en ambientes ventilados.
- Recuerde la regla de oro: evitar contactos cercanos, continuos en espacios cerrados y concurridos.

41. ¿Las personas que usan lentes de contacto deben tomar algún cuidado especial para prevenir la COVID-19?

Por el momento no hay evidencia que sugiera que las personas que utilizan lentes de contacto tienen mayor riesgo de contraer la COVID-19 que las personas que usan anteojos.

Las personas que usan lentes de contacto deben continuar con sus hábitos seguros de uso de lentes de contacto y de cuidado e higiene para ayudar a prevenir la transmisión de cualquier infección.

42. ¿Cómo se limpian y desinfectan las superficies?

La limpieza y desinfección de las superficies que se tocan con frecuencia se deben limpiar con agua y jabón antes de desinfectarlas con una solución de cloro diluido con agua.

43. ¿Se está en riesgo al asistir a un funeral de una persona que falleció a causa de la COVID-19?

Por el momento no existe un riesgo conocido asociado al hecho de estar en la misma sala en la que se está velando el cuerpo de alguien que falleció a causa de la COVID-19 o estar presente durante el funeral. Sin embargo, puede correr riesgo de infectarse por COVID-19 por entrar en contacto con otras personas sin mantener las medidas de prevención.

Enfermedad COVID-19

44. ¿Se está en riesgo de sufrir complicaciones graves de COVID-19 si se es fumador?

Fumar hace a la persona más vulnerable a enfermedades respiratorias, como COVID-19. Fumar puede debilitar el sistema inmunológico, lo que hace a la persona menos capaz de combatir enfermedades.

45. ¿Se tiene riesgo de sufrir complicaciones de COVID-19 al vapear tabaco o nicótica?

El uso de cigarrillos electrónicos puede exponer a los pulmones a productos químicos tóxicos, pero no se sabe si esas exposiciones aumentan el riesgo de COVID-19 o la gravedad de los resultados de COVID-19.

46. ¿Qué es el plasma convaleciente y por qué se está investigando para tratar la COVID-19?

El término convaleciente se refiere a cualquier persona que se recupera de una enfermedad. El plasma es la parte líquida amarilla de la sangre que contiene anticuerpos. Los anticuerpos son proteínas producidas por el cuerpo en respuesta a las infecciones. El plasma convaleciente de pacientes que ya se han recuperado de la enfermedad por COVID-19 puede contener anticuerpos contra el virus. Según la evidencia científica disponible, la Administración de Medicamentos y Alimentos de los Estados Unidos de América conocida como FDA concluyó que este producto puede ser eficaz en el tratamiento de COVID-19 y que los beneficios conocidos y potenciales del producto superan los riesgos.

47. Una persona recuperada de COVID-19, ¿puede donar plasma convaleciente?

El plasma convaleciente de COVID-19 solo debe ser recolectado de individuos que se han recuperado si son elegibles para donar sangre. Las personas deben haber tenido un diagnóstico previo de la COVID-19 documentado por una prueba de laboratorio y cumplir con otros criterios de laboratorio.

48. ¿Es posible tener influenza y COVID-19 al mismo tiempo?

Sí. Es posible dar positivo al mismo tiempo para la influenza (además de otras infecciones respiratorias) y para el virus que causa la COVID-19.

49. ¿Cómo se puede realizar una prueba de detección de la COVID-19?

Las decisiones acerca de la realización de pruebas las toma el personal del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social; comuníquese al 1517 para el efecto. Si tiene síntomas de COVID-19 y no se realiza la prueba de detección, es importante que se quede en casa.

Algunos laboratorios pueden tomar una muestra a través de un hisopado nasal o una muestra de saliva de sitio externo.

Si el resultado de su prueba de detección de COVID-19 es positivo, le darán indicaciones de protección que debe tomar si está enfermo o debe cuidar a alguien.

Si su prueba dio negativo para la COVID-19, probablemente no estaba infectado cuando se le tomó la muestra. No obstante, eso no significa que no se enfermará. El resultado de la prueba solo significa que no tenía COVID-19 al momento de realizarse la prueba. Puede obtener un resultado negativo en la

prueba si la muestra fue tomada cuando estaba en la primera etapa de la infección y el resultado podría ser positivo más adelante. También es posible que haya estado expuesto a COVID-19 después de haberse realizado la prueba y se haya infectado. Esto significa que igual podría propagar el virus. Si presenta síntomas más adelante, es posible que necesite realizarse otra prueba para determinar si está infectado por el virus que causa la COVID-19.

50. ¿Cómo puedo realizarme una prueba de detección de una infección anterior (prueba de anticuerpos) y qué significa esta prueba?

Las pruebas para detectar anticuerpos de COVID-19 están disponibles a través de proveedores de atención médica y laboratorios.

Un resultado positivo implica que puede tener anticuerpos a raíz de una infección por el virus que causa la COVID-19 o que tiene anticuerpos de una infección por un virus de la misma familia llamada coronavirus, como el que causa el resfriado común.

Debe seguir tomando medidas para protegerse y proteger a los demás ya que podría ser infectado por el virus nuevamente.

Si su prueba da negativo, es probable que jamás haya tenido COVID-19. Hable con su proveedor de atención médica acerca del resultado de su prueba y el tipo de prueba que se hizo para saber qué significa el resultado.

Más allá de que su resultado sea positivo o negativo, esto no confirma si puede propagar el virus que causa la COVID-19.

51. ¿Puede una persona dar negativo a una prueba viral de detección de COVID-19 y más adelante dar positivo?

Sí, es posible. Puede obtener un resultado negativo en la prueba si la muestra fue tomada cuando estaba en la primera etapa de su infección y el resultado podría ser positivo más adelante. También es posible que haya estado expuesto a COVID-19 después de haberse realizado la prueba y se haya infectado. Incluso si le da negativo, debe tomar medidas para protegerse y proteger a los demás.

52. ¿La COVID-19 afecta solo a personas mayores o con enfermedades preexistentes?

No. A cualquier edad puedes infectarte con el SARS-CoV-2. Sin embargo, las personas mayores o con determinadas enfermedades preexistentes (asma, diabetes o enfermedades cardíacas) presentan un mayor riesgo de sufrir complicaciones una vez infectados.

53. ¿Cuáles son los grupos vulnerables?

Los principales grupos vulnerables son los mayores de 60 años, personas con hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeficiencias y el embarazo.

54. ¿Tienen un riesgo mayor las personas con alguna discapacidad?

Los adultos con discapacidades son más propensos a tener afecciones que les hace correr mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa de COVID-19, que incluyen, entre otras, enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, diabetes, enfermedades hepáticas crónicas, cáncer, hipertensión y

obesidad. Además, el hecho de tener una discapacidad puede dificultar poner en práctica el distanciamiento social, uso de la mascarilla y mantener la higiene de manos.

55. ¿Debo tomar ivermectina para prevenir o tratar la COVID-19?

No. No debe tomar ningún medicamento para tratar o prevenir la COVID-19 a menos que se lo haya recetado el especialista de salud y lo haya adquirido de una fuente legítima.

Cuidados en caso de contagio

56. ¿Qué debe hacer ante un contagio de COVID-19 de un miembro del hogar?

Buscar la asistencia de un especialista en salud y seguir las indicaciones que le brinden. Considere las siguientes recomendaciones en el hogar:

- De ser posible instalar al paciente en una habitación individual y bien ventilada.
- Los demás habitantes del hogar deben instalarse en una habitación distinta; si esto no es posible, deben mantener una distancia mínima de un metro con el enfermo (por ejemplo, dormir en camas separadas).
- Limitar el movimiento del paciente y reducir al mínimo los espacios compartidos (por ejemplo, cocina, baño), garantizando en todo caso que estén bien ventilados (por ejemplo, dejando las ventanas abiertas).
- El cuidador deberá llevar una mascarilla médica bien ajustada a la cara cuando esté en la misma habitación que el enfermo.

- Limitar el número de personas que cuiden al paciente; idealmente, asignarle una persona que goce de buena salud y no tenga enfermedades de riesgo.
- De no ser posible asignar al enfermo un baño para su propio uso, desinfectar este de manera frecuente.
- Lavar las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de sonarse la nariz, toser o estornudar; después de ir al baño; y antes de comer o preparar los alimentos.
- Para secarse las manos después de lavárselas con agua y jabón, es preferible usar toallitas de papel descartables. De no haberlas, se utilizará una toalla de tela exclusivamente para esa finalidad, cambiándola cuando esté húmeda.
- Si no tiene agua y jabón, use un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos un 60 % de alcohol.
- Proporcionar al enfermo mascarillas desechables limpias para usar en el hogar y desécheles luego de su uso adecuadamente.
- Limpiar la habitación y el baño de la persona enferma.
- Evitar el contacto innecesario con el enfermo.
- No permitir visitas.
- Todas las personas deberán seguir medidas de higiene respiratoria en todo momento: taparse la boca y la nariz al toser o estornudar, con mascarillas médicas o de tela, con pañuelos de papel o con el antebrazo flexionado y luego lavarse las manos.
- Desechar los materiales empleados para taparse la boca y la nariz o lavarlos adecuadamente.

- Evitar el contacto directo con los fluidos corporales, sobre todo las secreciones orales y respiratorias, y con las heces. Utilizar guantes descartables en el contacto con la boca y la nariz y en la manipulación de heces, orina y desechos. Aplicar la higiene de manos antes y después de quitarse los guantes.

57. ¿Cuándo buscar atención médica de emergencia?

Es necesario estar atento a los **signos de advertencia de emergencia*** de COVID-19. Si alguien presenta alguno de estos signos, es necesario **buscar atención médica de emergencia de inmediato:**

- Dificultad para respirar.
- Dolor o presión persistente en el pecho.
- Confusión.
- Incapacidad de despertarse o permanecer despierto.
- Coloración azulada en los labios o el rostro.

*Esta lista no incluye todos los síntomas posibles. **Llame al 1517:** notifique al operador que necesita atención para alguien que tiene o podría tener COVID-19.

Los niños y la COVID-19

58. ¿Los niños y adolescentes contraen 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 es posible que se presenten casos graves en estos

grupos de edad. La mayoría de los niños con COVID-19 tienen síntomas leves o es posible que directamente no tengan ningún síntoma (asintomático).

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 importante que los niños eviten el contacto con personas mayores y con otras personas que corran el riesgo de contraer una enfermedad más grave.

59. ¿Deberían los niños usar mascarilla?

En general, los niños de dos años de edad o más deben usar una mascarilla. No obstante, el uso de mascarillas puede no ser posible en todas las situaciones o para algunas personas. El uso adecuado y de manera constante de mascarillas puede resultarles difícil a algunos niños con ciertas discapacidades, como trastornos cognitivos, intelectuales, sensoriales, conductuales y del desarrollo.

Se recomienda que los niños de dos años de edad o más usen una mascarilla en entornos públicos o cuando están rodeados de personas con las que no conviven, especialmente cuando es difícil mantener una distancia de al menos un metro y medio (1.5 m). No obstante, el uso de mascarillas no reemplaza otras medidas de prevención como lavarse las manos con frecuencia y mantener la distancia de al menos un metro y medio (1.5 m) de los demás.

60. ¿Pueden los niños pasar tiempo con otros niños durante la pandemia?

Cuanto más tiempo e interacción haya entre un niño y otros, mayor es el riesgo de propagación de la COVID-19. Aunque el niño puede pasar tiempo

con otras personas cuando regrese al centro educativo o a los programas de cuidados infantiles, reducir la cantidad de personas con la que interactúa fuera del grupo familiar reduce el riesgo de infección y propagación del virus que causa la COVID-19.

61. ¿Pueden los niños pasar tiempo con adultos mayores y personas con afecciones crónicas?

Los adultos mayores y las personas con ciertas afecciones médicas tienen mayor riesgo de enfermarse gravemente. Si convive con personas que tienen mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa de la COVID-19, se debe considerar alejar al niño de estas personas.

Si esto no es posible es necesario mantener una distancia de al menos un metro y medio (1.5 m) de dicha persona. Si el niño tiene dos años o más debe usar la mascarilla.

Mitos

62. ¿Se puede eliminar el nuevo coronavirus en 30 segundos con un secador de manos?

No. Los secadores de manos no eliminan al virus.

63. El virus de la COVID-19 no puede transmitirse en zonas con climas cálidos y húmedos

Las pruebas científicas obtenidas hasta ahora indican que el virus de la COVID-19 puede transmitirse en **cualquier zona**, incluidas las de clima cálido y húmedo.

64. ¿Se puede matar el nuevo coronavirus rociando el cuerpo con alcohol o con cloro?

No. Rociar todo el cuerpo con alcohol o cloro no sirve para matar los virus que ya han entrado en el organismo. Rociar estas sustancias puede dañar la ropa y las mucosas (es decir, los ojos, la boca, etc.). Tanto el alcohol como el cloro pueden servir para desinfectar las superficies, siempre que se sigan las recomendaciones pertinentes.

65. Las vacunas contra la neumonía, ¿protegen contra el coronavirus?

No. Las vacunas contra la neumonía no protegen contra la COVID-19. Aunque las vacunas contra la neumonía no son eficaces contra el nuevo coronavirus, es muy conveniente vacunarse contra las enfermedades respiratorias para mantener una buena salud.

66. ¿Enjuagarse regularmente la nariz con una solución salina previene la infección por el nuevo coronavirus?

No. No hay pruebas que indiquen que esta práctica proteja de la infección por la COVID-19.

67. ¿Es eficaz la ingesta de líquidos calientes para combatir la COVID-19?

No existe ninguna evidencia de que la ingestión de líquidos calientes tenga efecto alguno sobre el virus.

68. ¿Pueden los zapatos propagar el virus de la COVID-19?

La probabilidad que el virus se propague con los zapatos e infecte a personas es muy baja. Como medida de precaución, en donde haya bebés o niños pequeños que gateen o jueguen en el suelo, considere dejar los zapatos en la entrada de su casa.

69. ¿Bañarse con agua caliente previene la COVID-19?

Bañarse con agua caliente no proporciona ninguna protección ante la COVID-19.

Referencias

Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades. (2 de diciembre de 2020). *Enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19). Preguntas frecuentes*. <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html>

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (2020) *Procedimientos para la preparación y respuesta frente al nuevo coronavirus. Lineamientos para la atención en el domicilio de pacientes con síntomas leves de COVID-19 y gestión de contactos* <https://www.mspas.gob.gt/component/jdownloads/send/485-anexos/3428-anexo-3-3.html>

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19)*. <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19)*. https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses?gclid=CjwKCAjw8-78BRA0EiwAFUw8LNsJ5GUun24sAQpWA3BOciuDv6Ftj4Sj-AXZPdRlB760PZ5pi5Q87RoCly0QAvD_BwE

U.S. Food & Drug Administration. (2020). *Preguntas frecuentes sobre la Enfermedad del Coronavirus 2019 (COVID-19)*. <https://www.fda.gov/about-fda/fda-en-espanol/preguntas-frecuentes-sobre-la-enfermedad-del-coronavirus-2019-COVID-19>

