

Educación para el paciente: Enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) (Conceptos Básicos)

[Redactado por los médicos y editores de UpToDate](#)

There is a newer version of this topic available in [English](#). Hay una versión de este artículo más actualizada disponible en [Inglés](#).

¿Qué es el COVID-19?

La enfermedad por coronavirus 2019, o "COVID-19", es una infección ocasionada por un virus específico llamado SARS-CoV-2. Apareció por primera vez a fines de 2019 en la ciudad de Wuhan, en China. Las personas que padecen COVID-19 pueden tener fiebre, tos y dificultad para respirar. Los problemas para respirar aparecen cuando la infección afecta a los pulmones y causa neumonía ([figura 1](#)).

Los expertos están estudiando este virus y seguirán descubriendo información a medida que pase el tiempo.

¿Cómo se contagia el COVID-19?

El COVID-19 se contagia principalmente de una persona a otra, de manera similar a la gripe. En general, esto ocurre cuando una persona enferma tose o estornuda cerca de otras personas. Los médicos también creen que es posible contagiarse al tocar una superficie en la que se encuentra el virus y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

El COVID-19 comenzó en China, pero se ha propagado velozmente y también hay casos en muchos otros países, entre los que se incluye Estados Unidos. La mayoría de estos casos ocurrieron a causa de personas que contrajeron la infección y luego viajaron a otro país. En algunos casos, el virus se transmite luego a otras personas. Debido a esto, actualmente hay brotes más pequeños en varios países.

Según los conocimientos de los expertos hasta el momento, al parecer el COVID-19 se contagia más fácilmente cuando hay síntomas presentes. También se puede contagiar sin síntomas, pero los expertos no saben qué tan común es esto.

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los síntomas suelen comenzar algunos días después de que la persona se infecta con el virus, pero en algunos casos pueden tardar aún más en aparecer.

Estos pueden ser algunos de los síntomas:

- Fiebre
- Tos
- Sensación de cansancio
- Dificultad para respirar
- Dolores musculares

La mayoría de las personas tienen síntomas leves, mientras que algunas personas no tienen ningún síntoma. Sin embargo, en otras personas el COVID-19 puede causar problemas graves como neumonía, falta de oxígeno o incluso la muerte. Esto es más común en personas de edad avanzada o que tienen otros problemas de salud.

Si bien los niños pueden contraer COVID-19, al parecer es menos probable que tengan síntomas graves.

¿Debo consultar a un médico o enfermero?

Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar, y es posible que haya estado expuesto al COVID-19, llame al médico o enfermero. Podría haberse expuesto si ocurrió cualquiera de las siguientes situaciones en los últimos 14 días:

- **Tuvo contacto directo con una persona que tiene el virus** – Por lo general, esto significa estar a una distancia de aproximadamente 6 pies (1,8 metros) de la persona afectada.
- **Vivió en una zona donde hay muchas personas que tienen el virus, o viajó a alguna de esas zonas** – Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de Estados Unidos tienen información sobre las zonas afectadas, la cual se puede consultar en su sitio web: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html.
- **Asistió a un evento o lugar donde hubo casos confirmados de COVID-19** – Por ejemplo, si muchas personas se enfermaron después de asistir a determinada reunión o en su lugar de trabajo, es posible que usted se haya expuesto.

Si sus síntomas no son graves, es mejor que llame a su médico, enfermero o clínica **antes** de ir allí. Ellos le dirán qué hacer y si deben atenderlo en persona. Si necesita ir a la clínica u hospital, tendrá que ponerse una máscara. Además, es posible que el personal sanitario le pida que espere en un sitio apartado de otras personas.

Incluso si está gravemente enfermo y tiene que ir a la clínica u hospital de inmediato, es conveniente que llame antes. De ese modo, el personal sanitario podrá atenderlo y también tomar las medidas necesarias para proteger a los demás.

Su médico o enfermero le hará un examen y le preguntará sobre sus síntomas. También le hará preguntas sobre los viajes que haya hecho recientemente y si ha estado cerca de alguna persona que podría estar enferma.

¿Es necesario que me realice pruebas?

Si el médico o enfermero sospecha que usted tiene COVID-19, tomará muestras de fluido del interior de su nariz y su boca y las enviará a un laboratorio para que les hagan pruebas. También podría hacer una prueba con una muestra de moco que usted expulse al toser, y con muestras de su orina y sus heces. Estas pruebas permiten determinar si tiene COVID-19 u otra infección.

Además, posiblemente el médico le pida una radiografía de tórax o una tomografía (TAC) para revisar sus pulmones.

¿Cómo se trata el COVID-19?

La mayoría de las personas que tienen el COVID-19 solo se enferman levemente y pueden hacer reposo en su casa hasta mejorarse. Las personas que tienen síntomas leves parecen mejorar en aproximadamente 2 semanas, pero cada caso es distinto. Si tiene COVID-19, es importante que no vaya a la escuela ni a trabajar hasta que su médico o enfermero le diga que es seguro que lo haga.

Si se enferma más gravemente, es posible que deba recibir tratamiento en el hospital, quizás en la unidad de cuidados intensivos. Mientras esté allí, lo más probable es que permanezca en una habitación de "aislamiento" especial. Solo el personal médico tendrá acceso a la habitación, y deberá usar batas, guantes, máscaras y protección ocular especiales. No existe un tratamiento específico para el COVID-19, pero los médicos y enfermeros del hospital pueden supervisar y complementar la respiración y otras funciones del cuerpo, y darle la mayor comodidad posible.

Tal vez necesite más oxígeno para que lo ayude a respirar fácilmente. Si tiene mucha dificultad para respirar, quizás sea necesario que lo conecten a un respirador, que es una máquina para ayudarlo a respirar.

¿Se puede prevenir el COVID-19?

Hay ciertas cosas que puede hacer para disminuir sus posibilidades de contagiarse el COVID-19. Estas medidas son recomendables para todos, pero en especial para las personas mayores de 65 años o con otros problemas de salud:

- **Lávese las manos** con agua y jabón frecuentemente. Esto es particularmente importante después de estar en público y tocar a otras personas o superficies. Asegúrese de refregarse las manos con jabón durante un mínimo de 20 segundos, y de limpiarse las muñecas, las uñas y la piel entre los dedos. Luego, enjuáguese las manos y séquelas con una toalla de papel que pueda tirar a la basura.

Si no tiene un lavabo cerca, puede limpiarse con un gel para manos. Los más efectivos son aquellos que contienen un mínimo de 60 % de alcohol, pero lo mejor es lavarse las manos con jabón y agua, si es posible.

- **Evite tocarse la cara** con las manos, especialmente la boca, la nariz o los ojos.
- Intente **mantenerse lejos de personas que presenten cualquiera de los síntomas** de la infección.
- **Evite las multitudes** si es posible. Si vive en una zona donde ha habido casos de COVID-19, trate de quedarse en casa el mayor tiempo posible.
- Algunos expertos recomiendan **no viajar** a determinados países donde hay muchos casos de COVID-19.

Los expertos **no** recomiendan que use una máscara si no está enfermo, salvo que tenga a su cuidado a una persona que tiene el COVID-19 (o podría tenerlo).

Si vive con alguien que tiene el COVID-19, hay algunas cosas más que puede hacer para protegerse:

- Mantenga al enfermo alejado de otras personas – El enfermo debe tener su propia habitación y su propio baño, si es posible.
- Use máscaras – El enfermo debe usar una máscara cuando esté en la misma habitación que otras personas. Si usted cuida del enfermo, también puede usar una máscara para protegerse cuando estén en la misma habitación. Esto es particularmente importante si la persona enferma no puede usar una máscara.
- Sea extremadamente cuidadoso con los fluidos corporales – Si entrará en contacto con la sangre, el moco u otros fluidos corporales de la persona enferma, use una máscara, bata de hospital y guantes desechables. Si su piel entra en contacto con cualquier fluido corporal, lávese las manos con jabón de inmediato.
- Limpie frecuentemente – En particular, es importante limpiar los objetos que se tocan mucho, como las encimeras, las mesas de noche, los picaportes, las computadoras, los teléfonos y las superficies de los baños. Algunos productos de limpieza son efectivos para eliminar las bacterias pero no los virus, por lo que es importante leer las etiquetas. La Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA) de Estados Unidos tiene una lista de productos aquí: www.epa.gov/sites/production/files/2020-03/documents/sars-cov-2-list_03-03-2020.pdf.
- Lávese las manos – Lávese las manos con agua y jabón frecuentemente (ver arriba).

Todavía no existe ninguna vacuna para prevenir el COVID-19.

¿Qué puedo hacer para prepararme para un posible brote de COVID-19?

Es difícil predecir dónde podrían surgir futuros brotes. Lo mejor que puede hacer para preservar su salud es lavarse las manos frecuentemente, evitar el contacto cercano con personas enfermas y quedarse en casa si está enfermo.

Si hay un brote en su zona, es posible que las escuelas o los negocios cierren temporalmente. Si eso ocurre, o si algún integrante de su familia contrae COVID-19, es probable que deba quedarse en casa un tiempo. Hay cosas que puede hacer para prepararse para esa posibilidad. Por ejemplo, podría preguntar a su empleador si puede trabajar desde su casa o tomar una licencia, en caso de ser necesario. Además, puede asegurarse de tener algún modo de contactar a sus parientes, vecinos y otras personas de su zona para poder intercambiar información fácilmente.

Si los funcionarios de su zona indican a los habitantes que se queden en sus casas, es importante que siga las instrucciones en la mayor medida posible. Incluso si no corre un riesgo alto de enfermarse gravemente de COVID-19, podría contagiar a otras personas. Mantener la distancia entre las personas es una de las mejores formas de controlar la transmisión del virus.

Si usted u otros integrantes de su familia sienten ansiedad con respecto al COVID-19, recuerde que la mayoría de la gente no se enferma gravemente ni muere a causa de la enfermedad. Si bien es útil estar preparado y hay cosas que puede hacer para disminuir su riesgo, trate de no entrar en pánico.

¿Dónde puedo obtener más información?

A medida que se sepa más sobre este virus, las recomendaciones de los expertos seguirán cambiando. Consulte a su médico o funcionario de salud pública para contar con la información más actualizada acerca de cómo protegerse.

También puede encontrar más información sobre el COVID-19 en los siguientes sitios web:

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC): www.cdc.gov/COVID19
- Organización Mundial de la Salud (OMS): www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019

Más información sobre este tema

[Educación para el paciente: Síndrome de dificultad respiratoria del adulto \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Neumonía en adultos \(Conceptos Básicos\)](#)

Todos los artículos se actualizan a medida que se descubre nueva evidencia y culmina nuestro [proceso de evaluación por homólogos](#)

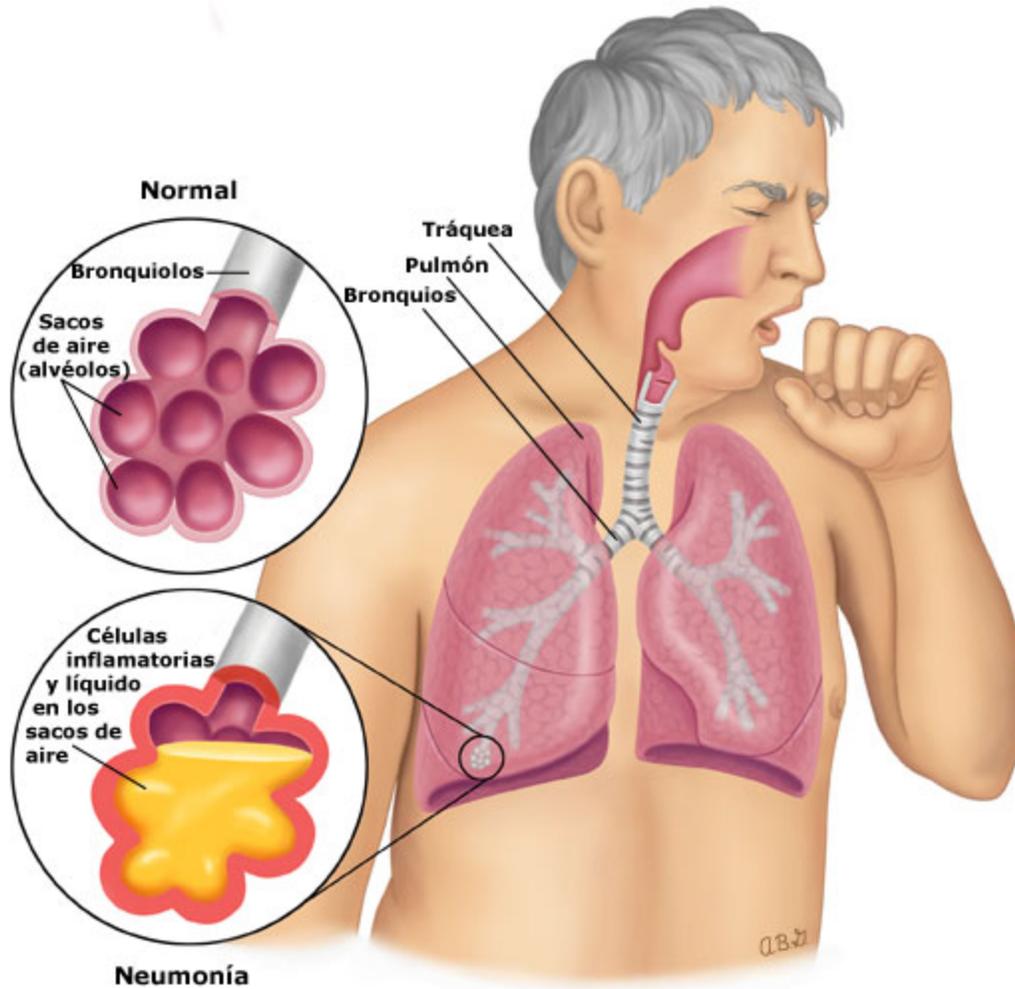
Este artículo se recuperó de UpToDate el: Mar 20, 2020.

El contenido del sitio Web de UpToDate no tiene por objeto sustituir la opinión, el diagnóstico o el tratamiento médico, ni se recomienda que los sustituya. Siempre debe pedir la opinión de su médico personal o de

cualquier otro profesional de atención médica con respecto a cualquier pregunta o padecimiento médico que pueda tener. El uso de este sitio web se rige por los [Términos de uso de UpToDate](#) ©2020 UpToDate, Inc. Todos los derechos reservados.

Artículo 126678 Versión 14.0.es-419.1

Neumonía



Los "alvéolos" son sacos de aire de los pulmones que están rodeados por pequeños vasos sanguíneos llamados capilares. Los sacos de aire tienen paredes delgadas que permiten el intercambio de gases. Cuando la sangre circula por los capilares que se encuentran alrededor de los sacos de aire, recoge el oxígeno inhalado y elimina el dióxido de carbono, que luego se exhala. Sin embargo, si tiene neumonía, los alvéolos se inflaman y se llenan de células inflamatorias y un líquido que contiene glóbulos blancos, glóbulos rojos, macrófagos, fibrina, desechos celulares y microorganismos. Esto provoca tos y dificulta la respiración.