



GOBIERNO DE LA
REPÚBLICA DE HONDURAS



SECRETARÍA DE SALUD

PREGUNTAS MÁS FRECUENTES ANTE COVID-19

Recomendaciones OMS/OPS

Tegucigalpa M.D.C HONDURAS, MARZO 2020

Introducción

Ante la situación a nivel mundial por el nuevo Coronavirus y lo ocurrido en la Región de las Américas La Secretaría de Salud de Honduras ante la posible ocurrencia de casos sospechosos por COVID-19 pone a disposición de la población, sector salud y otros actores importantes en el país, la información proporcionada por la Organización Mundial de la Salud y la Organización Panamericana de la Salud para uso en los países basadas en la información científica disponible y avalada por estas instancias para dar respuesta a las preguntas más frecuentes sobre el tema y que deben ser socializadas con la población, siempre en el marco de la respuesta nacional ante la probable ocurrencia de casos por el COVID-19.

La información que se utiliza en el país por La Secretaría de Salud está disponible al ser facilitada por la OMS/OPS, la misma se va revisando y actualizando a medida que se dispone de más datos sobre esta nueva enfermedad y considerando el contexto de los escenarios planificados.

Esta información puede ser utilizado para el desarrollo de las acciones de comunicación con Individuos, familias y comunidades, por lo tanto, estar disponible para su uso por todos los sectores en el país.

PREGUNTAS MAS FRECUENTES COVID-19

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 (SRAS). El coronavirus 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 que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

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

Los síntomas más comunes de la COVID-19 son fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden presentar dolores, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea.

Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas se infectan, pero no desarrollan ningún síntoma y no se encuentran mal.

La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial.

Alrededor de 1 de cada 6 personas que contraen la COVID-19 desarrolla una enfermedad grave y tiene dificultad para respirar.

Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como hipertensión arterial, problemas cardiacos o diabetes, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave.

En torno al 2% de las personas que han contraído la enfermedad han muerto. Las personas que tengan fiebre, tos y dificultad para respirar deben buscar atención médica.

4. ¿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 puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala. Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.

También pueden contagiarse si inhalan las gotículas que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1 metro (3 pies) de distancia de una persona que se encuentre enferma.

La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre las formas de propagación de la COVID-19 y seguirá informando sobre los resultados actualizados.

5. ¿Puede transmitirse a través del aire el virus causante de la COVID-19?

Los estudios realizados hasta la fecha apuntan a que el virus causante de la COVID-19 se transmite principalmente por contacto con gotículas respiratorias, más que por el aire. Véase la respuesta anterior a la pregunta «¿Cómo se propaga la COVID-19?»

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

La principal forma de propagación de la enfermedad es a través de las gotículas respiratorias expelidas por alguien al toser. El riesgo de contraer la COVID-19 de alguien que no presente ningún síntoma es muy bajo.

Sin embargo, muchas personas que contraen la COVID-19 solo presentan síntomas leves.

Esto es particularmente cierto en las primeras etapas de la enfermedad. Por lo tanto, es posible contagiarse de alguien que, por ejemplo, solamente tenga una tos leve y no se sienta enfermo. La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre el periodo de transmisión de la COVID-19 y seguirá informando sobre los resultados actualizados.

7. ¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con las heces de una persona que padezca la enfermedad?

El riesgo de contraer la COVID-19 por contacto con las heces de una persona infectada parece ser bajo. Aunque las investigaciones iniciales apuntan a que el virus puede estar presente en algunos casos en las heces, la propagación por esta vía no es uno de los rasgos característicos del brote. La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre las formas de propagación de la COVID-19 y seguirá informando sobre los nuevos resultados. No obstante, se trata de un riesgo y por lo tanto es una razón más para lavarse las manos con frecuencia, después de ir al baño y antes de comer.

8. ¿Qué puedo hacer para protegerme y prevenir la propagación de la enfermedad?

8.1 Medidas de protección para todas las personas

Manténgase al día de la información oficial más reciente sobre el brote de COVID-19,

Puede acceder también al sitio web de la OMS y a través de las autoridades de salud pública pertinentes a nivel nacional y local.

La COVID-19 sigue afectando principalmente a la población de China, aunque se han producido brotes en otros países. La mayoría de las personas que se infectan padecen una enfermedad leve y se recuperan, pero en otros casos puede ser más grave. Cuide su salud y proteja a los demás a través de las siguientes medidas:

- **Lávese las manos a fondo y con frecuencia usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.**

¿Por qué? Lavarse las manos con agua y jabón o usando un desinfectante a base de alcohol mata los virus que pueda haber en sus manos.

- **Mantenga una distancia mínima de 1 metro (3 pies) entre usted y cualquier persona que tosa o estornude.**

¿Por qué? Cuando alguien tose o estornuda, despiden por la nariz o por la boca unas gotículas de líquido que pueden contener el virus. Si está demasiado cerca, puede respirar las gotículas y con ellas el virus de la COVID-19, si la persona que tose tiene la enfermedad.

- **Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca**

¿Por qué? Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus. Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca. Desde allí, el virus puede entrar en su cuerpo y causarle la enfermedad.

Tanto usted como las personas que les rodean deben asegurarse de mantener una buena higiene de las vías respiratorias. Eso significa cubrirse la boca y la nariz con el codo doblado o con un pañuelo de papel al toser o estornudar. El pañuelo usado debe desecharse de inmediato.

¿Por qué? Los virus se propagan a través de las gotículas. Al mantener una buena higiene respiratoria está protegiendo a las personas que le rodean de virus como los del resfriado, la gripe y la COVID-19.

- **Permanezca en casa si no se encuentra bien. Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica y llame con antelación. Siga las instrucciones de las autoridades sanitarias locales.**

¿Por qué? Las autoridades nacionales y locales dispondrán de la información más actualizada sobre la situación en su zona. Llamar con antelación permitirá que su dispensador de atención de salud le dirija rápidamente hacia el centro de salud adecuado. Esto también le protegerá a usted y ayudará a prevenir la propagación de virus y otras infecciones.

- **Manténgase informado sobre las últimas novedades en relación con la COVID-19. Siga los consejos de su dispensador de atención de salud, de las autoridades sanitarias pertinentes a nivel nacional y local o de su empleador sobre la forma de protegerse a sí mismo y a los demás ante la COVID-19.**

¿Por qué? Las autoridades nacionales y locales dispondrán de la información más actualizada acerca de si la COVID-19 se está propagando en su zona. Son los interlocutores más indicados para dar consejos sobre lo que debe hacer la gente de su zona para protegerse.

8.2 Medidas de protección para las personas que se encuentran en zonas donde se está propagando la COVID-19 o que las han visitado recientemente (en los últimos 14 días)

- Siga las orientaciones antes expuestas (Medidas de protección para todas las personas)
 - Permanezca en casa si empieza a encontrarse mal, aunque se trate de síntomas leves como dolor de cabeza y rinorrea, hasta que se recupere.
- ¿Por qué?** Evitar los contactos con otras personas y las visitas a centros médicos permitirá que estos últimos funcionen con mayor eficacia y ayudará a protegerle a usted y a otras personas de posibles infecciones por el virus de la COVID-19 u otros.

- Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque rápidamente asesoramiento médico, ya que podría deberse a una infección respiratoria u otra afección grave. Llame con antelación e informe a su dispensador de atención de salud sobre cualquier viaje que haya realizado recientemente o cualquier contacto que haya mantenido con viajeros.

¿Por qué? Llamar con antelación permitirá que su dispensador de atención de salud le dirija rápidamente hacia el centro de salud adecuado. Esto ayudará también a prevenir la propagación de virus y otras infecciones.

¿Qué probabilidades hay de que contraiga la COVID-19?

El riesgo depende del lugar en el que usted viva o de los lugares a los que haya viajado recientemente. El riesgo de infección es mayor en las zonas en las que haya casos diagnosticados de COVID-19. En la actualidad, el 95% de los casos de COVID-19 se concentran en China, y la mayoría de ellos en la provincia de Hubei. Para las personas que se encuentran en casi cualquier otra parte del mundo, el riesgo de contraer la COVID-19 es actualmente bajo, aunque es importante que siga con atención la evolución de la situación y los esfuerzos de preparación que se llevan a cabo en su zona.

La OMS colabora con las autoridades sanitarias de China y el resto del mundo para efectuar una labor de vigilancia y respuesta ante los brotes de COVID-19.

9. ¿Debo preocuparme por la COVID-19?

Si usted no se encuentra en una zona donde se esté propagando la COVID-19, no ha viajado desde alguna de esas zonas ni ha estado en contacto cercano con alguien que lo haya hecho y se sienta mal, sus posibilidades de contraerla son actualmente bajas. No obstante, es comprensible que la situación le cause estrés y ansiedad.

Es una buena idea que se informe sobre los hechos para que pueda determinar con precisión los riesgos que corre y adoptar precauciones razonables. Puede obtener información precisa sobre la COVID-19 y su presencia en la zona donde se encuentra usted a través de su dispensador de atención de salud, de las autoridades nacionales de salud pública y de su empleador.

Es importante que se mantenga informado sobre la evolución de la situación en el lugar donde vive y que tome las medidas adecuadas para protegerse. (Véase Medidas de protección para todas las personas).

Si usted se encuentra en una zona en la que haya producido un brote de COVID-19, debe tomar muy en serio el riesgo de infección. Siga los consejos de las autoridades sanitarias nacionales y locales.

Aunque en la mayoría de los casos la COVID-19 solamente causa una enfermedad leve, puede provocar enfermedades muy graves en algunas personas. Más raramente, la enfermedad puede ser letal.

Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas preexistentes (como hipertensión arterial, problemas cardiacos o diabetes) parecen ser más vulnerables. (Véanse las Medidas de protección para las personas que se encuentran en zonas donde se está propagando COVID-19 o que las han visitado recientemente (en los últimos 14 días)).

10. ¿Quién corre riesgo de desarrollar una enfermedad grave?

Todavía tenemos mucho por aprender sobre la forma en que la COVID-2019 afecta a los humanos, pero parece que las personas mayores y las que padecen afecciones médicas preexistentes (como hipertensión arterial, enfermedades cardiacas o diabetes) desarrollan casos graves de la enfermedad con más frecuencia que otras.

11. ¿Son eficaces los antibióticos para prevenir o tratar la COVID-19?

No. Los antibióticos no son eficaces contra los virus, solo contra las infecciones bacterianas. La COVID-19 está causada por un virus, de modo que los antibióticos no sirven frente a ella. No se deben usar antibióticos como medio de prevención o tratamiento de la COVID-19. Solo deben usarse para tratar una infección bacteriana siguiendo las indicaciones de un médico.

12. ¿Existe alguna vacuna, medicamento o tratamiento para la COVID-19?

Todavía no. Hasta la fecha, no hay ninguna vacuna ni medicamento antiviral específico para prevenir o tratar la COVID-2019. Sin embargo, los afectados deben recibir atención de salud para aliviar los síntomas. Las personas que presentan casos graves de la enfermedad deben ser hospitalizadas. La mayoría de los pacientes se recuperan con la ayuda de medidas de apoyo. Se están investigando posibles vacunas y distintos tratamientos farmacológicos específicos. Hay ensayos clínicos en curso para ponerlos a prueba. La OMS está coordinando los esfuerzos dirigidos a desarrollar vacunas y medicamentos para prevenir y tratar la COVID-19.

Las formas más eficaces de protegerse a uno mismo y a los demás frente a la COVID-19 son: lavarse las manos con frecuencia, cubrirse la boca con el codo o con un pañuelo de papel al toser y mantener una distancia de al menos 1 metro (3 pies) con las personas que tosen o estornudan. (Véase ¿Qué puedo hacer para protegerme y prevenir la propagación de la enfermedad?).

13. ¿Son lo mismo la COVID-19 y el SRAS?

No. El virus que causa la COVID-19 y el responsable del síndrome respiratorio agudo severo (SRAS) están genéticamente relacionados entre ellos, pero son diferentes. El SRAS es más letal pero mucho menos infeccioso que la COVID-19. No se han producido brotes de SRAS en ningún lugar del mundo desde 2003.

14. ¿Debo llevar mascarilla para protegerme?

Las personas que no manifiestan síntomas respiratorios tales como la tos no necesitan usar mascarilla médica.

La OMS recomienda el uso de mascarillas en el caso de las personas que presentan síntomas de la COVID-19 y en el de quienes cuidan de personas que tienen síntomas como tos o fiebre.

El uso de mascarillas es crucial para los trabajadores de la salud y las personas que cuidan de alguien (sea en casa o en un establecimiento sanitario).

La OMS aconseja hacer un uso racional de las mascarillas médicas para evitar el derroche innecesario de recursos valiosos y el uso indebido de las mismas (véase Cuándo y cómo usar mascarilla). Utilice mascarilla únicamente si presenta síntomas respiratorios (tos o estornudos), si es un caso sospechoso de infección por COVID-19 con síntomas leves o si está cuidando de alguien que sea un caso sospechoso de infección. La sospecha de infección por COVID-19 está relacionada con los viajes a zonas en las que se han notificado casos, o con el contacto cercano con personas que hayan viajado a esas zonas y hayan enfermado.

Las formas más eficaces de protegerse a uno mismo y a los demás frente a la COVID-19 son: lavarse las manos con frecuencia, cubrirse la boca con el codo o con un pañuelo de papel al toser y mantener una distancia de al menos 1 metro (3 pies) con las personas que tosen o estornudan. Para más información, véanse las medidas de protección.

15. ¿Cuánto dura el periodo de incubación 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 periodo de incubación de la COVID-19 oscilan entre 1 y 14 días, y en general se sitúan en torno a cinco días. Estas estimaciones se irán actualizando a medida que se tengan más datos.

16. ¿Pueden los humanos contraer el virus de la COVID-19 por contacto con un animal?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que son comunes entre los murciélagos y otros animales. En raras ocasiones las personas se infectan por estos virus, que luego pueden propagarse a otras personas. Por ejemplo, el SRAS-CoV iba asociado a las civetas y el MERS-CoV se transmite a través de los dromedarios. Todavía no se ha confirmado el posible origen animal de la COVID-19.

Como medida de protección al visitar mercados de animales vivos o en otras situaciones parecidas, evite el contacto directo con los animales y las superficies que estén en contacto con ellos. Asegúrese de que en todo momento se observen prácticas adecuadas de higiene de los alimentos. Manipule con cuidado la carne, la leche o los órganos de animales crudos para evitar la contaminación de alimentos no cocinados y evite el consumo de productos animales crudos o poco cocinados.

17. ¿Puedo contraer el virus de la COVID-19 por contacto con mi mascota?

No. No hay datos que indiquen que animales de compañía o mascotas como gatos y perros hayan sido infectados o puedan propagar el virus causante de la COVID-19.

18. ¿Cuánto tiempo sobrevive el virus en una superficie?

No se sabe con certeza cuánto tiempo sobrevive el virus causante de la COVID-19 en una superficie, pero parece comportarse como otros coronavirus. Los estudios realizados (incluida la información preliminar disponible sobre el virus de la COVID-19) indican que los coronavirus pueden subsistir en una superficie desde unas pocas horas hasta varios días. El tiempo puede variar en función de las condiciones (por ejemplo, el tipo de superficie, la temperatura o la humedad del ambiente).

Si cree que una superficie puede estar infectada, límpiela con un desinfectante común para matar el virus y protegerse de este modo a usted mismo y a los demás. Lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón. Evite tocarse los ojos, la boca o la nariz.

19. ¿Es seguro recibir un paquete de una zona en la que se hayan notificado casos de COVID-19?

Sí. La probabilidad de que una persona infectada contamine artículos comerciales es baja, y el riesgo de contraer el virus causante de la COVID-19 por contacto con un paquete que haya sido manipulado, transportado y expuesto a diferentes condiciones y temperaturas también es bajo.

20. ¿Hay algo que no deba hacer?

Las siguientes medidas NO SON eficaces contra la COVID-2019 y pueden resultar perjudiciales:

- Fumar
- Tomar remedios herbarios tradicionales
- Llevar varias mascarillas
- Automedicarse con antibióticos u otros medicamentos

En cualquier caso, si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, trate de obtener atención médica lo antes posible para reducir el riesgo de desarrollar una infección más grave, y asegúrese de informar a su dispensador de atención de salud acerca de sus viajes recientes.

El País continúa sus acciones de preparación y respuesta ante la probable ocurrencia de casos por Coronavirus COVID-19, considerando las características y evolución de la enfermedad a nivel mundial, los documentos oficiales como el actual serán modificados considerando nuevos escenarios y la disponibilidad de evidencia científica.

Documento elaborado por La Secretaría de Salud, aportes de la OMS/OPS Honduras y otros actores que desarrollan la Estrategia Nacional de Comunicación en Riesgos.

Contáctenos a través de: <https://covid19honduras.org/>

