

# PREGUNTAS FRECUENTES

## INFECCION COVID-19

### **¿Qué son los coronavirus?**

Los coronavirus son una familia de virus que causan diversas enfermedades de vías respiratorias en humanos. Causan desde el resfriado común hasta el SARS o síndrome respiratorio agudo severo. Un coronavirus llamado SARS-CoV-2 causa la enfermedad conocida como COVID-19. Los virus de esta familia también pueden causar varias enfermedades en diferentes animales, como perros, gatos, aves, cerdos y roedores. Diferentes virus de la familia pueden afectar a diferentes especies.

### **¿Cuáles fueron los primeros reportes de la enfermedad ahora conocida como COVID-19 y qué curso ha seguido esta enfermedad?**

Desde finales de diciembre de 2019, se reportaron casos de una infección respiratoria en personas de la ciudad de Wuhan en el centro de China

. Durante el estudio de algunos casos graves de neumonía, se identificó un nuevo coronavirus que no había sido descrito previamente como causante de enfermedad en humanos. El virus se conoce ahora como SARS-CoV-2 (antes, 2019-nCoV). La enfermedad que causa este coronavirus ha sido llamada COVID-19. En un principio, las personas afectadas tenían en común trabajar o haber visitado un mercado de alimentos en China. Sin embargo, después de haber sido confirmada la transmisión de persona a persona, el SARS-CoV-2 se ha extendido, prácticamente, a todo el del mundo.

### **¿En qué se diferencia COVID-19 de una gripa o resfriado común?**

COVID -19 cursa más frecuentemente con fiebre, tos y dificultad para respirar. En gripes habituales o resfriado común, los síntomas más frecuentes son escurrimiento nasal, congestión nasal o dolor de garganta. COVID-19 es una enfermedad más grave.

## FORMAS DE CONTAGIO Y PROPAGACION

### **¿Cómo se contagia la infección?**

La enfermedad por el virus causante de COVID-19 se transmite de una persona infectada a otras:

- a través de las pequeñas gotas que expulsa un enfermo al toser y estornudar que pueden respirarse o, más comúnmente, depositarse en superficies como en las manos, caras, ropa y objetos como teléfonos celulares o muebles
- al abrazar, besar y/o tocar o estrechar la mano de una persona enferma
- al tocar un objeto o superficie contaminada con el virus y luego llevarse las manos sucias a boca, nariz u ojos.

## **PERSONAS CON MAYOR RIESGO DE INFECCION Y GRAVEDAD**

### **¿Quiénes tienen un mayor riesgo de presentar infecciones graves?**

Hay diferentes personas que tienen mayor riesgo de infecciones graves. Si tienes contacto con algún grupo de riesgo, es necesario que acates las medidas de seguridad. Es importante saber que hay que acudir al médico si presentas síntomas y, además, perteneces a alguno de los siguientes grupos:

- personas de 60 años y más
- personas que padecen enfermedades como hipertensión, obesidad y diabetes
- mujeres embarazadas
- menores de cinco años
- personas especialmente susceptibles a infecciones, por ejemplo, aquellos con diagnóstico de cáncer, infección por VIH, insuficiencia renal, cirrosis, receptores de trasplante, enfermedades reumatológicas como lupus, artritis reumatoide, entre otras y personas que se tratan con medicamentos esteroides o quimioterapia
- personas con diagnóstico de enfermedades pulmonares como enfisema, bronquitis crónica, o asma

## **PREVENCION DEL CONTAGIO Y PROPAGACION DE LA INFECCION**

### **¿Qué medidas debo adoptar para prevenir la enfermedad por COVID-19?**

Las medidas para prevenir COVID-19 están diseñadas para protegerte. Llevándolas a cabo, también proteges a tu familia y amigos. Adopta las siguientes medidas:

- Lava tus manos con agua y con jabón por al menos 20 segundos de manera frecuente. Sobre todo, al llegar a casa, antes de comer, después de ir al baño y después de tener contacto con cualquier persona
- El lavado de manos es preferible, pero si no puedes lavar tus manos con agua y jabón, realiza higiene de manos con gel que contenga al menos 60% de alcohol
- No salgas de casa a menos que sea indispensable. Si es indispensable, es necesario que realices trayectos lo más cortos posibles y sin paradas innecesarias
- Evita acudir a lugares concurridos
- Evita ir al médico si no es urgente
- Mantén una sana distancia con otras personas. Haz lo posible por mantener una distancia aproximada de dos metros con las otras personas. Esto es especialmente importante fuera de casa, como al hacer filas mientras esperas turno en alguna tienda de víveres.
- Evita saludar de mano o de beso, incluso a los miembros de tu familia y tu hogar
- Evita tocarte la cara, ojos, nariz y boca
- Tose o estornuda en el ángulo interno del codo, si estornudas o toses en un pañuelo desechable, lo debes de desechar a la brevedad en una bolsa de plástico o bote de basura con bolsa de plástico y tapa, y realizar higiene de manos
- No escupas en la calle o dentro de cualquier inmueble
- Limpia con cloro las superficies de casa que frecuentemente tocas con las manos (mesas, perillas, manijas, llaves de agua, interruptores eléctricos, teléfono celular, pisos, paredes). Los platos, cubiertos y trastes no se limpian con cloro.
- Para preparar una solución de cloro diluye 20 mililitros de un producto comercial de cloro en un litro de agua. Es muy importante que no agregues nada al agua con cloro ya que pueden generarse compuestos tóxicos. Ventila tu casa después de limpiar
- Lava los trastes con agua y con jabón

### **¿Debo usar cubrebocas cuando salgo de casa?**

Puedes utilizar cubrebocas al salir de casa, sobre todo si acudirás a un lugar en donde habrá más personas. Evita usar cubrebocas quirúrgicos y del tipo N95 ya que ese equipo debe ser utilizado sólo por personal médico. Puedes fabricar mascarillas con ropa de al-

godón como camisetas. Evita comprar cubrebocas en exceso. Recuerda que el cubrebocas solamente es efectivo si acatas las medidas de lavado de manos y distanciamiento así que no te confíes.

### **¿Me puedo contagiar de una persona que no tiene síntomas?**

Si es posible contagiar el virus antes de que haya síntomas. Por eso, se deben seguir todas las medidas de prevención.

### **¿Las mascotas pueden contagiar la infección?**

Es posible que los gatos domésticos pudieran contagiarse de la enfermedad, sin embargo, hasta la fecha no hay pruebas de que un perro, un gato o cualquier mascota pueda transmitir COVID-19 a una persona. Para protegerse, hay que realizar lavado de manos frecuentemente, incluso después de convivir con animales.

### **¿Cuánto tiempo sobrevive el virus fuera del cuerpo?**

No se sabe con certeza cuánto tiempo sobrevive el virus causante de COVID-19 en una superficie, pero parece comportarse como otros coronavirus. Los estudios realizados indican que los coronavirus pueden permanecer en una superficie desde unas pocas horas hasta varios días. El tiempo depende de diferentes condiciones, por ejemplo, el tipo de superficie (puede permanecer más tiempo en acero y plástico), la temperatura o la humedad del ambiente. Si crees que una superficie pudiera estar contaminada, límpiala con un desinfectante común o bien con una solución con cloro. Después de la limpieza, evite tocarse la cara, ojos, nariz y boca, y realice lavado de manos con agua y jabón por al menos 20 segundos.

### **¿Una persona que falleció por COVID-19 puede transmitir la enfermedad? ¿Se puede hacer necropsia?**

La enfermedad se transmite por contacto así que en caso de que el enfermo haya fallecido por COVID-19, es posible que su piel o su ropa tengan partículas de virus que puedan contagiar. Es muy importante que los cuidados al cuerpo sean brindados por personal capacitado. Para cuidar tu salud, es muy importante que evites tocar, besar o abrazar el cuerpo de tu familiar. Es posible hacer necropsias, las instancias internacionales ya han dictado las normas y procedimientos necesarios para realizar autopsias seguras.

### **En México hay mucha gente con diabetes, obesidad e hipertensión arterial. ¿Nuestro país es más vulnerable por eso?**

Es cierto. En nuestro país hay muchas personas que padecen estas enfermedades crónicas. Es necesario que todos acatemos las medidas recomendadas para proteger a los más vulnerables. Es muy pronto para decir que México es más vulnerable por su población que otros países. Esos datos estarán disponibles una vez que superemos esta pandemia.

## **SOSPECHA DE LA ENFERMEDAD**

### **¿Cuáles son los síntomas de la infección COVID-19?**

Hay diferentes síntomas que se deben conocer. Una persona con COVID-19 no necesariamente presenta todos los síntomas. Tos, fiebre y dolor de cabeza son síntomas comunes. Es posible que además exista dolor de garganta, ojo rojo, escurrimiento nasal, dolor de articulaciones y muscular, pérdida o disminución del olfato y malestar general. Estos síntomas pueden ser presentarse en muchas enfermedades diferentes al COVID-19, sin embargo, en caso de presentarlos se recomienda sospechar COVID-19 y guardar las medidas de aislamiento en casa o bien, acudir a valoración médica solamente en caso necesario.

## **CONDUCTA ANTE LA ENFERMEDAD**

### **¿Qué debo hacer si tengo síntomas leves de la infección?**

Lo más importante es quedarte en casa. Es necesario que se adopten medidas para prevenir contagios dentro de casa y proteger tu salud y la de aquellos que te rodean. De ser posible, se deben de adoptar las siguientes medidas:

- Quédate en casa. Solo debes de salir si es necesaria una valoración médica
- Busca atención médica en caso de que:
  1. presentes fiebre que no ceda en 72 horas, dificultad para respirar, falta de aire, cansancio extremo al caminar o hacer movimientos, incapacidad para comer, somnolencia y/o dolor torácico intenso.
  2. Tengas molestias y pertenezcas a alguno de los siguientes grupos: personas de 60 años y más, personas que viven con enfermedades como hipertensión o diabetes, mujeres embarazadas, menores de cinco años, personas que viven con cáncer o VIH, personas inmunosuprimidas
- En casa, usa solamente un cuarto y baño. Únicamente tú debes de usar ese cuarto y ese baño

- Usa cubrebocas al salir de casa y al estar en casa si es que estarás en contacto con alguien más
- No recibas visitas
- Pide a tu familia que use cubrebocas al entrar a tu cuarto y usen cubrebocas y guantes al momento de tocar objetos tuyos o asistirte para cualquier tarea
- Estornuda y tose en el ángulo interno del codo. En caso de estornudar o toser en un pañuelo desechable, es necesario tirarlo a la basura a la brevedad en un bote que tenga una bolsa de plástico y tapa
- Lava frecuentemente tus manos aun agua y con jabón por al menos 20 segundos
- Limpiar con cloro las superficies de tu cuarto y tu baño (mesas, perillas, manijas, llaves de agua, interruptores eléctricos, teléfono celular, pisos, paredes). Los platos, cubiertos y trastes no se limpian con cloro. Para preparar una solución de cloro diluye 20 mililitros de un producto comercial de cloro en un litro de agua. Es muy importante que no agregues nada al agua con cloro ya que pueden generarse compuestos tóxicos. Ventila tu cuarto y baño después de limpiar
- Permite que tu familia limpie el resto de la casa
- No compartas ropa, trastes, cubiertos, toallas ni cualquier otro artículo con las personas que viven en tu casa
- De ser posible, limpia tus propios artículos y las superficies con las que haya estado en contacto
- En caso de que el baño sea compartido, es necesario limpiar el baño después de que lo hayas utilizado y esperar el mayor tiempo posible antes de usarlo nuevamente. Si tu familia va a limpiar el baño, debe de usar cubrebocas y guantes

### **¿Cuándo es necesario acudir a valoración médica?**

En la mayoría de los casos, la enfermedad por COVID-19 resuelve de manera gradual guardando reposo y aislamiento. Una proporción pequeña de personas requiere valoración médica y tratamiento hospitalario. Las personas que ameritan una valoración médica son aquellas que presenten fiebre que no ceda en 72 horas, dificultad para respirar, falta de aire, cansancio extremo al caminar o hacer movimientos, incapacidad para comer, somnolencia y/o dolor torácico intenso.

También es necesario acudir a valoración médica en caso de presentar síntomas y pertenecer a alguno de los siguientes grupos:

- personas de 60 años y más

- personas que padecen enfermedades como hipertensión o diabetes
- mujeres embarazadas
- menores de cinco años
- personas especialmente susceptibles a infecciones, por ejemplo, aquellos con diagnóstico de cáncer, infección por VIH, insuficiencia renal, cirrosis, receptores de trasplante, enfermedades reumatológicas como lupus, artritis reumatoide, entre otras y personas que se tratan con medicamentos esteroides o quimioterapia.
- Personas con diagnóstico de enfermedades pulmonares como enfisema, bronquitis crónica, EPOC o asma

### ¿Por qué no debo acudir a valoración médica si mis síntomas no son graves?

En la mayoría de los casos, la enfermedad por COVID-19 se resolverá sin necesidad de tratamiento o consulta médica. Es necesario reservar las salas de urgencias y los tratamientos para los casos graves con el fin de no saturar los hospitales y consultorios de tal manera que se pueda brindar atención a aquellos que realmente la necesitan. Evita salir de tu casa si no es indispensable.

### Si lo requiero, ¿a dónde puedo acudir?

La secretaría de salud cuenta con una aplicación móvil llamada COVID-19MX. En la aplicación encontrarás un listado de centros que brindan atención de salud. Te recomendamos comunicarte a los teléfonos publicados en <https://coronavirus.gob.mx/contacto/#directorio> para que preguntes cual es el centro de atención COVID-19 más cercano a tu localidad. En caso de no contar con internet, podemos brindarte el teléfono correspondiente a tu estado.

ESTADO	TELÉFONO ASESORÍA COVID 19
Aguascalientes	449 910 7900 Ext. 7133
Baja California	<u>686 304 8048</u> 664 108 2528 646 239 0955 646 947 5408
Baja California Sur	612 199 5386 624 228 6855
Campeche	911
Coahuila	911

ESTADO	TELÉFONO ASESORÍA COVID 19
Colima	800 337 2583 800 DE SALUD
Chiapas	800 772 2020 961 607 7674
Chihuahua	614 4293 300 Ext. 10004 *911
Ciudad de México	555 658 1111 o envía un SMS con la palabra <b>covid19</b> al <b>51515</b>
Durango	618 137 7306 618 325 1573 618 134 7042
Guanajuato	800 627 2583 911
Guerrero	747 47 118 63
Hidalgo	771 719 4500
Jalisco	333 823 3220
Estado de México	800 900 3200
Michoacán	800 123 2890
Morelos	777 314 3336
Nayarit	311 217 9556 911
Nuevo León	818 361 0058 070 911
Oaxaca	951 516 1220 951 516 8242
Puebla	800 420 5782 911
Querétaro	492 101 5205
Quintana Roo	800 832 9198
San Luis Potosí	800 123 8888
Sinaloa	667 713 0063
Sonora	662 216 2759
Tabasco	800 624 1774



ESTADO	TELÉFONO ASESORÍA COVID 19
Tamaulipas	834 318 6320 834 318 6321
Tlaxcala	911
Veracruz	800 123 456
Yucatán	999 9303 050 Ext. 45042 911
Zacatecas	800 YO SALUD

### ¿Por qué no me harán la prueba si tengo síntomas?

En este momento, la prueba está reservada para aquellos que ameriten una valoración médica, es decir, los pacientes que tienen datos de gravedad. Si tienes síntomas leves el tratamiento es reposo y aislamiento en casa. El tratamiento es el mismo aún si te realizaran la prueba y fuera positiva.

## ENFERMOS EN CASA

### Si vivo con alguien que tiene la infección, ¿tengo más riesgo de infectarme?

Vivir en un hogar con alguien que tiene COVID-19, puede implicar un mayor riesgo de infección para los habitantes de la casa. Es necesario adoptar una serie de medidas importantes para disminuir la posibilidad de contagio.

### Si vivo con alguien que tiene la infección, ¿qué debo de hacer para disminuir el riesgo de contagio y cuidar mi salud?

Es necesario que se adopten medidas para prevenir contagios dentro de casa. De ser posible, se deben de adoptar las siguientes medidas:

- Dormir en cuartos separados
- Utilizar baños distintos
- Salir de casa únicamente para necesidades básicas tuyas y de la persona con COVID-19
- No recibir visitas
- Realizar lavado de manos de manera frecuente, sobre todo después de entrar en contacto con objetos de la persona con COVID-19
- Evitar tocarse la cara, ojos, nariz y boca

- Usar guantes y cubrebocas desechables al momento de atender a la persona con COVID-19. Al momento de retirarlos, deberá hacerlo en el siguiente orden:
  1. Retirar los guantes y desecharlos en un bote de basura que tenga una bolsa de plástico y tapa
  2. Lavado de manos con agua y jabón por al menos 20 segundos
  3. Retirar el cubrebocas teniendo precaución de no tocar la parte delantera y desecharlo
  4. Lavado de manos con agua y jabón por al menos 20 segundos.
- No compartir ropa, trastes, cubiertos, toallas ni cualquier otro artículo con la persona con COVID-19
- Limpiar con cloro las superficies de casa que frecuentemente tocas con las manos (mesas, perillas, manijas, llaves de agua, interruptores eléctricos, teléfono celular, pisos, paredes). Los platos, cubiertos y trastes no se limpian con cloro. Para preparar una solución de cloro diluye 20 mililitros de un producto comercial de cloro en un litro de agua. Es muy importante que no agregues nada al agua con cloro ya que pueden generarse compuestos tóxicos. Ventila tu casa después de limpiar
- De ser posible, la persona con COVID-19 deberá limpiar sus propios artículos y las superficies con las que haya estado en contacto
- La ropa de la persona con COVID-19 se puede lavar con la ropa de las demás personas del hogar, pero es necesario no agitar la ropa sucia al momento de lavarla
- Lavar los trastes con abundante agua y jabón
- Lava frecuentemente tus manos aun agua y con jabón por al menos 20 segundos
- Limpiar con cloro las superficies de tu cuarto y tu baño (mesas, perillas, manijas, llaves de agua, interruptores eléctricos, teléfono celular, pisos, paredes). Los platos, cubiertos y trastes no se limpian con cloro. Para preparar una solución de cloro diluye 20 mililitros de un producto comercial de cloro en un litro de agua. Es muy importante que no agregues nada al agua con cloro ya que pueden generarse compuestos tóxicos. Ventila tu cuarto y baño después de limpiar
- Si es posible, permite que tu familiar enfermo limpie su cuarto y su baño
- No compartas ropa, trastes, cubiertos, toallas ni cualquier otro artículo con las personas que viven en tu casa
- En caso de que el baño sea compartido, es necesario lavar el baño después de que tu familiar con COVID-19 lo haya utilizado y esperar el mayor tiempo

posible antes de usarlo nuevamente. Si tu vas a limpiar el baño, debes de usar cubrebocas y guantes.

### **Tengo COVID-19. ¿Por qué me mandaron a casa y no me hospitalizaron?**

En la mayoría de los casos, la enfermedad es leve y puede resolver en casa llevando los cuidados adecuados. Si te enviaron a casa, es porque no encontraron datos graves en la evaluación médica. Solamente deben de hospitalizarse aquellas personas que tienen formas graves de la enfermedad. Es importante reservar las camas de hospital a aquellos que realmente lo necesitan. En caso de que los síntomas empeoren, es necesario que acudas nuevamente a valoración médica.

### **¿Cada cuanto tengo que ir al médico para revisar mi evolución?**

La mayoría de las veces no es necesario que regreses al médico para una nueva revisión. Te recomendamos que acudas nuevamente al médico si los síntomas empeoran o bien si el médico te indicó que regresaras a una nueva cita. Si es posible, comunícate por teléfono con tu médico para evitar salir de casa.

### **Tengo COVID-19. ¿Qué puedo hacer para cuidar mi salud y la de mi familia?**

Es necesario que se adopten medidas para prevenir contagios dentro de casa y proteger tu salud y la de aquellos que te rodean. De ser posible, se deben de adoptar las siguientes medidas:

- Quédate en casa. Solo debes de salir si es necesaria una valoración médica
- Busca atención médica en caso de que:
  1. presentes fiebre que no ceda en 72 horas, dificultad para respirar, falta de aire, cansancio extremo al caminar o hacer movimientos, incapacidad para comer, somnolencia y/o dolor torácico intenso.
  2. Tengas molestias y pertenezcas a alguno de los siguientes grupos: personas de 60 años y más, personas que viven con enfermedades como hipertensión o diabetes, mujeres embarazadas, menores de cinco años, personas que viven con cáncer o VIH, personas inmunosuprimidas
- Usa solamente un cuarto y baño. Únicamente tú debes de usar ese cuarto y ese baño
- Usa cubrebocas al salir de casa y al estar en casa si es que estarás en contacto con alguien más
- No recibas visitas

- Pide a tu familia que use cubrebocas al entrar a tu cuarto y usen cubrebocas y guantes al momento de tocar objetos tuyos o asistirte para cualquier tarea
- Estornuda y tose en el ángulo interno del codo. En caso de estornudar o toser en un pañuelo desechable, es necesario tirarlo a la basura a la brevedad en un bote que tenga una bolsa de plástico y tapa
- Lava frecuentemente tus manos con agua y con jabón por al menos 20 segundos
- Limpiar con cloro las superficies de tu cuarto y tu baño (mesas, perillas, manijas, llaves de agua, interruptores eléctricos, teléfono celular, pisos, paredes). Los platos, cubiertos y trastes no se limpian con cloro. Para preparar una solución de cloro diluye 20 mililitros de un producto comercial de cloro en un litro de agua. Es muy importante que no agregues nada al agua con cloro ya que pueden generarse compuestos tóxicos. Ventila tu cuarto y baño después de limpiar
- Permite que tu familia limpie el resto de la casa
- No compartas ropa, trastes, cubiertos, toallas ni cualquier otro artículo con las personas que viven en tu casa
- De ser posible, limpia tus propios artículos y las superficies con las que haya estado en contacto
- En caso de que el baño sea compartido, es necesario lavar el baño después de que lo hayas utilizado y esperar el mayor tiempo posible antes de usarlo nuevamente. Si tu familia va a limpiar el baño, debe de usar cubrebocas y guantes

### **Tengo COVID-19. ¿Cuándo puedo finalizar mi aislamiento?**

Puedes terminar tu aislamiento cuando cumplas las siguientes condiciones:

- No has tenido fiebre en los últimos 3 días y no has usado ningún medicamento para fiebre o dolor
- Los síntomas han mejorado sustancialmente
- Han pasado más de 7 días desde que iniciaste con síntomas

A menos de que un médico lo indique, no es necesario hacerte una prueba para finalizar tu aislamiento.

### **¿Cuándo será posible salir de casa y retomar las actividades diarias?**

Por el momento no hay una fecha establecida. Todo depende del apego que tengamos a las medidas recomendadas por las autoridades. Es necesario estar pendiente de los comunicados oficiales y no difundir noticias falsas o rumores.

## TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN

### **¿Cuál es el tratamiento de COVID-19?**

Hoy en día, no existe un tratamiento cien por ciento efectivo para COVID-19. El tratamiento disponible para COVID-19 es diferente dependiendo de cada paciente y caso particular. Para casos leves, únicamente se recomienda reposo y aislamiento en casa. Hay que tener cuidados especiales en casa para proteger a tu familia y a los contactos.

El tratamiento de los casos graves debe de ser indicado por un médico. Es muy importante que evites automedicarte.

### **¿Si tengo la infección y síntomas leves, debo tomar medicamentos como cloroquina, hidroxiclороquina, azitromicina, claritromicina, antivirales o antibióticos?**

No. En caso de enfermedad leve no debes consumir esos medicamentos. Esos medicamentos deben de ser recetados por un médico ya que pueden tener muchas interacciones y pueden generar efectos secundarios si no se toman de manera adecuada. Aún si has comprado ya los medicamentos, te recomendamos que no los consumas sin supervisión médica.

### **¿Puedo tomar antiinflamatorios como ibuprofeno, para las molestias?**

Es muy importante no automedicarse. Si tienes síntomas que sugieran la posibilidad de infección COVID-19, debes acatar las recomendaciones de aislamiento o acudir a valoración en caso de que presentes datos de alarma.

Si bien han existido rumores sobre la posibilidad de empeoramiento con el uso de este tipo de medicamentos (antiinflamatorios como ibuprofeno), hoy en día muchas agencias internacionales en salud, como la OMS, reconocen que no hay evidencia de ello. Mas aún, las personas que toman estos medicamentos en forma crónica y por prescripción médica, no deben suspenderlo.

### **¿Dónde puedo conseguir medicamentos para el tratamiento de COVID-19?**

Únicamente un médico puede recetar medicamentos para COVID-19. Evita automedicarte y comprar medicamentos que no te hayan sido recetados. A la fecha, no hay medicamentos que puedan prevenir o curar la infección. Se están llevando a cabo muchos estudios a este respecto. Evita comprar víveres y medicamentos en exceso pues hay personas que los necesitan más que tú.

### **¿Cómo saber si una persona se curó del todo?**

Generalmente, a medida que las molestias van desapareciendo, es posible pensar que el enfermo está empezando a curarse. Por otra parte, no es raro que ya no se detecte virus y el paciente siga con pequeñas molestias (esto es algo frecuente en las enfermedades infecciosas). La única manera de estar completamente seguros de que una persona ya no tiene coronavirus es que no tenga síntomas y tenga dos pruebas para coronavirus negativas. No a todos se les hace una prueba para cerciorarse de que están curados ya que con la resolución de los síntomas suele ser suficiente. El médico es el encargado de decidir si se hacen pruebas para comprobar la curación. La decisión de hacer pruebas para comprobar la ausencia de virus varía con cada caso.

### **¿Ya existe una vacuna contra COVID-19?**

Aún no. La Organización Mundial de la Salud está coordinando los esfuerzos dirigidos a desarrollar vacunas para prevenir la infección. Las autoridades notificarán cuando exista una vacuna disponible. Es muy poco probable que exista una vacuna efectiva en los próximos 6 meses. En caso de requerirlo, también vacúnate contra la influenza todos los años.

### **¿Qué es el plasma convaleciente y como ayudaría a los enfermos?**

El plasma es una parte de la sangre que es posible extraer en los bancos de sangre. El plasma convaleciente es plasma de personas que han tenido COVID-19 y se han curado. Al transfundir plasma convaleciente, se transfunden anticuerpos que circulan en la sangre y que pueden ayudar a tratar diferentes enfermedades infecciosas. Actualmente no se trata de un tratamiento aprobado, pero se están llevando a cabo estudios para establecer la efectividad de esta terapia.

### **¿Qué está haciendo el Instituto para combatir esta pandemia?**

El Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán realiza diferentes acciones para combatir la pandemia por COVID-19. El instituto es un centro de referencia de atención a pacientes. Dentro del Instituto damos atención de calidad a los enfermos con COVID-19. El instituto mantiene una capacitación continua de su personal con el fin de formar recursos humanos capaces de hacer frente a la problemática de salud del país, incluida la pandemia por COVID-19. De la misma manera, dentro del Instituto se llevan a

cabo diferentes protocolos de investigación para contribuir al conocimiento científico que permita establecer cuál es el mejor tratamiento para el COVID-19.

## **MAS INFORMACION**

### **¿Qué otros sitios puedo consultar?**

<https://www.incmnsz.mx/opencms/>

<https://coronavirus.gob.mx>

<https://www.salud.cdmx.gob.mx>

<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>

<https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/index.html>

Video lavado de manos: <https://youtu.be/B4y7RVgyL9w>