

¿Qué es el COVID-19? (Formalmente “el nuevo nCOV-2019 Coronavirus”?)

El COVID-19 es una nueva forma de la enfermedad del Coronavirus la cual se debe al nuevo virus SARS-CoV2 que causa una infección aguda con síntomas respiratorios. Este nuevo-virus es diferente de los que causan el SARS (Síndrome Respiratorio Agudo Severo) o el MERS (Síndrome Respiratorio del Medio Oriente). También es diferente del Coronavirus que causa la infección estacional en los EE.UU. Para Abril de éste año existen más de dos millones de casos confirmados en el mundo, siendo ya una pandemia.



El número de casos ha aumentado rápidamente y la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha considerado ya al COVID-19 una pandemia. Esto significa que el virus se está propagando simultáneamente en más de tres regiones geográficas diferentes del mundo. Para obtener información actualizada sobre este brote, véase <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/index.html>

Los síntomas del COVID-19 incluyen:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar
- Algunas personas pueden tener síntomas adicionales como fatiga, diarrea, síntomas de «resfriado común”, y hasta pérdida del olfato y del gusto

Prevención y control de la infección por COVID-19:

Principios generales...

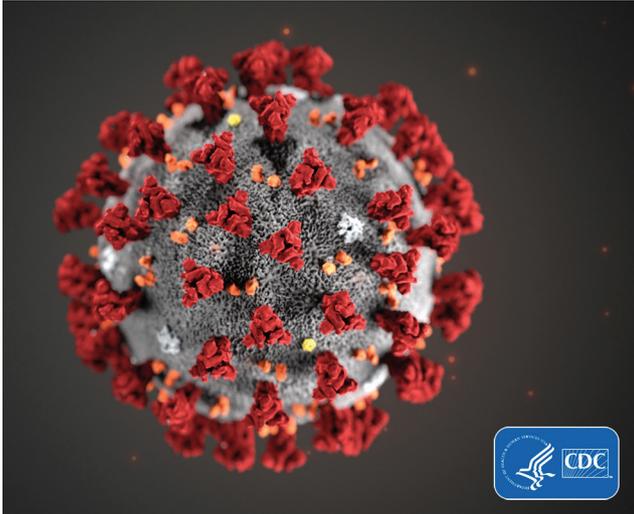
- La enfermedad se puede manifestar de leve a grave.
- Los ancianos y aquellas personas con problemas médicos preexistentes
- como diabetes, enfermedades del corazón o de los pulmones tienen mayor riesgo de morir por esta infección. De cualquier forma, cualquier persona puede infectarse y presentar la enfermedad
- En este momento, la mejor manera de disminuir el impacto del virus es frenar su propagación. Esto asegurará que nuestros sistemas de salud no se vean sobrepasados y ganará tiempo para que los investigadores puedan ganar tiempo para desarrollar vacunas y tratamientos para el COVID-19.
- Todo el mundo tiene que hacer todo lo que pueda para evitar enfermarse y también para no contagiar el virus a otras personas.
- No es necesario estar enfermo o tener síntomas para transmitir el virus.

Lo que puedes hacer...

Como se ha señalado, es muy importante que las personas sigan las medidas básicas de control de la infección para ayudar a prevenir el COVID-19 y/u otros virus, como la gripe. Esto incluye las siguientes acciones:

- Evitar el contacto cercano con personas que estén enfermas; a no ser que seas un profesional de la salud
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sucias.
- Si estás enfermo de COVID-19, deberás quedarte en casa hasta que:
 - ◆ Cumplas 72 horas sin fiebre (sin estar tomando medicamentos para disminuir la temperatura)
 - ◆ Hayan pasado 7 días desde que iniciaron los primeros síntomas y,
 - ◆ Tus síntomas hayan mejorado. Para información adicional puedes consultar la página web de la CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>
- Cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo de papel cuando -toses o estornudas- o utilizar la parte interna del codo. Tirar los pañuelos usados a la basura.
- Evitar estar en grandes reuniones. Hasta que la pandemia termine, mantenga el distanciamiento social.
- Mantenerse - al menos - a 2 metros de distancia (como el largo de una bicicleta normal) de la gente. No se recomienda realizar ningún tipo de reunión
- En muchos lugares se ha recomendado a la gente “quedarse en casa”, excepto aquellas personas que realizan actividades esenciales, o para acudir a comprar comida o medicinas. En algunos sitios se





SARS-CoV-2 is the virus that causes COVID-19

permite hacer ejercicio fuera de casa con la debida "sana distancia"

- Lávese las manos a menudo y durante al menos 20 segundos con agua y jabón. Si no hay agua y jabón, use un desinfectante a base de alcohol que contenga al menos un 60% de alcohol.
- Limpie y desinfecte los materiales y superficies que se tocan con frecuencia, puede utilizar un aerosol de limpieza doméstico regular, seguido de un desinfectante aprobado por la EPA, como lejía diluida (0,1%) o una solución de alcohol (62-71%) o peróxido de hidrógeno (0,5%). El COVID-19 puede sobrevivir en las superficies hasta 5 días. Para una lista completa de desinfectantes, ver <https://www.americanchemistry.com/Novel-Coronavirus-Fighting-Products-List.pdf>
- Use una mascarilla o cubre-bocas si se encuentra enfermo. Si NO estás enfermo, se recomienda utilizar una mascarilla o cubre-bocas (no-médica), cuando sales de casa, especialmente si vas a estar en contacto con otras personas. Para más información sobre cuándo y cómo utilizar las mascarillas o cubre-bocas puedes consultar la página web de la CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>
- Nadie debe viajar en estos momentos, a no ser que sea por algo esencial. Es especialmente importante que las personas de edad avanzada y aquellas con riesgo de padecer enfermedades graves deben evitar viajes no esenciales. El Centro de Control de Enfermedades (CDC) mantiene un sitio de asesoramiento de viajes que se actualiza regularmente
- Una vez expuesto a este virus, puede tardar hasta 14 días en desarrollar síntomas. Si usted ha estado en algún lugar donde que se considere con altos índices de COVID-19 o ha estado en contacto con personas con esta enfermedad, debe quedarse en casa durante al menos 14 días.

Manténgase informado y no entre en pánico. Hay esperanza.

- La mayoría de los casos son leves.
- La mayoría de las personas mejoran
- Se está avanzando rápidamente en las vacunas para prevenir la infección y en los tratamientos para manejar la infección
- Confíe en fuentes basadas en la evidencia como los CDC, la OMS o los departamentos locales de salud pública.

Tratamiento-

- No existe un tratamiento específico para el COVID-19. Sin embargo, hay medicamentos y tratamientos experimentales que se están utilizando para casos graves en pacientes hospitalizados. Es posible que se le invite a participar en estudios de investigación que se están realizando para ayudar a comprender si ciertos medicamentos tienen algún beneficio sobre la enfermedad
- Las personas con esta enfermedad son tratadas de acuerdo a sus síntomas y a la gravedad de la enfermedad. La mayoría de las personas tendrán una enfermedad leve y mejorarán.
- Muchas personas pueden recuperarse en casa, pero las que tienen una enfermedad más grave pueden necesitar atención en el hospital, y algunos de ellos requerirán estar en una unidad de cuidados intensivos. (ICU)
- Las personas que tienen o es probable que tengan este virus necesitarán usar una mascarilla para ayudar a controlar la propagación del virus a otros.

Busque ayuda médica-

- Si cree que ha estado expuesto a COVID-19 y tiene síntomas (fiebre o tos o dificultad para respirar), ¡por favor llame primero a su médico o profesional de la salud! Ellos lo evaluarán y determinarán si necesita ser visto y examinado. En caso afirmativo, se le darán instrucciones sobre lo que debe hacer a continuación. Esto permitirá que los consultorios, clínicas o centros de cuidados intensivos se preparen para su llegada y le ayudarán a evitar la propagación del virus a otras personas.

Recursos

Sociedad Americana del Tórax

- www.thoracic.org/patients

CDC

- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/index.html>
- Línea directa general de los CDC: 1-800-232-4636

OMS

- <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

Johns Hopkins University COVID-19 Dashboard

- <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>

Healthdata.org

- <https://covid19.healthdata.org/united-states-of-america>

Esta información es un servicio público de la Sociedad Americana de Tórax (ATS). El contenido es sólo para fines educativos. No debe ser usado como un sustituto del consejo médico de su proveedor de salud.