

Lo que sabemos sobre la COVID-19

COVID-19

La COVID-19 es una enfermedad respiratoria ocasionada por un nuevo coronavirus. El impacto a largo plazo de la COVID-19 es aún desconocido.

Transmisión

La COVID-19 se propaga mediante gotas respiratorias, con mayor frecuencia entre personas, y puede propagarse antes de que se presenten los síntomas.

La COVID-19 se puede propagar:

- Mediante abrazos y besos
- Cuando las personas se reúnen, platican, ríen, cantan, estornudan o tosen
- Cuando las personas conversan durante más de 15 minutos sin respetar la distancia física
- Al tocar la boca, nariz u ojos después de haber tocado superficies contaminadas con el virus

La transmisión por aire no es el medio de propagación más común de la COVID-19 aunque se puede propagar mediante los aerosoles generados durante los procedimientos médicos o dentales. La COVID-19 no se propaga por el aire de los centros comunitarios, sistemas de ventilación o por el agua.

Síntomas

Los síntomas comunes de la COVID-19 incluyen fiebre, tos, dificultad para tragar, dolor de garganta, escurrimiento nasal, pérdida del sentido del gusto o del olfato, náusea, vómito, diarrea y dificultad para respirar. Los síntomas pueden tardar hasta 14 días en presentarse. Los adultos mayores y los niños también pueden presentar síntomas como escalofríos, dolor de cabeza, dormir más de lo habitual, desorientación, confusión, dolores musculares, mareos, debilidad o caídas.

Complicaciones posibles

Los adultos mayores y las personas con problemas de salud tienen un mayor riesgo de enfermar de gravedad o de requerir atención hospitalaria. En pocas ocasiones algunos niños pueden desarrollar una enfermedad inflamatoria inusual. Busque atención médica de inmediato si la condición de un niño no mejora o si presenta erupciones, fiebre de larga duración, irritación de los ojos y/o inflamación de manos o pies.

Pasos para mantener la seguridad

- Limite sus salidas no esenciales del hogar.
- Quédese en casa si no se siente bien.

Revisado 8 de octubre del 2020

- Mantenga una distancia de dos metros entre las demás personas y use cubrebocas.
- Lave sus manos con frecuencia o use gel desinfectante.
- Evite tocar su cara antes de lavarse las manos.
- Cubra su tos o estornudo con el codo o con un pañuelo desechable.
- Limpie y desinfecte las superficies de contacto.
- Descargue la aplicación [COVID alert mobile app](#).

Cubrebocas y protección facial

Los [estatutos para el uso de cubrebocas](#) de Toronto requieren que todas las personas usen cubrebocas o protección facial en el interior de los lugares públicos. TTC ha implementado estatutos similares. A partir del 3 de octubre del 2020, el uso de cubrebocas es obligatorio al interior de todos los lugares y vehículos públicos en Ontario. El uso del cubrebocas puede reducir la propagación de la COVID-19. Es importante seguir practicando la distancia física, el lavado frecuente de manos y quedarse en casa si se enferma.

Qué hacer si tiene síntomas

Si tiene uno más síntomas de COVID-19, o si estuvo en contacto cercano con alguna persona con diagnóstico de COVID-19, [debe realizarse la prueba](#). Obtenga una cita en el [centro de evaluación](#) cercano a usted. Debe quedarse en casa y aislarse mientras espera el resultado de su prueba.

[Aislarse](#) significa quedarse en casa debido a que usted puede contagiar a otras personas. No debe salir, ir a lugares públicos o usar el transporte público. Haga sus compras en línea o llame a un amigo para que le compre provisiones. Llame a su proveedor de salud si necesita controlar sus síntomas. Debe llamar al 911 si usted o alguna otra persona tiene dificultad para respirar.

Ventilación o flujo de aire

El flujo de aire adecuado puede ayudar a reducir la propagación de COVID-19. Para asegurar el flujo de aire adecuado en su hogar:

- Abra ventanas y puertas, si es seguro o posible.
- Mantenga los sistemas de calefacción y aire acondicionado en buen estado.
- Use el filtro de mayor eficiencia que sea compatible con su calentador, acondicionador de aire, etc.
- Si usa ventiladores de techo o portátiles, asegúrese de que la rotación del flujo de aire vaya hacia arriba.
- Mantenga el área que rodea las ranuras de ventilación libre de muebles, etc.

No se cuenta con evidencia que demuestre que los limpiadores de aire portátiles pueden prevenir la propagación de la COVID-19, pero una buena ventilación en los espacios interiores puede ayudar. Los limpiadores de aire portátiles pueden ser útiles en áreas sin buena ventilación, por ejemplo, en habitaciones pequeñas sin ventanas.

Protéjase de fraudes y engaños

No compre productos que aseguren protección contra la COVID-19. No existen medicamentos aprobados para la prevención de la COVID-19. No comparta información personal con desconocidos. El personal de Toronto Public Health nunca le solicitará el número de su tarjeta de crédito o de su seguro social.

Más información

Visite nuestro sitio web toronto.ca/COVID19 o llame al 416-338-7600.