

Preguntas frecuentes sobre el coronavirus (COVID-19) Para personas con sistemas inmunes debilitados

Este documento de orientación continuará actualizándose a medida que evolucione la situación de COVID-19.

Visita www.coronavirusnetwork.org para recibir información, actualizaciones y recursos.

¿Qué es el coronavirus?

El coronavirus es un tipo de virus que causa enfermedades que van desde un resfriado común hasta un virus más grave con problemas pulmonares. Hay muchos tipos de coronavirus. Hay un nuevo tipo (novedoso) de coronavirus que se está extendiendo por todo el mundo. Se le ha dado el nombre COVID-19.

Los nombres que puede escuchar para el nuevo coronavirus son SARS-CoV-2 o 2019-nCoV.

¿Quién está en riesgo de coronavirus severo?

Cualquier persona con un sistema inmunitario debilitado tiene más riesgo de contraer coronavirus grave. Esto incluye a personas mayores, particularmente a las personas mayores de 70 años, personas con problemas pulmonares, personas con enfermedades crónicas problemas de salud y personas que toman medicamentos o tratamientos que debilitan la capacidad de su cuerpo para combatir las infecciones. Estas personas tienen más probabilidades de enfermarse gravemente si contraen coronavirus y es probable que mueran.

¿Cómo sé si tengo un sistema inmunitario debilitado?

Su sistema inmunitario es la forma en que su cuerpo combate las infecciones. Ayuda a evitar que tengas enfermo y te ayuda a mejorar cuando te enfermas. A medida que las personas envejecen, el sistema inmunitario se pone más débil, por lo que cualquier persona de 70 años o más debería considerarse en mayor riesgo. Otros que son altos en riesgo incluye:

- Personas que tienen problemas de salud crónicos como diabetes, enfermedades cardíacas, enfermedades renales.
- Personas con problemas pulmonares como asma o EPOC.
- Personas con VIH.
- Las personas que toman medicamentos para disminuir su sistema inmunitario, como las personas con lupus o artritis reumatoide

- Las personas que toman esteroides regularmente como prednisona.
- Personas que toman medicamentos después de un trasplante.
- Las personas que están en tratamiento para el cáncer, como las personas que reciben quimioterapia.

Si no está seguro que usted tenga un alto riesgo, llame a su proveedor de atención médica.

¿Tener un sistema inmunitario débil significa que tendré coronavirus?

No, si su sistema inmunitario es débil, su cuerpo tendrá más dificultades para combatir el coronavirus que alguien con un sistema inmune más fuerte. Sin embargo, esto no significa que obtendrá coronavirus o que morirá si lo obtienes. Debe estar expuesto al coronavirus para contraerlo.

¿Qué puedo hacer para prevenir el coronavirus?

El coronavirus se transmite de una persona a otra por "gotas" que provienen de tos o estornudos. Obtienes el coronavirus cuando entras en contacto con las gotas directamente, o las gotas caen en tus manos y luego tocas tu cara, incluidos tus ojos. La forma más práctica de prevenir el coronavirus es lavarse las manos con jabón regularmente y evite tocarse la cara, especialmente cuando está en público. Cuando te laves las manos debería ser por lo menos veinte segundos, y asegurar ambos lados, y también debajo de las uñas. Si vives en una área con casos reportados de coronavirus, evite lugares públicos donde esté cerca de personas o tocando las mismas superficies.

¿Cómo debo prepararme ahora?

Debes prepararte para evitar las áreas públicas y quedarte en tu casa cuando hay un brote (muchas personas enfermas) en su comunidad. Aquí hay algunas cosas que puede hacer para ayudarte preparar:

- Compre y almacene comida. Compre artículos que puedan durar en su estante por algún tiempo y le den nutrición que necesita si no puede ir a la tienda por algunas semanas.
- Llene sus medicamentos o solicite a su proveedor un reabastecimiento adicional para que tenga suficiente medicina en casa.
- Si puede, configure un servicio de entrega de medicamentos para que le envíen los medicamentos por correo. Esto le permite obtener su medicamento regular sin tener que ir a la farmacia donde podrían haber personas con coronavirus.

- Compre cosas adicionales de las que no puede prescindir si está atrapado en su casa por 2-4 semanas
- Hable con su empleador sobre las opciones para trabajar desde casa
- Piense en cosas que necesita para su salud, como agua para una máquina de CPAP, oxígeno, o jeringas para insulina. Asegúrese de tener más en casa.
- Hable con sus familiares y cuidadores para que ellos también puedan evitar coronavirus. Si tiene un familiar que probablemente esté expuesto al virus, tal como trabajador de la salud, es posible que debe evitar el contacto cercano por un tiempo con esa persona.

¿Cómo debo administrar mi atención médica cuando las personas en la clínica pueden tener coronavirus?

Verifique cualquier correo electrónico o mensaje de voz de su clínica o proveedor de atención médica. Deberías también revisar regularmente su sitio web para obtener actualizaciones sobre el coronavirus o nuevas recomendaciones. Hable con su proveedor de atención médica acerca de hacerse sus controles regulares y medicación. Es posible que pueda configurar el correo electrónico entre usted y su proveedor. Usted también puede poder tener visitas de llamadas telefónicas u otro tipo de visitas virtuales. Estos te permiten hablar con tu proveedor sin venir a la clínica donde las personas están enfermas.

¿Qué hago si creo que tengo el coronavirus?

Si tiene tos y/o fiebre, llame a su proveedor de atención médica inmediatamente. Su cuidado de la salud o el proveedor puede decirle cuándo y dónde buscar atención. No esperes hasta que te sientas realmente mal o estés empeorando. Es mejor hacer un plan con su proveedor de atención médica temprano. La mayoría de las personas pueden mejorarse en casa. Vaya a un hospital si tiene problemas para respirar, falta de aliento, dolor en su pecho, siente que estás muy confundido o notas que tus labios o cara se vuelven azules.

La información para estas preguntas frecuentes provino de:

Centro de Control de Enfermedades de los Estados Unidos (CDC):

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/index.html>

La Organización Mundial de la Salud (OMS): <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

Estas preguntas frecuentes fueron redactadas por Coronavirus Support Network, un proyecto de Sostento Inc., EE. UU. basado 501c3 sin fines de lucro reconocido federalmente. Para unirse a la red visite

www.coronavirusnetwork.org.