



## **Preguntas Frecuentes: Enfermedad del Coronavirus 2019 (COVID-19)**

Actualizado el 14 de mayo de 2020

**Bajo la dirección del Gobernador Larry Hogan, las agencias estatales siguen elaborando planes de prevención y respuesta exhaustivos y coordinados para la Enfermedad del Coronavirus 2019 (COVID-19).**

**El Departamento de Salud de Maryland (MDH, por sus siglas en inglés) se comunicará directamente con el público para brindar actualizaciones e información precisa sobre cómo protegerse y proteger a su familia a medida que esta situación se desarrolle.**

**Si tiene preguntas sobre el COVID-19 que no se abordan en este documento, llame al departamento de salud local o marque el 2-1-1.**

### **¿Qué es el COVID-19?**

El COVID-19 es una enfermedad causada por un virus respiratorio que se identificó por primera vez en Wuhan, provincia de Hubei, China, en diciembre de 2019. El COVID-19 es un virus nuevo que no había causado enfermedades en humanos antes. En todo el mundo, el COVID-19 ha infectado a miles de personas, causando enfermedad y, en algunos casos, la muerte. Los casos de personas infectadas se propagaron por todo el mundo, con más y más casos reportados diariamente.

### **¿Cuál es la situación actual de COVID-19 en Maryland?**

La información actualizada sobre pruebas y recuento de casos en Maryland está disponible en [coronavirus.maryland.gov](https://coronavirus.maryland.gov). La página se actualiza diariamente.

El 13 de mayo, el Gobernador Larry Hogan anunció el comienzo de la Etapa Uno del plan '[Guía para la Recuperación: Maryland Fortalecido](#)', que incluye el paso de la orden de "Quedarse en Casa" a la guía de salud pública "Es Más Seguro en Casa" y la reapertura gradual de negocios minoristas, producción, lugares de culto y algunos servicios personales.

Se aconseja a los Marylanders, en particular a los adultos mayores y a las personas más vulnerables, que sigan quedándose en casa tanto como sea posible. Los empleadores deben continuar promoviendo el teletrabajo entre sus empleados cuando sea posible. Los individuos que pueden trabajar desde casa deben hacerlo.

Los habitantes de Maryland deben continuar con el uso de mascarillas en el interior de las áreas públicas, tiendas de venta minorista y en el transporte público. La orden de reapertura de ciertos negocios y establecimientos está disponible en: [https://governor.maryland.gov/wp-content/uploads/2020/05/Gatherings-SIXTH-AMENDED-5.13.20\\_SP\\_05132020.pdf](https://governor.maryland.gov/wp-content/uploads/2020/05/Gatherings-SIXTH-AMENDED-5.13.20_SP_05132020.pdf)

La información actualizada sobre la respuesta de la administración Hogan al COVID-19 está disponible en: <https://governor.maryland.gov/coronavirus-español/>.

### **¿Cuáles son los factores de riesgo de sufrir una enfermedad grave a causa de COVID-19?**

Todo el mundo está en riesgo de contraer COVID-19. Sin embargo, los síntomas pueden variar de leves a graves y pueden tener diferentes complicaciones para cada persona.

Las personas mayores, de 60 años o más, y aquellos con condiciones médicas preexistentes tienen un mayor riesgo de padecer una enfermedad grave a causa del COVID-19. Algunos ejemplos de condiciones médicas preexistentes son: cáncer, diabetes, enfermedades cardíacas u otras condiciones que afectan la capacidad del sistema inmunológico para combatir los gérmenes.

Si bien las personas mayores y las que tienen afecciones preexistentes corren un mayor riesgo, los datos actuales del MDH muestran que la mayoría de las infecciones se dan en adultos menores de 60 años. Todas las personas, de cualquier edad, necesitan practicar el distanciamiento social para prevenir la propagación del COVID-19.

### **¿Cómo se propaga el COVID-19?**

Se cree que el COVID-19 puede propagarse como el resfrío o la gripe a través de:

- la tos, los estornudos y el habla, que crean gotículas respiratorias
- el contacto personal cercano, como tocarse o darse la mano
- manipular un objeto o tocar una superficie con el virus en ella

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

Los síntomas, o combinación de síntomas, que pueden aparecer de 2 a 14 días después de estar expuesto al virus incluyen:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar
- Escalofríos o temblores repetidos con escalofríos
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Dolor de garganta
- Pérdida del sentido del gusto o del olfato

### **¿Qué debo hacer si creo que estoy enfermo de COVID-19?**

Si está enfermo y tiene fiebre, tos o dificultad para respirar, contacte de inmediato a su proveedor de salud, especialmente si tiene 60 años o más, o si sufre alguna condición médica preexistente. Si no tiene un proveedor de atención médica, contacte al departamento de salud local. Siga estos pasos:

- Llame a su médico o a la sala de emergencias antes de ir
- Indíquele sus síntomas, si realizó algún viaje recientemente y quiénes son sus contactos cercanos (como las personas que viven en su hogar)
- Use una mascarilla

### **Si alguien tiene COVID-19, ¿qué le pasará?**

La gran mayoría de las personas se recuperan de esta infección. La mayoría de las personas tendrán síntomas leves o moderados. A algunas personas se les puede aconsejar que se recuperen en casa y se aíslen de los demás. Estas personas deben llamar a sus médicos o profesionales de salud si sus síntomas empeoran.

Algunas infecciones por COVID-19 pueden provocar una enfermedad grave y, en algunos casos, la muerte. Si alguien se enferma gravemente a causa del COVID-19, puede ser hospitalizado.

### **¿Debo usar una mascarilla?**

El 15 de abril, el Gobernador Hogan emitió una orden ejecutiva que ordena que, a partir del 18 de abril, todos los habitantes de Maryland deben usar mascarillas o cubiertas de cara cuando estén dentro de establecimientos minoristas o cuando viajen en cualquier forma de transporte público en el estado. Lea la orden ejecutiva en: [https://governor.maryland.gov/wp-content/uploads/2020/04/Masks-and-Physical-Distancing- SP\\_04152020.pdf](https://governor.maryland.gov/wp-content/uploads/2020/04/Masks-and-Physical-Distancing-SP_04152020.pdf)

Pueden hacerse cubiertas de tela para la cara con artículos de uso doméstico, y se puede usar una bufanda o pañuelo que cubra la nariz y la boca. El CDC tiene una guía detallada e instrucciones sobre las cubiertas de tela para la cara hechas en casa, disponible en:

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>

No deben usar mascarillas los niños menores de 2 años, las personas que tengan problemas para respirar, o cualquier persona que esté inconsciente, incapacitada o que no pueda quitarse la mascarilla sin ayuda. Las personas con discapacidad que no puedan usar una mascarilla tienen condiciones especiales razonables según la Ley de Estadounidenses con Discapacidades.

Las cubiertas de tela para la cara recomendadas no son máscaras quirúrgicas o respiradores N-95. Esos son suministros esenciales que deben seguir siendo reservados para los trabajadores de salud y otros médicos de emergencia, como se recomienda en la guía actual de CDC.

### **¿Debo cancelar mis planes de viaje?**

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) están actualizando los avisos de viaje según sea necesario.

CDC no suele emitir avisos o restricciones para viajes dentro de Estados Unidos. Sin embargo, se han reportado casos de enfermedad por coronavirus (COVID-19) en todos los estados, y algunas áreas están experimentando la propagación comunitaria de la enfermedad.

Visite la página de asesoramiento de viajes de CDC sobre viajes domésticos:

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-in-the-us.html>

Por el momento, CDC recomienda que los viajeros eviten todos los viajes internacionales no esenciales. Si usted debe viajar:

- Evite el contacto con personas enfermas.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca sin lavarse las manos.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no tiene agua y jabón disponibles, use un desinfectante de manos que contenga al menos un 60% de alcohol.
- Es especialmente importante lavarse las manos después de ir al baño, antes de comer y después de toser, estornudar o sonarse la nariz.
- Evite viajar si está enfermo.

También se aconseja a las personas que corren un mayor riesgo de padecer enfermedades graves que eviten los viajes aéreos no esenciales.

CDC recomienda que los viajeros [pospongan todos los viajes en crucero en todo el mundo](#).

Visite el sitio de asesoramiento de viajes del CDC para ver las advertencias de viaje actuales si está planeando un viaje al extranjero: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>

### **¿Qué puedo hacer para protegerme y proteger a los demás?**

Tome diariamente medidas preventivas para frenar la propagación del COVID-19:

- Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua tibia durante al menos 20 segundos.
- Use un desinfectante de manos a base de alcohol con al menos 60 por ciento de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.
- Cúbrase con un pañuelo, su manga o su codo al toser y estornudar.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Limpie y desinfecte los objetos y superficies que se tocan con frecuencia utilizando prácticas de limpieza habituales.
- Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Si está enfermo, quédese en casa, excepto cuando deba obtener atención de salud.
- Cumpla el distanciamiento social: mantenga la distancia entre usted y los demás y evite las grandes concentraciones.
- Cúbrase la boca y la nariz con un cobertor de cara o similar cuando esté cerca de otros.

### **¿Qué es el distanciamiento social?**

La mejor manera de frenar la propagación del COVID-19 es a través del "distanciamiento social", lo que significa evitar el contacto cercano con los demás. El distanciamiento social puede tomar muchas formas, dependiendo de su estilo de vida, de su situación familiar y de su situación habitacional. El distanciamiento social puede incluir los siguientes hábitos y pasos:

- Evite dar la mano, abrazar y cualquier tipo de saludo íntimo.
- Evite los viajes no esenciales (su proveedor de atención médica puede guiarlo específicamente según su situación).

- Evite las grandes concentraciones, especialmente en espacios poco ventilados.
- Evite los recados innecesarios: considere alternativas para recibir artículos esenciales, como alimentos y otros suministros para el hogar, a través de servicios de entrega a domicilio o por medio de familiares o redes sociales.

Como medida preventiva para frenar los brotes de COVID-19, el Gobernador Hogan ha prohibido las reuniones de más de 10 personas, y ha cerrado restaurantes, bares y teatros. Las escuelas también están cerradas para evitar el contacto social de alumnos y personal.

Se recomienda que las personas con alto riesgo de enfermarse gravemente a causa de COVID-19 permanezcan en casa tanto como sea posible y se pongan en contacto con su proveedor de salud.

Si bien el distanciamiento social y el autoaislamiento son necesarios para limitar y controlar la propagación de la enfermedad, la conexión social es importante. Los recursos virtuales pueden y deben ser utilizados durante este tiempo. Hable con sus amigos y familiares por teléfono o por videollamada para mantenerse conectado.

### **¿Hay alguna vacuna o medicina que pueda tomar para el COVID-19?**

Todavía no, porque el COVID-19 es una nueva enfermedad. Sin embargo, muchos expertos están trabajando en su desarrollo. Como con cualquier vacuna nueva, debe ser probada para asegurar que sea segura y efectiva. Puede pasar más de un año hasta que la vacuna COVID-19 esté disponible.

Tampoco hay un medicamento específico disponible actualmente para curar el COVID-19. Sin embargo, las personas que tienen COVID-19 deben obtener atención médica para ayudar a disminuir la gravedad de sus síntomas.

### **¿Cómo puedo estar más preparado para el COVID-19?**

- Disponga de un suministro adecuado de medicamentos sin prescripción y otros insumos de salud, incluidos analgésicos, remedios para el estómago y medicamentos para la tos y el resfrío.
- Revise sus prescripciones habituales para asegurarse de tener un suministro adecuado; reponga sus prescripciones si es necesario.
- Asegúrese de tener un termómetro, pañuelos descartables y desinfectante de manos en caso de que se enferme y deba quedarse en casa para recuperarse.
- Hable con su familia y sus seres queridos sobre cómo organizarían los cuidados si se enfermaran y qué necesitarían para cuidarlos en casa.
- Tenga disponible en su casa agua y comida para dos semanas.

### **¿Puedo hacerme la prueba de COVID-19?**

No todos necesitan la prueba para COVID-19. Si tiene fiebre y tos o dificultad para respirar, llame a su proveedor de salud. Le harán algunas preguntas para determinar si necesita una prueba.

Quédese en casa y evite el contacto cercano con otras personas si se siente enfermo, a menos que su proveedor de salud le diga que se haga la prueba o que vaya al consultorio para recibir tratamiento.

### **¿El Departamento de Salud de Maryland hará pruebas de coronavirus en animales?**

De acuerdo con las regulaciones federales actuales, el Departamento de Salud de Maryland no hará pruebas a la población general de animales de compañía. Hasta la fecha, no hay evidencia de que los animales domésticos, incluyendo las mascotas, puedan propagar el virus del SARS-CoV-2 (COVID-19). Debido a que la situación está en constante evolución, los oficiales de salud pública y animal pueden decidir hacer pruebas a ciertos animales por precaución. La decisión de realizar las pruebas se tomará en colaboración entre los oficiales de salud pública y animal locales, estatales o federales.

Para más información, por favor visite el sitio web de AVMA COVID-19 en <https://www.avma.org/resources-tools/animal-health-and-welfare/covid-19>.

### **¿Hay algo más que deba saber?**

No estigmatice a las personas de ningún grupo étnico o racial específico. Los virus no se dirigen a personas de poblaciones, grupos étnicos o raciales específicos.

Manténgase informado y busque información de fuentes oficiales confiables. Desconfíe de los mitos, rumores e información incorrecta que circulan en Internet y en otros lugares. La información sobre salud que se comparte a través de las redes sociales suele ser inexacta, a menos que provenga de una fuente oficial y fiable como CDC, MDH o departamentos de salud locales.

### **¿Hay recursos adicionales disponibles para grupos específicos, como las empresas?**

El CDC tiene información actualizada sobre el COVID-19 en <https://www.cdc.gov/spanish/>

#### **Empresas**

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-business-response.html>

#### **Mujeres embarazadas, mujeres que estén amamantando, y niños**

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/pregnancy-breastfeeding.html>

#### **Viajeros**

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/faqs.html>

#### **Actualizaciones semanales**

Para recibir el correo electrónico semanal sobre COVID-19, ingrese su dirección de correo electrónico y escriba "COVID-19" en el cuadro de búsqueda de esta URL:

[https://tools.cdc.gov/campaignproxyservice/subscriptions.aspx?topic\\_id=USCDC\\_2067](https://tools.cdc.gov/campaignproxyservice/subscriptions.aspx?topic_id=USCDC_2067)