

COVID-19, información para el paciente

Hoja informativa sobre enfermedades infecciosas de los médicos especializados en el control de enfermedades infecciosas

¿Por qué he recibido esta información?

Los test han demostrado que tienes COVID-19, una infección causada por el coronavirus SARS-CoV-2.

¿Qué es el COVID-19?

El COVID-19 es una infección viral que presenta con frecuencia síntomas leves tales como catarro, dolor de garganta, tos y fiebre, pero en algunas personas los síntomas son más graves, como pueden ser dificultades respiratorias, y necesitan recibir atención sanitaria en un hospital. Otros síntomas del COVID-19 son dolores musculares, dolor de cabeza, cansancio, alteración del olfato y el gusto y malestar estomacal con diarreas.

¿Cómo se contagia el COVID-19?

El COVID-19 se contagia, en primer lugar, en los casos de contactos estrechos entre personas a través de gotas provenientes de las vías respiratorias. Cuando una persona infectada estornuda, tose, habla o espira, propaga gotas o gotículas en su entorno. El contagio se produce cuando esas gotas o gotículas penetran en el cuerpo tanto al inspirar como al tocarnos los ojos o las mucosas nasales o bucales con las manos sucias.

Una persona infectada puede contagiar a otras, incluso antes de que comience a presentar síntomas. El tiempo que transcurre entre el contagio y el desarrollo de la enfermedad (período de incubación) varía entre 2 y 14 días, aunque es más frecuente que aparezcan a los 3 o 4 días.

¿Durante cuánto tiempo puedo contagiar a otros?

El período en que se puede contagiar puede variar de persona a persona. Las personas que se enferman de gravedad suelen contagiar durante un período más prolongado que las personas enfermas con síntomas leves.

- Puedes contagiar a otros durante al menos 5 días desde el momento en que presentaste síntomas. Si no has mejorado en general y tienes fiebre durante los últimos dos días, es posible que puedas contagiar a otras durante un período mayor de 5 días. Si solo persisten síntomas leves tales como tos de garganta y alteración del olfato y el gusto, dejarás de contagiar después de 5 días. Si te han realizado un test a pesar de no presentar síntomas, deberás contar 5 días desde la fecha en que se hizo el test.
- Excepciones: si formas parte del **personal de asistencia y cuidados sanitarios, y no estás vacunado con al menos tres dosis**, se considera que puedes contagiar durante al menos 7 días desde la fecha en que contrajiste la enfermedad. Si te han realizado un test a pesar de no presentar síntomas, deberás contar 7 días desde la fecha en que se hizo el test.
- Si vives **en una residencia especial para personas mayores o estás internado en un hospital**, tu médico puede darte información acerca de durante cuánto tiempo puedes contagiar a otras personas. Esto también es aplicable si presentas **inmunodeficiencia grave**.

¿Que debo hacer para proteger a otras personas y evitar que se contagien?

- Se recomienda que te quedes en casa y evites los contactos estrechos con otras personas mientras puedas contagiar.
- Si trabajas en el área de la asistencia y los cuidados sanitarios, se recomienda que informes a tu empleador.

Rastreo del contagio – ¿Qué significa?

El rastreo del contagio debe realizarse en la asistencia y cuidados sanitarios en el lugar en que hay personas que corren el riesgo de enfermarse gravemente de COVID-19. Por eso, tienes la obligación de colaborar en el rastreo del contagio, cuyo objeto es identificar e informar a esas personas que pueden haber estado expuestas al contagio en la asistencia y los cuidados sanitarios.

¿Qué debo hacer si necesito atención médica por causa del COVID-19 u otra enfermedad?

- Llama al número de teléfono 1177 si necesitas asesoramiento sobre la asistencia médico-sanitaria. En ese caso, vas a recibir ayuda para evaluar los síntomas o te dirán dónde puedes solicitar asistencia sanitaria.
- Si necesitas solicitar asistencia sanitaria, es importante que primero llames por teléfono y no vayas directamente a un consultorio. Es para evitar contagiar a otros en el consultorio. Cuando llames por teléfono vas a recibir instrucciones sobre lo que debes hacer.
- Si te enfermas y corres peligro de vida, llama al 112.