



# COVID-19

Información básica | *página 2*

Reconozca los síntomas | *página 4*

COVID-19 vs. gripe | *página 5*

Pruebas de detección de la COVID-19 | *página 8*

Distanciamiento social | *página 9*



# COVID-19: Información básica

## ¿Qué es el coronavirus?

Los coronavirus son una gran familia de virus que pueden infectar a personas y animales. Estos tipos de virus pueden causar un resfriado común o enfermedades más graves, como el Síndrome Respiratorio Agudo Grave (Severe Acute Respiratory Syndrome, SARS), Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (Middle East Respiratory Syndrome, MERS) y Enfermedad por Coronavirus (Coronavirus Disease, COVID-19), que es la cepa más reciente que apareció a finales de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, China. Desde entonces, los viajeros han estado propagando el virus COVID-19 a los países de todo el mundo.

En el acrónimo COVID-19, CO se refiere a corona, VI a virus y D (Disease) a enfermedad. También se ha llamado el nuevo coronavirus 2019 y 2019-nCoV.

## ¿Cómo se transmite el nuevo coronavirus?

El nuevo virus se transmite fácilmente de una persona a otra, por lo general, en aquellas con unos 6 pies de distancia entre sí. Puede transmitirse con mayor facilidad y causar más infecciones que otros coronavirus debido a que es una cepa nueva para la cual las personas aún no han desarrollado inmunidad.

Se cree que el nuevo virus se transmite mediante gotitas de la respiración cuando una persona infectada estornuda o tose, al igual que la gripe. Las personas pueden inhalar estas gotitas o pueden caer dentro de sus bocas o narices. También puede infectarse cuando toca una superficie u

objeto que tenga el virus y después se tocar su boca, nariz u ojos. Sin embargo, se cree que no es la forma principal de transmisión.

Parece que las personas son más contagiosas cuando están más enfermas o presentan la mayoría de los síntomas. Algunas personas han transmitido la enfermedad sin siquiera presentar síntomas, pero esta es la forma menos común.

Dicho esto, la COVID-19 es una enfermedad nueva y aún estamos aprendiendo más sobre cómo se transmite.

## ¿Cuáles son los síntomas del nuevo coronavirus?

Los síntomas observados con esta cepa varían de levemente enfermo con fiebre, tos y dificultad respiratoria a gravemente enfermo. La mayoría de las personas solo desarrollan síntomas leves, pero aquellas mayores de 60 años y que presentan otras afecciones de salud pueden desarrollar síntomas más graves, incluyendo neumonía, que puede llegar a ser fatal.

## ¿Cuánto tardan los síntomas en aparecer?

Se cree que los síntomas del virus nuevo aparecen de dos a 14 días después de la exposición.

## ¿Cómo puedo protegerme?

Debe seguir estos consejos para disminuir su riesgo al nuevo coronavirus, así como a cualquier resfriado, gripe o virus respiratorio.

- + Evite tener contacto cercano con personas enfermas.
- + Evite tocarse los ojos, nariz y boca con las manos sucias.
- + Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón por al menos 20 segundos.
- + Use un desinfectante a base de alcohol si no tiene agua y jabón.
- + Desinfecte los objetos y superficie de contacto frecuente.

## ¿Qué debo hacer si creo que podría estar infectado?

Debe llamar a su proveedor médico si:

- + Se siente enfermo con fiebre, tos o tiene dificultad para respirar; y
- + Ha estado cerca de alguien infectado con el nuevo coronavirus.
- + O ha viajado recientemente a un lugar con casos activos de COVID-19.

Llame a su proveedor médico antes de acudir a su consulta para conversar sobre los riesgos y síntomas. De esta manera, podrá limitar la exposición a otras personas y preparar a su proveedor para una evaluación. Si está enfermo, no viaje ni salga, a fin de reducir la posibilidad de exponer a otros a su enfermedad.

## ¿Puedo realizarme una evaluación para detectar el nuevo coronavirus?

No es necesario que una persona promedio se realice una evaluación para detectar el coronavirus. Si su proveedor médico cree que usted se encuentra en riesgo, trabajará con el departamento de salud pública y los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) para determinar si es necesario que lo evalúen y en dónde.

## ¿Qué sucederá si determinan que tengo el nuevo coronavirus?

Los CDC recomiendan que cualquier persona con la enfermedad activa de la COVID-19 se aisle en casa o en un hospital (dependiendo de la gravedad de la enfermedad) hasta que esté mejor o ya no represente un riesgo de infección para los demás. Este período puede variar de una persona a otra, así que el médico, expertos en control y prevención de infecciones y funcionarios de salud pública toman la decisión de dar de alta del aislamiento, dependiendo del caso. También se toman en cuenta la gravedad de la enfermedad, sus señales y síntomas y los resultados de los análisis.

## ¿Cómo se trata el nuevo coronavirus?

En este momento, no existe una vacuna ni medicamento para esta nueva cepa. Si usted tiene la infección, su proveedor médico recomendará descanso, ingesta de líquidos y medicamentos para controlar su fiebre o aliviar los síntomas. Los casos graves requerirán atención para apoyar el funcionamiento de los órganos vitales.

*Si cree que tiene gripe o puede haber estado en contacto con alguien con la COVID-19, llame a [su médico de atención primaria](#) o al [Departamento de Salud de Ohio](#), centro de llamadas. El centro de llamadas ahora está abierto los 7 días de la semana de 9 a.m. a 8 p.m. para responder sus preguntas sobre la COVID-19 y puede comunicarse por el 1-833-4-ASK-ODH (1-833-427-5634).*

*La información de este artículo se actualizó el 14 de marzo de 2020 y concuerda con la recomendación de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC). Para enterarse de la información más reciente sobre el nuevo coronavirus, visite el [sitio web de los CDC](#).*



# COVID-19: Reconozca los síntomas

## Fiebre

En adultos, la temperatura corporal es de 100.4°F o más.

## Dificultad para respirar

Parece comenzar después de una semana de infección.

Se siente como si no pudiera inhalar suficiente aire hacia los pulmones para respirar con comodidad.

## Tos seca

Sin flema ni moco. Puede sentir picazón o irritación.

La mayoría de las personas con COVID-19 desarrollan solo síntomas leves, pero los mayores de 60 años y aquellos con afecciones médicas pueden desarrollar síntomas más graves, como neumonía e insuficiencia renal.

Si sospecha que tiene COVID-19, llame a su médico de atención primaria o al centro de llamadas del Departamento de Salud de Ohio por el 1 (833) 427.5634.



# COVID-19 vs. gripe

Desde que la COVID-19 comenzó a propagarse, el público a menudo trata de compararla con la gripe. Encontrar similitudes en algo para lo que estamos capacitados para reconocer puede ser reconfortante cuando estamos combatiendo a un enemigo invisible.

Pero, ¿qué tan parecidas son la COVID-19 y la gripe, en realidad? Analizamos más de cerca, comparando y contrastando las dos enfermedades con la información disponible de los [Centros para el Control y Prevención de Enfermedades](#). Esto es lo que sabemos.

## Síntomas

**Similitudes:** Los síntomas varían de leves a graves. Los síntomas comunes incluyen fiebre, tos, fatiga, dolores corporales y dolores de cabeza.

**Diferencias:** Los síntomas de la gripe aparecen más rápido, por lo general, dentro de uno a cuatro días. Los síntomas de la COVID-19 puede que aparezcan de dos a 14 días después de la exposición al virus. La gripe también presenta una amplia variedad de síntomas. Además, puede tener dolor de garganta, congestión o secreción nasal y vómitos y diarrea (aunque esto es más común en los niños). El síntoma distintivo de la COVID-19 es la dificultad respiratoria, y la tos asociada a esta es seca.

*Es importante notar que están surgiendo nuevos síntomas, y no todos están siempre presentes, de acuerdo con el Departamento de Salud de Ohio. Si se siente enfermo, permanezca en casa y llame a su médico.*

## Riesgos

**Similitudes:** Todos son susceptibles a ambos virus, pero los adultos mayores y aquellos con otras afecciones médicas tienen un riesgo mayor de desarrollar síntomas graves.

**Diferencias:** Las mujeres embarazadas y los niños menores

de 5 años también se consideran en alto riesgo para la gripe. Estos grupos no se han incluido de manera oficial en el grupo de alto riesgo de la COVID-19.

## Transmisión

**Similitudes:** La transmisión de COVID-19 y de la gripe al parecer es casi idéntica. Ambas enfermedades se transmiten con facilidad de una persona a otra a través de pequeñas gotitas de la respiración que contienen el virus. Estas gotitas aparecen cuando alguien tose, estornuda o incluso habla. Otra forma común de contraer el virus es tocando las superficies donde han caído estas gotitas y luego tocarse los ojos, nariz o boca.

Usted puede transmitir los dos virus a las demás personas sin estar consciente de que tiene la infección. Es importante seguir las recomendaciones para detener su propagación, como lavarse las manos y mantener una distancia de los demás de 6 pies.

**Diferencias:** La gripe tiende a propagarse más rápido que la COVID-19 porque tiene un período de incubación (tiempo que transcurre desde la infección hasta la aparición de los síntomas) más corto que la COVID-19. La gripe también parece propagarse con más facilidad antes de la aparición de los síntomas. Las personas con COVID-19 pueden transmitir

el virus de 24 a 48 horas antes de que aparezcan los síntomas, pero al parecer esta no es una forma importante de transmisión.

A pesar de esto, los datos actuales sugieren que una persona con COVID-19 infecta en promedio de 2 a 2.5 personas, en comparación con alguien con gripe que infecta a un promedio de 1.3 personas. Es más probable que los niños transmitan más la gripe que los adultos, pero los datos iniciales de estudios de transmisión en el hogar en China indican todo lo contrario para el caso de la COVID-19.

## Prevención

**Similitudes:** Las medidas que tomamos para prevenir la gripe también sirven contra la COVID-19. Entre ellas, lavarse las manos con frecuencia, distanciamiento social, desinfección de superficies y cubrirse al toser o estornudar con un pañuelo o la manga de la camisa.

**Diferencias:** Cada año, sale una nueva vacuna contra la gripe para ayudar a prevenir la infección. No hay vacuna para la COVID-19, pero se están realizando pruebas clínicas.

## Pruebas de detección

**Similitudes:** Podemos realizar pruebas para confirmar infecciones por gripe y COVID-19. Si recientemente viajó a un área con casos conocidos de COVID-19 o ha estado expuesto a una persona con diagnóstico de COVID-19, los CDC recomiendan que llame a su médico de cuidados primarios, quien se encargará de determinar si es necesario que le realicen una prueba. Las personas con otras afecciones médicas deberán llamar de inmediato a su médico, incluso si los síntomas son leves. Si no tiene un médico de cuidados primarios, comuníquese con el Departamento de Salud de Ohio, centro de llamadas. El centro de llamadas está abierto los siete días de la semana de 9 a.m. a 8 p.m. y puede comunicarse por el 1 (833) 4-ASK-ODH (427.5634).

**Diferencias:** En estos momentos, los recursos para realizar pruebas de la COVID-19 son limitados en los Estados Unidos. Si bien la mayoría de las personas que presentan síntomas pueden realizarse pruebas de gripe, no podremos

hacer la misma cantidad de pruebas para las personas con COVID-19. Los CDC emitieron los lineamientos de realización de pruebas que recomiendan quiénes deberían hacérsela, pero las decisiones se están dejando a los estados y a los departamentos locales de salud y proveedores de atención médica.

## Tratamiento

**Similitudes:** Algunos medicamentos de venta libre pueden usarse para controlar los síntomas de la gripe y la COVID-19, como acetaminofén para bajar la fiebre. No se deben usar antibióticos para prevenir o tratar la gripe, la COVID-19 y todos los demás virus. Los antibióticos solo sirven para tratar infecciones bacterianas.

**Diferencias:** Existen medicamentos antivirales que pueden reducir la duración de la gripe, aliviar los síntomas y evitar complicaciones. Si bien se están llevando a cabo varios ensayos clínicos para elaborar un medicamento para tratar la COVID-19, no existen medicamentos aprobados en este momento.

## Tasas de infección y mortalidad

**Similitudes:** Si bien la mayoría de los casos de gripe y COVID-19 son leves, algunos son fatales.

**Diferencias:** Para el 24 de marzo de 2020, los CDC informaron que 44,183 personas en los Estados Unidos y sus territorios dieron resultados positivos para COVID-19 con una mortalidad nacional de 544. Esto lleva la tasa de mortalidad total a 1.2%.

Anthony S. Fauci, Director del Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas, dice que la tasa de mortalidad de la gripe es 0.1%. Esto convierte a la COVID-19 en una enfermedad diez veces más letal que la gripe.

No obstante, es importante notar que los datos cambian todos los días y que muchos casos leves de COVID-19 no están siendo confirmados a través de pruebas ni están siendo contados. Si todos los casos posibles fueran confirmados, probablemente cambiaría la tasa de mortalidad.

# COVID-19 vs. gripe

Algunos dicen que la COVID-19 es como la gripe. Pero nosotros decimos, ¡no tan rápido!  
A continuación, verá un desglose de las similitudes y diferencias.

	COVID-19	GRUPE
<b>Síntomas</b>		
Gravedad	De leve a grave	De leve a grave
Tiempo de aparición	De 2 a 14 días	De 1 a 4 días
Síntomas únicos	Tos seca, dificultad para respirar	Dolor de garganta, congestión o secreción nasal, vómitos y diarrea
<b>Riesgos</b>		
Promedio	Todos	Todos los que no tengan la vacuna
Alto	Adultos mayores y personas con otras afecciones médicas	Adultos mayores, personas con otras afecciones médicas, mujeres embarazadas y niños menores de 5 años
<b>Transmisión</b>		
A través de gotitas de la respiración	Sí	Sí
Al tocar superficies	Sí	Sí
<b>Prevención</b>		
Vacunas	No, pero se están realizando pruebas clínicas	Sí, una nueva cada año
<b>Pruebas de detección</b>		
Puede confirmarse a través de una prueba	Sí, pero no se han realizado pruebas suficientes para difundir	Sí
<b>Tratamiento</b>		
Recetas médicas	Ninguna disponible, pero se están realizando pruebas clínicas	Los medicamentos antivirales reducen la duración y alivian los síntomas
Medicamentos de venta libre	Para el control de los síntomas	Para el control de los síntomas
<b>Mortalidad</b>		
Para el 24 de marzo de 2020	1.2%	0.1%

*Las medidas que tomamos para prevenir la gripe también sirven contra la COVID-19. Entre ellas, lavarse las manos con frecuencia, distanciamiento social, desinfección de superficies y cubrirse al toser o estornudar con un pañuelo o la manga de la camisa.*



# Pruebas de detección de la COVID-19: Quién, cuándo y dónde

Debido a que los casos de COVID-19 están aumentando y llegando a Ohio, deseamos aclarar cualquier duda que pueda tener en torno a las pruebas de detección de la enfermedad.

## ¿A quién se le debe hacer la prueba?

Los profesionales médicos evaluarán y determinarán si alguien necesita realizarse la prueba de COVID-19. Se recomienda que llame a su proveedor de atención médica antes de acudir a un hospital, centro de atención de urgencia o sala de emergencia.

La mayoría de los casos confirmados de pacientes con COVID-19 presentan fiebre o síntomas de enfermedades respiratorias, como tos y dificultad para respirar. Otros factores que podrían determinar si alguien debería realizarse la prueba incluyen contacto cercano con un paciente con COVID-19 confirmado por un laboratorio dentro de 14 días de la aparición de los síntomas o antecedentes de viaje de áreas geográficas afectadas. Puede consultar todos los [anuncios de salud en viaje sobre la COVID-19](#) en el sitio web de los CDC.

**También es importante notar que no puede solicitar una prueba en este momento. Un profesional médico debe ordenar una prueba para usted si cumple con los criterios para la realización de la misma.**

## ¿Cómo es el procedimiento para que le realicen la prueba?

La prueba de detección de la COVID-19 incluye tomar una muestra del tracto respiratorio superior. Esto quiere decir que se inserta un hisopo en la nariz o boca.

## ¿Dónde le realizan la prueba?

Llame a su médico si sospecha que tiene síntomas y ha viajado a un área actualmente designada con Nivel 2 o Nivel 3 de advertencia para viajes o ha tenido contacto cercano con un caso confirmado de COVID-19, y él se encargará de decidir si es necesario que tenga una consulta médica y ordenará la prueba si así se requiere.

## ¿Qué debe hacer si obtiene un resultado positivo en la prueba?

No existe un tratamiento antiviral específico recomendado para la COVID-19 y no todos los pacientes requieren hospitalización ni atención médica. En la mayoría de los casos, deseará tratar sus síntomas hasta que el virus siga su curso. Si no está lo suficientemente enfermo como para requerir hospitalización, le proporcionarán información que lo ayude a cuidarse y a proteger a los demás, mientras permanece en casa, hasta que no represente un peligro de contagio para los demás.

*La información de este artículo se actualizó el 14 de marzo de 2020 y concuerda con la recomendación de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC). Para enterarse de la información más reciente sobre el nuevo coronavirus, visite el [sitio web de los CDC](#).*

# Distanciamiento social

El distanciamiento social es una de las únicas formas de prevenir la propagación de la COVID-19, así que depende de nosotros mantener saludables a los que están en mayor riesgo.



## Mantenga su distancia

Manténgase a una distancia de 6 pies de las personas y evite las multitudes.



## Manténgase ocupado

Evite el aburrimiento haciendo cosas que le gustan o pruebe hacer cosas nuevas en casa.



## Limite las visitas

Emplee su mejor juicio sobre tener invitados, pero evite a las personas enfermas.



## Siga siendo sociable

Llame a sus amigos y familiares para saber cómo están y ponerse al día.



## Evite salir a hacer diligencias innecesarias

Solo salga de su casa para comprar víveres, recoger medicamentos o hacer ejercicios.



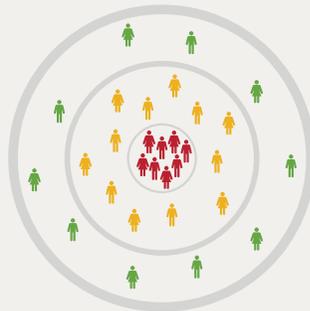
## No olvide desinfectarse

Cuando salga, lleve toallitas y desinfectante y lávese las manos al regresar.

## Practique el distanciamiento social

### Evite

- Reuniones grupales
- Citas para jugar
- Visitantes en su casa
- Tiendas concurridas



### Sea precavido

- Comprando víveres
- Recogiendo alimentos para llevar
- Recogiendo medicamentos

### Manténgase seguro

- Saliendo a caminar o haciendo senderismo
- Trabajando en el jardín
- Limpiando la casa
- Realice una noche de juegos en familia
- Haga chat de video en grupo