

La enfermedad del coronavirus 2019

COVID-19

<https://covid19.colorado.gov/frequently-asked-questions-faq>

Información general acerca del COVID-19

¿Qué es un coronavirus y qué es el COVID-19?

- Los coronavirus son una familia grande de virus. No todos los coronavirus son el COVID-19.
- Un nuevo coronavirus es una cepa de un virus que no se ha identificado previamente en los humanos.
- El COVID-19 es un tipo de nuevo coronavirus que se está propagando de persona en persona en muchos países y estados, incluyendo Colorado.

¿Cómo se propaga el COVID-19?

- El COVID-19 se propaga de persona en persona y se piensa que se transmite principalmente mediante gotículas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose o estornuda, similar a la propagación de la influenza y otros virus respiratorios.
- Es posible que una persona pueda contagiarse con el COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tenga el virus y luego tocarse la boca, nariz o posiblemente sus ojos, sin embargo, no se piensa que esta sea la manera principal de cómo se propaga el virus.

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

- Los síntomas, especialmente al principio, pueden ser leves y parecidos a un resfriado normal. Los síntomas iniciales pueden incluir una combinación de tos, dolores de cuerpo, fatiga y presión en el pecho. Es posible que la fiebre no empiece hasta varios días después del inicio de la enfermedad y es posible que algunas personas nunca desarrollen fiebre durante la enfermedad. Las personas que tengan estos síntomas deben hacerse la prueba de detección y [aislarse](#).
- Los síntomas más avanzados incluyen fiebre, tos, la falta de aire, dificultad para respirar, entre otros. Estas personas también deben hacerse la prueba, aislarse y contactar a un proveedor médico cuando sea necesario.
- En los casos más graves, la infección puede causar neumonía, síndrome respiratorio agudo grave, fallo renal y fallecimiento.

¿Cuánto duran los síntomas?

- Depende de la gravedad de la enfermedad.

¿Cuánto tiempo se tarda para empezar a presentar síntomas después de ser expuesto al COVID-19?

- Entre 2 y 14 días.

¿Qué tan grave es el COVID-19?

- Las enfermedades reportadas han incluido desde síntomas leves hasta enfermedad grave e incluso el fallecimiento.
- Según la Organización Mundial de la Salud, aproximadamente un 80% de los casos de COVID-19 son leves.
- Cualquier persona puede padecer una enfermedad grave producto de este virus, sin embargo, hay ciertos grupos que están en [mayor riesgo de enfermarse de gravedad](#), incluyendo:
 - Personas mayores de 65 años de edad.
 - Personas con una enfermedad pulmonar crónica o asma moderado o grave.
 - Personas con cardiopatía grave.
 - Personas con un sistema inmune debilitado.
 - Personas a las que un profesional médico les haya calificado de alto riesgo.

¿Cómo se previene el COVID-19 y cuál es el tratamiento?

- Actualmente, no existe una vacuna para prevenir el contagio del COVID-19, pero se están realizando investigaciones para desarrollar una.
- No existe un tratamiento específico basado en las pruebas para el COVID-19 en este momento. Sin embargo, se están realizando estudios con tratamientos prometedores, como el medicamento antiviral llamado remdesivir.
- Existen tratamientos para muchos de los síntomas y, por lo tanto, el tratamiento se basa en la condición médica del paciente. Muchas personas se podrán recuperar sin tratamientos.
- Los científicos informan del progreso con ensayos clínicos de un medicamento antiviral llamado remdesivir, sin embargo, los ensayos continúan para entender si éste será un tratamiento adecuado y efectivo.

¿Quién está en riesgo debido al COVID-19?

- En este momento, podemos suponer que todos están en riesgo de contraer el COVID-19. Por eso es tan importante mantenerse informado y cumplir con las [órdenes de salud pública](#) estatales y locales.

¿Es posible la contaminación de alimentos y agua con el COVID-19?

- En general, los alimentos no pueden ser contaminados con los coronavirus y cocinar los alimentos elimina cualquier virus.
- Según la Asociación Americana de Obras de Agua y la Federación Ambiental del Agua, el tratamiento normal con cloro debería ser suficiente para matar el virus en los sistemas de agua potable. Esta conclusión está basada en estudios del Síndrome Respiratorio Agudo Grave.

¿El virus del COVID-19 permanece en el aire?

- Todavía hay mucho que aprender sobre el virus del COVID-19 y no podemos estar seguros de que este virus no permanezca en el aire. Aconsejamos adoptar un enfoque cauteloso para prevenir la propagación.

¿Los paquetes o productos enviados de otros lugares pueden estar contaminados con el COVID-19?

- Es muy baja la probabilidad de propagar el virus mediante productos o paquetes cuyos envíos duran varios días o semanas. Los coronavirus generalmente se propagan mediante gotículas respiratorias y

no sobreviven mucho tiempo en las superficies. No existe evidencia de que el COVID-19 se pueda transmitir mediante productos importados o paquetes de envío.

¿Puede sobrevivir el COVID-19 en las albercas?

- Se cree que las técnicas normales de desinfección para albercas son eficaces contra el COVID-19

¿Qué significa contacto cercano?

- En relación con el COVID-19, el contacto cercano incluye:
 - Vivir en la misma residencia con una persona enferma con el COVID-19.
 - Cuidar a una persona enferma con el COVID-19.
 - Estar dentro de 6 pies de una persona enferma con el COVID-19, aunque solamente pasar al lado de una persona por unos segundos no le debería causar mucha preocupación.
 - Estar en contacto directo con los fluidos corporales de una persona enferma con el COVID-19. Esto incluye gotículas respiratorias de la tos, besos, compartir utensilios, etc.

¿Qué significa la “propagación comunitaria”?

La propagación comunitaria (transmisión) significa que existen casos y brotes en muchas comunidades en donde las personas están propagando el virus.

¿Puede una persona con el COVID-19 propagar la enfermedad sin tener síntomas?

- ✳ Aún estamos aprendiendo sobre el virus, sin embargo, creemos que la mayoría de la propagación ocurre mediante casos sintomáticos, adicionalmente, puede ocurrir la propagación del virus a través de personas asintomáticas o previo a que presenten síntomas. Por esta razón, es vital que las personas sigan las recomendaciones de distanciamiento físico, utilicen un tapabocas de tela y se laven las manos.

¿Están en mayor riesgo de contraer o propagar el COVID-19 las personas que no son de descendencia estadounidense?

- No, como cualquier otro virus, ninguna identidad, comunidad, etnia ni grupo racial está en mayor riesgo de contraer ni propagar el COVID-19.

¿Por qué tiene la enfermedad el nombre la enfermedad del coronavirus, o COVID-19?

- El nombre de esta enfermedad es *la enfermedad del coronavirus de 2019*, abreviado como COVID-19, las letras *CO* significan *corona*, las letras *VI* significan *virus* y la letra *D* significa *enfermedad* (“disease” en inglés). Anteriormente el virus era conocido como *el nuevo coronavirus de 2019* o *2019-nCoV*.

¿Cómo se inició este brote?

- El día 31 de diciembre de 2019, funcionarios de la salud en China alertaron a la Organización Mundial de la Salud sobre varios casos de neumonía en la ciudad de Wuhan, en la Provincia Hubei en China. La neumonía fue causada por un virus que no era igual a ningún otro virus conocido.

¿Se ha identificado la causa del COVID-19?

- En un principio, se reportó que muchos de los pacientes en el brote en Wuhan, China tenían una conexión con un mercado grande de animales y mariscos, sugiriendo una propagación inicial de animal a persona. Ahora se está propagando el virus de persona en persona.

Negocios y empleo

¿Necesito una certificación médica o un resultado negativo autorizándome para regresar al trabajo después de haber estado enfermo?

- El Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de Colorado no tiene ni puede proveer una certificación que le autorice regresar al trabajo. Si usted padecía de síntomas del COVID-19, debe aislarse durante 10 días después del inicio de los síntomas y mantenerse aislado hasta que no tenga fiebre (sin usar medicamentos para reducirla) durante 3 días. La salud pública no requiere que las personas den resultado negativo para regresar al trabajo. Si su empleador lo requiere, podría comunicarse con su médico u otro proveedor sanitario, asimismo puede dirigirles a consultar esta página web de preguntas frecuentes.

Mi trabajo está pidiendo una documentación que indique que me mandaron a hacer la cuarentena. ¿Dónde puedo obtener esta información?

- Depende de quién le avisó que tenía que hacer la cuarentena. Si alguien del sistema de salud pública le instruyó a hacer la cuarentena, debe obtener la documentación de esa agencia específica de salud pública (como Tri-Country, Denver Public Health, etc.). Si un profesional médico le instruyó a ponerse en cuarentena, comuníquese con ese proveedor para obtener esa documentación.

Formo parte de un grupo de alto riesgo, pero mi empleador quiere que regrese al trabajo.

- Conforme a la Orden Ejecutiva D 2020 091, Más Seguros en Casa, ningún empleador puede obligar a una persona en mayor riesgo de enfermarse de gravedad producto del COVID-19 a regresar a su puesto de trabajo en persona si el empleo requiere que trabaje cerca de otros. Si el lugar de trabajo es particularmente poco seguro (ej. hubo un brote), las prestaciones por desempleo pueden estar disponibles dependiendo de los hechos, además, las normas de seguridad de OSHA podrían limitar los requerimientos para regresar.

¿Puede mi empleador discriminarme por pertenecer a una población vulnerable?

- No, es ilegal discriminar en base a la edad, discapacidad o embarazo. Si usted cree que le han discriminado o no han satisfecho sus necesidades, comuníquese con la [División de Derechos Civiles de Colorado](#) o la [Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo](#).

¿Cómo solicito desempleo? ¿Mi negocio califica para recibir el desempleo?

- Ya que somos una entidad distinta al Departamento de Trabajo y Empleo del Estado de Colorado (CDLE), no podemos ofrecerle asistencia directa para solicitar desempleo. Recomendamos que consulte la [página web del CDLE](#) o que le llame al (303)318-8000.

¿Dónde puedo obtener información sobre los préstamos concedidos por el gobierno para mi negocio u otra información sobre asistencia financiera (no relacionada con el desempleo)?

- [El Centro de recursos para negocios afectados por el COVID-19 en Colorado](#).

¿Cómo puedo denunciar a un negocio que no está cumpliendo con las directrices de salud pública?

- Si usted sospecha que alguien no esté cumpliendo con una orden, debe primero contactar al departamento local de salud pública.

¿Cuántos casos de COVID-19 ha habido en Colorado? ¿En los Estados Unidos? ¿En el mundo? ¿Cuántas personas han fallecido?

- Puede encontrar los últimos datos para Colorado en el [tablero de datos del COVID-19 en Colorado](#).
- Consulte la página web de los [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#) para obtener más información acerca de los Estados Unidos.
- Consulte la página de la [Organización Mundial de Salud](#) para obtener más información acerca de otros países.

¿Están actualizados los datos relacionados con el estado de Colorado?

- Depende de la fuente de la información y cuándo se reportaron los datos al estado.
- Los datos de los registros vitales se actualizan de manera periódica posterior a la codificación de los datos por parte de los CDC. El estado de Colorado reporta los datos de los registros vitales para contabilizar los fallecimientos del COVID-19.
- Los datos epidemiológicos, como la cifra de casos confirmados, se actualizan a diario a las 4 p.m. y toma en cuenta todos los casos reportados al estado del día anterior.
- Se actualizan los datos relacionados con los brotes en establecimientos cada miércoles a las 4 p.m.
- Tenga en cuenta que sólo se pueden actualizar los datos con información que en efecto se ha reportado al estado. Puede haber un retraso con la llegada de los datos o cambios en los números cuando los laboratorios, hospitales, establecimientos y agencias locales reportan sus datos al estado.

¿Por qué hay una diferencia o cambio de números en comparación con el departamento local de salud?

- Los datos que se encuentran en el tablero del estado pueden cambiar a medida que nueva o diferente información se descubre como resultado de las investigaciones realizadas a nivel local. Los laboratorios, hospitales y agencias locales de salud pública incorporan datos iniciales a una base de datos. Posteriormente, los epidemiólogos de las agencias locales de salud investigan los casos de infección para recabar más información. En el proceso de reunir datos sobre un caso en particular, actualizan los datos.

¿Cómo se determina a qué condado pertenece un caso?

- Los casos de infección y las muertes se atribuyen al condado de residencia de cada persona.

¿Cuál es la diferencia entre un caso confirmado y un caso probable de infección?

El número total de casos de infección incluye tanto los casos confirmados como los probables.

- Los casos se consideran confirmados cuando se ha realizado una prueba de amplificación molecular (como la PCR, por sus siglas en inglés) en un laboratorio que resulte positiva.
- Los casos se consideran probables cuando:
 - (1) Cumplen con los criterios clínicos* ADEMÁS DE contar con evidencia epidemiológica**, sin una prueba del laboratorio para confirmar.
○
 - (2) Cumplen con los criterios clínicos* ADEMÁS DE contar con un resultado positivo en una prueba de antígeno o serológica.
○

- (3) Una persona tiene un vínculo epidemiológico** ADEMÁS DE haber dado positivo en una prueba de detección de antígeno o serológica.
-
- (4) El acta de defunción indica la enfermedad del COVID-19 o SARS-CoV-2 como la causa del fallecimiento o como una condición significativa que contribuyó a la muerte, pero sin una prueba del laboratorio para confirmar.

***Criterios clínicos: el paciente debe presentar una de las siguientes características Y no puede haber otro diagnóstico alternativo más probable: (1) por lo menos dos de los siguientes síntomas: fiebre, escalofríos, rigidez, mialgia, dolor de cabeza, dolor de garganta, trastorno(s) reciente(s) del gusto u olfato O (2) por lo menos uno de los siguientes síntomas: tos, falta de aire, dificultad para respirar O una enfermedad respiratoria grave, con por lo menos una de las siguientes características: evidencia clínica o radiográfica de neumonía o síndrome de dificultad respiratoria aguda (SDRA).*

*****Un vínculo epidemiológico significa: un contacto cercano con un caso confirmado o probable de la enfermedad del COVID-19; O realizar un viaje o vivir en un área con una transmisión sostenida y continua en la comunidad; O ser miembro de un grupo en riesgo de haber sido expuesto según la definición de las autoridades de salud pública durante un brote.*

- Una persona puede dar negativo en una prueba de detección del COVID-19 e igualmente ser contabilizada como un caso probable si cumple con la definición de un caso probable (1): cumple con los criterios clínicos* ADEMÁS DE contar con evidencia epidemiológica**, sin una prueba del laboratorio para confirmar.
 - El CDPHE interpreta “sin una prueba de confirmación de laboratorio” como la ausencia de un resultado positivo en una prueba de detección, no la ausencia de la realización de una prueba.
 - Existen muchas razones por las cuales una prueba puede producir un resultado falso negativo. Puede ocurrir cuando una persona se hace la prueba de detección demasiado temprano en el periodo de incubación o demasiado tiempo después de la mejora de los síntomas y no hay suficiente material del virus que la prueba pueda detectar. Asimismo, puede ocurrir cuando se ha recolectado la muestra de manera incorrecta o no se ha manipulado o almacenado a una temperatura adecuada.
 - Si, además de un resultado negativo, la sospecha de infección del COVID-19 es baja o existe un diagnóstico alternativo más probable, no se debe contabilizar a la persona como un caso probable.

¿Qué muestran los datos relacionados con la raza o etnia?

- Los datos presentados en este tablero representan más del 80% de todos los casos de infección reportados del COVID-19. Se excluyen los casos de estos cálculos que no especifican la raza o etnia, por lo tanto, no provee un resumen preciso de las tendencias a nivel estatal.
- El Estado está colaborando con hospitales y personal médico que interactúan directamente con pacientes, para así animarlos a recabar y reportar dichos datos.
- Cabe destacar que puede ser complicado recabar y reportar de manera precisa los datos relacionados con la raza y etnia, si un proveedor médico no le pide al paciente esta información.

¿Qué muestran los datos acerca de las recuperaciones y los hospitales?

- Actualmente, dependemos de una red amplia de proveedores particulares de atención médica y hospitales que reportan los datos que se incorporan en nuestro tablero.
- La Asociación de Hospitales de Colorado reporta datos sobre las personas dadas de alta, lo cual ayuda a proveer un panorama de las personas que se han recuperado de las enfermedades más graves relacionadas con el COVID-19.
- Todos los datos de los hospitales se recaban y mantienen por parte de cada hospital individual y se comparten en forma agregada por el estado de Colorado, en conjunto con la Asociación de Hospitales de Colorado. Nuestro acuerdo para compartir datos establecidos con los hospitales no permite al

Estado divulgar información específica a nivel de cada instalación. Para obtener dicha información, comuníquese con el hospital en cuestión que alberga los datos. Si tiene alguna pregunta o busca más información sobre los datos hospitalarios, le invitamos a contactar a la [Asociación de Hospitales de Colorado](#).

¿Qué significan los datos relacionados con los fallecimientos?

El estado de Colorado proporciona los datos de fallecimientos relacionados con el COVID-19 de dos diferentes maneras:

- **Fallecimientos causados por el COVID-19:**

- Los **datos de fallecimientos de los registros vitales** se basan en la codificación de los CDC de las actas de defunción y reflejan la cifra de fallecimientos producto del COVID-19, según el criterio experto de proveedores de atención de salud y médicos forenses.

- La cifra se obtiene a partir de las actas de defunción donde se indica el COVID-19 como la causa del fallecimiento o como la principal condición que lo provocó.

- **Fallecimientos entre las personas que se murieron con COVID-19**

- Los **datos epidemiológicos de fallecimientos** reflejan la cantidad de personas que han fallecido con el COVID-19. Estos provienen de dos fuentes:

- De proveedores de atención médica y laboratorios que reportan casos al estado, utilizando una definición nacional de casos.

- De actas de defunción revisadas por el estado donde se indica el COVID-19 como la causa del fallecimiento o una condición significativa que contribuyó a la muerte. Es probable que estas actas de defunción aún no hayan sido codificadas por los CDC.

¿Por qué se reportan los datos epidemiológicos relacionados con los fallecimientos? ¿Por qué es importante si una persona falleció con COVID-19 si no fue la causa?

- Los sistemas de salud pública del país usan los datos epidemiológicos de los fallecimientos para rápidamente clasificar y contabilizar los casos y fallecimientos de manera uniforme. Se tarda mucho más tiempo en obtener los datos de fallecimientos de los registros vitales, los cuales toman en cuenta los fallecimientos causados por el COVID-19.
- El Consejo de Epidemiólogos Estatales y Territoriales estableció una definición nacional estandarizada de casos para contabilizar los fallecimientos a causa del COVID-19 para propósitos epidemiológicos, además, esta definición fue aprobada por los CDC. Esto incluye casos de fallecimientos tanto confirmados como probables:
 - Un fallecimiento se clasifica como un caso confirmado si el caso obtuvo un resultado positivo en una prueba de detección del COVID-19 de laboratorio.
 - Un fallecimiento se clasifica como un caso probable si el difunto cumple con la definición de caso probable o si el acta de defunción indica como causa de fallecimiento al “COVID-19”, o un equivalente, pero no obtuvo un resultado positivo en una prueba de detección de laboratorio.
- **¿Qué más debo saber de los datos de fallecimientos?**
 - No se deben sumar las cifras de los **fallecimientos producto del COVID-19** y las de los **fallecimientos entre personas con el COVID-19** para determinar el recuento total de fallecimientos. Estas cifras provienen de diferentes fuentes de datos.
 - Las cifras de **fallecimientos producto del COVID-19** y de los **fallecimientos entre personas con el COVID-19** se reportan a partir de dos sistemas diferentes que se actualizan con distintos cronogramas. Estas cifras no se pueden comparar día a día para determinar cuántos fallecimientos han ocurrido en cada categoría.

- La cifra de **fallecimientos producto del COVID-19** no necesariamente se incluye en la **cifra de fallecimientos entre personas con el COVID-19**. Es posible que, después de una revisión a nivel estatal o nacional, algunos fallecimientos no se contabilicen como fallecimientos producto del COVID-19. Esto es inusual y la expectativa es que el conteo final de ambas categorías se asemeje.
- Los recuentos de **fallecimientos producto del COVID-19** son provisionales y, a menudo, están atrasados varias semanas en comparación con los datos epidemiológicos.
- Si desea obtener más información, diríjase a los [datos de fallecimientos y recursos del COVID-19](#) de los CDC.

Diagnosticado con el COVID-19 o expuesto al COVID-19

He sido diagnosticado con el COVID-19 o estoy mostrando síntomas del virus, ¿qué debo hacer?

- Si dio positivo en una prueba PCR de detección del COVID-19, debe mantenerse alejado de los demás y cumplir con las instrucciones de [cómo aislarse](#).
- Si usted ha dado positivo en una prueba de detección del COVID-19, una organización de salud pública le podría contactar para recolectar información sobre su exposición y le facilitará más información sobre la prevención de la transmisión a otras personas.
 - Si desarrolla [síntomas](#), debe comunicarse con su proveedor médico o acudir a [un centro de detección del COVID-19](#) para hacerse la prueba. Asimismo, debe cumplir las instrucciones acerca de [cómo aislarse](#).
- Los habitantes de Colorado que están enfermos y reciben un resultado negativo en una prueba de detección del COVID-19, deben seguir quedándose en casa mientras estén enfermos y deben consultar con su proveedor de atención médica sobre la necesidad de realizar pruebas de detección adicionales y sobre el momento adecuado para reanudar sus actividades normales.
- Si necesita consejos médicos, hable por teléfono a un proveedor de atención médica o a una línea de enfermería. Es importante **HABLAR POR TELÉFONO ANTES** de ir al consultorio de un proveedor médico, a un centro de urgencias o a una sala de emergencias para limitar la propagación del COVID-19. Comunique sus síntomas y dónde o cómo podría haberse expuesto
 - Si tiene una emergencia médica, hable al 911. Infórmele al operador de sus síntomas.

Creo que he sido expuesto al COVID-19, pero no tengo síntomas, ¿qué debo hacer?

- Si cree que se ha expuesto al COVID-19, pero no tiene síntomas, debe cumplir con las instrucciones de [cómo hacer la cuarentena](#) durante los 14 días después de la exposición a la enfermedad. Es recomendable considerar hacerse la prueba de detección, pero debe esperar por lo menos 7 días después de la fecha en que cree que se expuso para hacerse una prueba de detección PCR.
 - Si se realiza la prueba demasiado temprano, es posible que no exista suficiente material del virus que la prueba pueda detectar.
 - Si bien es una buena idea esperar unos 7 días después de la fecha de exposición para hacerse la prueba si no presenta síntomas, cabe destacar que algunas personas no se enferman hasta dentro de 14 días. Por lo tanto, las personas que han sido expuestas al COVID-19 deben minimizar el contacto con otras personas durante los 14 días después de la fecha de la exposición, incluso si dan negativo en la prueba antes de concluir el periodo de 2 semanas

Tapabocas & ~~gloves~~

¿Debo utilizar un tapabocas o guantes en la comunidad para prevenir el COVID-19?

- Pedimos que todas las personas usen tapabocas de tela cuando estén en público. Se puede elaborar o comprar un tapabocas de tela que le cubra la boca y nariz cuando esté fuera de su residencia y patio.

¿Cuándo debo usar tapabocas?

- Use su tapabocas de tela cuando salga al público.

¿Por qué están pidiendo que usemos tapabocas?

- En algunos estudios, se sugiere que algunas personas podrían propagar el COVID-19 sin tener síntomas. Se puede propagar al hablar, toser o estornudar, especialmente en situaciones donde no se pueda mantener una distancia física de 6 pies.

¿Dónde obtengo un tapabocas?

- Usted puede comprar uno o puede elaborar uno. Puede utilizar una bandana o un pañuelo. La página web [ColoradoMaskProject.com](https://coloradomaskproject.com) tiene recursos. Los CDC tienen un [video acerca de cómo fabricar su propio tapabocas](#) o se puede realizar una búsqueda con la palabra “tapabocas de tela CDC” en Google.

¿Cómo me debería quedar puesto el tapabocas?

- Un tapabocas de tela debería:
 - Quedar ajustado pero cómodo en la cara.
 - Estar bien atado a la cara con amarres o ganchos para las orejas.
 - Incluir varias capas de tela.
 - Permitir la respiración sin restricción.
 - Permitir el lavado y secado a máquina sin daños ni cambio de forma.

¿Cómo limpio y desinfecto mi tapabocas?

- Lave su tapabocas de manera regular con su lavado de ropa regular.

¿Cómo me pongo y quito el tapabocas?

- Tenga cuidado de no tocarse los ojos, la nariz ni la boca al quitarse el tapabocas y lávese las manos inmediatamente después de sacárselo.

¿Dónde puedo encontrar más información?

- La [página web de los CDC](#) es una fuente excelente de información.

Mascotas

¿Le puedo contagiar el COVID-19 a mis mascotas? ¿Ellos pueden contagiarme a mí o a otros animales?

- Si bien se cree que es poco frecuente, ha habido casos de mascotas que se han infectado de COVID-19 de sus dueños o cuidadores
- En este momento, no hay pruebas que sugieran que los animales, incluyendo las mascotas y el ganado, puedan propagar el COVID-19 a los humanos.

¿Qué debo hacer con mis mascotas si me enfermo?

- Se requieren más estudios para entender si es posible y de qué manera los diferentes animales se ven afectados por el COVID-19 y cómo puede ocurrir. Por lo tanto, es muy importante proteger a sus animales al limitar el contacto si está enfermo con un caso sospechoso o confirmado de COVID-19.
- Cuando sea posible, pida que otra persona de su residencia cuide de los animales mientras está enfermo.
- Evite contacto con su mascota, incluyendo acariciar, abrazar, besar, dejar que le laman, compartir comida y dormir con su mascota.
- Si se ve en la obligación de cuidar de su mascota o estar con animales mientras está enfermo, lávese las manos antes y después de interactuar con ellos.

¿Qué hago si mi mascota se enferma?

- A medida que se aumente el número de infectados de COVID-19 en los EE.UU., es posible que veamos más casos de mascotas infectados también. Si su mascota desarrolla síntomas respiratorios, debe aislarlo en un cuarto con su cama, comida y agua, además de otras necesidades.
- Llame a su veterinario para informarles que su mascota presenta síntomas y que está aislado en su casa.
- Si los síntomas de la mascota se empeoran, contacte al veterinario. Infórmele que su mascota requiere una consulta.

¿Qué debo hacer cuando paseo mi mascota?

- No permita que su mascota interactúe con otras personas o animales fuera del hogar. Si una persona dentro del hogar se enferma, se debe aislar esa persona de los demás, incluyendo las mascotas.
- Mantenga los gatos dentro lo más posible para prevenir contacto con otros animales o personas.
- Pasee los perros con correa, manteniendo una distancia de 6 pies de otras personas y animales.
- Evite los parques para perros o espacios públicos donde se pueden juntar muchas personas o perros.

¿Debo hacerle la prueba de detección a mi mascota?

- La realización de la prueba de detección en los animales sintomáticos de COVID-19 es muy poco frecuente. Se puede permitir como resultado de una decisión conjunta entre el veterinario estatal y el veterinario estatal de salud pública, en consulta con el Laboratorio Nacional de Servicios Veterinarios. Es vital conservar los recursos de las pruebas para los humanos

Donaciones de plasma

¿Qué es el plasma convaleciente?

- El plasma convaleciente es aquel donado por las personas que se han recuperado completamente de una infección del COVID-19. Dicho plasma contiene anticuerpos que podrían ayudar a tratar a pacientes hospitalizados con una infección del COVID-19.

¿Dónde puedo donar plasma convaleciente?

- El Centro de Donación de Sangre del Hospital Infantil de Colorado (*Children's Colorado Blood Donor Center*) actualmente está aceptando donaciones de plasma para contribuir a la lucha contra el COVID-19.

- El donante tiene que haber recibido un resultado confirmado de la prueba de detección del COVID-19 y haber estado libre de síntomas durante 14 días para poder donar. Asimismo, tiene que cumplir con todos los requisitos regulatorios para donar sangre.
- Los donantes deben tener al menos 17 años.
- Si está interesado en donar, para más información, puede llamar al: (720) 777-3557 o mandar un email: convalescentplasma@childrenscolorado.org.
- Los centros de donación de sangre de Vitalant y la Cruz Roja también están recabando plasma convaleciente:
 - <https://www.vitalant.org/COVIDFree>
 - <https://www.redcrossblood.org/donate-blood/dlp/plasma-donations-from-recovered-covid-19-patients.html>
- Para más información
 - <https://coloradocovidplasma.org/>

Embarazo y lactancia materna

- [Preguntas y respuestas generales sobre el parto y la lactancia materna](#)

Cómo protegerse a sí mismo y a sus seres queridos del COVID-19

¿Qué puedo hacer para protegerme a mí mismo y proteger a mi familia de contraer el COVID-19?

- Lavarse las manos frecuente y minuciosamente con agua y jabón por al menos 20 segundos. Si no tiene agua y jabón, utilizar un desinfectante para manos con al menos un 60% de alcohol.
- Cubrirse la boca y nariz con un pañuelo al toser o estornudar, luego botar el pañuelo a la basura, o utilizar su codo interior o su manga.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
- Quedarse en casa y aislarse si está enfermo y también mantener a sus hijos en casa si están enfermos.
- Usar tapabocas de tela cuando esté fuera de su residencia y patio.
- Procurar mantener una distancia de 6 pies entre usted y personas de otra residencia.
- Limitar las interacciones sociales. Mientras más pequeño el grupo y más grande el espacio, menos el riesgo.

Distanciamiento social/físico

¿Qué es el distanciamiento social?

- El distanciamiento social sencillamente significa aumentar el distanciamiento físico entre las personas en escuelas, lugares de trabajo, eventos comunitarios y otros lugares donde se reúnen las personas. El objetivo es limitar la propagación de la enfermedad. Algunos ejemplos incluyen:
 - Evitar dar la mano ni abrazar a los demás.
 - Aumentar la distancia física entre las personas a hasta 6 pies.
 - Limitar las interacciones sociales y el tamaño de los grupos en las reuniones.
 - Permanecer en su residencia.

¿Por qué estamos practicando el distanciamiento social?

- Necesitamos limitar las interacciones en persona para detener la propagación de la enfermedad lo suficiente como para evitar que nuestro sistema de atención médica se colapse. Esto significa tener suficientes camas y equipos para que los hospitales puedan tratar a los pacientes más enfermos con el COVID-19 y continuar tratando a todas las demás personas que tengan condiciones médicas que amenazan su vida

Herramienta de apoyo para los síntomas

¿Por qué debo usar la herramienta de apoyo para mis síntomas?

- La herramienta de apoyo para síntomas le puede conectar con recursos para ayudarle con los síntomas físicos o de salud conductual que esté experimentando en estos momentos.

¿Por qué la herramienta de apoyo para síntomas pide mi información personal de salud?

- Recolectar su información de contacto, en conjunto con los datos de los síntomas que usted reporta, le permite al Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente (CDPHE, por sus siglas en inglés) brindar apoyo de seguimiento mediante mensajes de texto que indican dónde puede encontrar los recursos adecuados para controlar sus síntomas, entender las recomendaciones acerca de hacerse la prueba de detección, acceder a servicios de telesalud, además de buscar ayuda para otras necesidades. Adicionalmente, cuando usted provee su ubicación, el CDPHE puede trazar un mapa de los reportes de síntomas en todo el estado.

¿Cómo se usarán mis datos?

- Velamos por su privacidad. El CDPHE es responsable de proteger la información de salud de los habitantes de Colorado. Recopilamos información específica de salud personal de personas de la comunidad y la juntamos para así medir la salud y bienestar general del público. Su información será protegida y analizada exclusivamente por el CDPHE, los usuarios autorizados del departamento (tales como la Facultad de Salud Pública de Colorado, que utiliza los datos para modelar brotes de enfermedades) y las agencias locales de salud pública.

Pruebas de detección

¿Quién debe hacerse una prueba de detección del COVID-19 en Colorado?

- Cualquier persona que presenta síntomas se debe hacer la prueba, alejarse de los demás y cumplir las instrucciones acerca de [cómo aislarse](#). Si cree que ha sido expuesto al COVID-19, debe cumplir las instrucciones acerca de [cómo hacer la cuarentena](#) durante los 14 días después de la exposición para prevenir una posible propagación de la enfermedad. Si le interesa recibir mensajes de texto con información relacionada con el apoyo disponible a usted durante el aislamiento y/o la cuarentena, puede reportar sus síntomas mediante la [herramienta de apoyo para síntomas](#) del CDPHE. En general, no es necesario hacerse la prueba si no presenta síntomas.
- Puede encontrar la información más reciente sobre las pruebas de detección en los laboratorios estatales en este [enlace](#).
- Los pacientes pueden someterse a una prueba de detección a través de laboratorios comerciales que realizan pruebas de detección del COVID-19. Primero DEBE HABLAR POR TELÉFONO a su proveedor de

atención médica para consultar si necesita hacerse una prueba de detección y para obtener instrucciones.

¿Dónde puedo hacerme la prueba?

- Puede encontrar un mapa de centros comunitarios de detección en este [enlace](#).

¿Dónde puedo encontrar un médico? ¿Qué ocurre si no puedo encontrar un médico que ofrezca pruebas de detección?

- Los proveedores de salud no realizan las pruebas de detección del COVID-19, se realizan en laboratorios médicos. Un proveedor de atención médica o una línea de enfermería le puede ayudar al conversar con usted sobre su necesidad de hacerse la prueba o no, además de brindarle información sobre dónde puede ir para hacerse la prueba. Acuérdese de siempre contactar al proveedor de atención médica antes de llegar a un consultorio médico, clínica o sala de emergencia. Contacte a su compañía de seguro médico para encontrar a un proveedor médico. Si no tiene seguro, consulte el [sitio web del Departamento de Políticas y Financiación de Atención Médica](#).

¿Existe un costo por hacerme una prueba de detección del COVID-19?

- El día 9 de marzo, el Gobernador Jared Polis instruyó a la División de Seguros de Colorado a tomar medidas para ayudar a garantizar que los habitantes de Colorado no tuvieran que pagar precios abusivos para recibir atención médica para el COVID-19 al [requerir que la mayoría de las compañías de seguro médico proporcionen atención gratuita para el COVID-19](#).

¿Dónde me informo sobre los resultados de mi prueba de detección del COVID-19?

- La persona que solicitó por su parte la prueba de detección recibirá el resultado. Si su proveedor de atención médica solicitó la prueba de detección, él recibirá el resultado y se lo comunicará a usted.

¿Debo reportar el resultado positivo o negativo de mi prueba de detección del COVID-19 al estado o a la agencia local de salud?

- No, el COVID-19 es una condición médica de notificación obligatoria en Colorado. Esto significa que el laboratorio que procesó su prueba de detección o el proveedor de salud que lo ordenó debe reportar los resultados a las agencias de salud pública

¿Puede una persona dar negativo en una prueba de detección del COVID-19 y luego dar positivo en otra fecha?

- ⌘ En el caso que una prueba de diagnóstico PCR arroje un resultado negativo, significa que el virus que causa el COVID-19 no estuvo presente en la muestra. Esta situación se puede dar cuando la persona se hace la prueba demasiado temprano en el periodo de incubación o no hay suficiente material del virus que la prueba pueda detectar.
- ⌘ Un resultado falso negativo de la prueba PCR igualmente puede ocurrir cuando se ha recolectado la muestra de manera incorrecta o no se ha manipulado o almacenado a una temperatura adecuada.
- ⌘ En el caso del COVID-19, un resultado negativo de la prueba PCR de una muestra recolectada mientras una persona presenta síntomas, probablemente significa que el virus del COVID-19 no es la causa de la presente enfermedad.

Pruebas de anticuerpos (serológicas)

¿Qué es una prueba de anticuerpos?

- Las pruebas de anticuerpos, pruebas de sangre de anticuerpos y las pruebas serológicas se refieren a la misma prueba, la cual analiza la sangre para detectar anticuerpos, que son proteínas que combaten infecciones. Dichas pruebas pueden mostrar si usted ha tenido una infección previa de un virus.

¿Se recomiendan las pruebas de anticuerpos? ¿Por qué no?

- Según los CDC, es posible que la prueba no encuentre anticuerpos en una persona que actualmente tiene una infección de COVID-19. Depende de cuándo la persona estuvo infectada y el momento en que se realice la prueba.
- Las pruebas de anticuerpos no se pueden usar como la única manera de diagnosticar a una persona actualmente enferma del COVID-19.
- Aún no sabemos si un resultado positivo en la prueba de anticuerpos significa que uno es inmune al COVID-19.
- Las pruebas de anticuerpos pueden reaccionar con otros virus estacionales y resultar en un resultado positivo falso.

¿Qué significan los resultados de una prueba de anticuerpos de COVID-19?

- ⊄ Si se hace la prueba de anticuerpos y da un resultado positivo, significa que tiene los anticuerpos que probablemente resultaron de una infección de COVID-19 o posiblemente de una infección de un coronavirus relacionado.
- ⊄ Si se hace la prueba de anticuerpos y da un resultado negativo, es probable que no haya tenido una infección previa de COVID-19. Es posible que aún tenga una infección y aún podría enfermarse o propagar el virus a otros si se expuso recientemente. Los anticuerpos tardan de entre 1 a 3 semanas en aparecerse en la sangre, quizás más tiempo para algunas personas o incluso es posible que una persona nunca los desarrolle.

¿Quién debe hacerse la prueba de anticuerpos?

- Si presenta síntomas, necesita una prueba viral o con hisopo para confirmar si tiene COVID-19, ya que la prueba de anticuerpos por sí solo no lo puede diagnosticar.
- Si no presenta síntomas, es probable que no tenga una infección activa y no se requiere la prueba.
- Actualmente, estas pruebas se deben reservar exclusivamente para propósitos de la investigación

¿Dónde puede hacerse la prueba de anticuerpos?

- Las pruebas de anticuerpos se están haciendo disponibles paulatinamente a través de los proveedores médicos. Muchas compañías están distribuyendo pruebas rápidas de anticuerpos, además hay algunas que se están comercializando como pruebas rápidas con resultados en el punto de atención.

Viajes

¿Se puede viajar durante la pandemia del COVID-19?

- No se recomiendan los viajes no esenciales; igualmente, ciertos tipos de viajes pueden presentar mayor riesgo.
- Los viajes en avión pueden ser más arriesgados debido a que el tiempo que pasa haciendo fila y en las terminales puede dificultar practicar el distanciamiento. Es posible que tenga que sentarse cerca de otras personas durante periodos extendidos de tiempo y que no todos usen tapabocas. El virus no

se propaga fácilmente en los vuelos debido a la manera en que se circula y filtra el aire, sin embargo, los virus en las superficies de contacto frecuente en las terminales y los aviones pueden aumentar el riesgo de exponerse mediante estas superficies.

- Un viaje en auto cuidadosamente planificado a un hotel o casa vacacional puede ser menos arriesgado, ya que se puede limitar la cantidad de interacción con personas de otras residencias.
- Para cualquier viaje, considere lo que hará en caso de enfermarse durante el viaje. Siempre debe informarse de las restricciones en el área de destino.
- Consulte la [página web de los CDC para los viajes](#) para obtener más información.

El agua y el COVID-19

Para más información acerca del COVID-19 en el agua para consumo y aguas negras, consulte este [enlace](#).