



COVID-19

Última actualización: 2025-05-13

Informaciones claves

Transmisión: Gotas, aerosoles y contacto directo

- Cuando las personas infectadas tosen, estornudan, se suenan la nariz o escupen, esparcen pequeñas gotas por el aire, que luego son inhaladas por otras personas.
- Contacto directo (por ejemplo, al besar, compartir tazas o utensilios para comer) con saliva o mucosidad nasal infectada

Más vulnerable a graves consecuencias

- Adultos mayores
- Personas con afecciones pulmonares crónicas (por ejemplo, asma)
- Personas con sistemas inmunitarios debilitados y/o enfermedades crónicas (por ejemplo, diabetes o cáncer)

Síntomas

- Fiebre (generalmente)
- Tos (generalmente)
- Dificultad para respirar o dificultad para respirar (por lo general)
- Pérdida del gusto o el olfato (a veces)
- Dolor de cabeza (a veces)
- Dolor de garganta (a veces)
- Dolor abdominal (a veces)
- Diarrea (a veces)
- Dolor muscular (a veces)

¿Qué puedes hacer para prevenir y controlar una epidemia?

Monitoreo de la comunidad e identificación de personas enfermas

- Identificar y aislar a las personas enfermas antes de que propaguen la enfermedad a otros.

Tratamiento y control

- Remitir los casos sospechosos a los establecimientos de salud
- Brindar apoyo psicosocial a la persona enferma y a sus familiares.

Saneamiento y manejo de residuos

- Promover la eliminación adecuada de los residuos que puedan estar contaminados
- Promover la desinfección de suministros reutilizables

Higiene respiratoria y de manos

- Promover una buena higiene de manos (lavado de manos con jabón)
 - ANTES: preparar la comida; comiendo; alimentar a un niño; tratamiento de heridas; o cuidar a los enfermos
 - DESPUÉS: usar el baño o limpiar a un bebé; tocar basura o desechos; tocar o alimentar animales; sonarse la nariz, toser o estornudar; tratamiento de heridas; o cuidar a los enfermos
- Promueva la higiene respiratoria y la etiqueta al toser (cúbrase al toser o estornudar con la manga o un pañuelo desechable, lavarse las manos después de toser o estornudar, no escupir en el suelo ni en público)

Protección e higiene personal

- Practicar y promover el distanciamiento social
- Usar y promover equipos de protección personal (por ejemplo, mascarillas y guantes) cuando se esté en contacto con posibles casos

Movilización social y promoción de la salud

- Averigüe los consejos específicos que están dando las autoridades sanitarias y otras autoridades pertinentes
 - Promover prácticas de salud recomendadas (como vacunación, distanciamiento social, separación de personas sanas y enfermas, etc.)
- Modele el seguimiento de este consejo e informe a los miembros de la comunidad sobre los consejos de prácticas de salud actuales.
- Ofrecer apoyo y aliento para seguir los consejos.
 - Tratar de comprender si no se están siguiendo los consejos de prácticas de salud y por qué.
 - Con el asesoramiento de su supervisor y las autoridades de salud, trabaje con las comunidades para superar las barreras para seguir los consejos de salud y las prácticas recomendadas.

Inmunización

- Apoyar campañas de vacunación masiva cuando estén disponibles.

Cartografía y evaluación comunitaria

A. Haz un mapa de la comunidad.

B. Marque la siguiente información en el mapa:

- ¿Cuántas personas se han enfermado de COVID-19? ¿Dónde?
- ¿Cuántas personas han muerto? ¿Dónde? ¿Cuándo?
- ¿Quiénes y dónde están las personas vulnerables?
- ¿Dónde están los establecimientos de salud? (incluye curanderos tradicionales)

C. Registre la siguiente información en el reverso del mapa:

- ¿Cuándo comenzaron las personas a enfermarse de COVID-19?
- ¿Cuántas personas viven en la comunidad afectada? ¿Cuántos son niños menores de cinco años?
- ¿La mayoría de las personas en la comunidad están vacunadas contra el COVID-19?
 - ¿Está prevista una campaña de vacunación?
- ¿Cuáles son los hábitos, prácticas y creencias de la comunidad acerca de las vacunas? ¿Existen creencias sociales, culturales o religiosas que impiden que las personas se vacunen?
- ¿Hay instalaciones para lavarse las manos en la comunidad? ¿Hay agua y jabón siempre disponibles?
- ¿Qué tan común es que las personas vivan o trabajen juntas en espacios abarrotados?
 - ¿Hay ventilación y aire fresco en los hogares, escuelas y lugares de trabajo?
- ¿Quiénes y dónde están las personas vulnerables? ¿Quiénes son los más afectados por el COVID-19?
- ¿Cuáles son los hábitos, prácticas y creencias de la comunidad sobre el cuidado de las personas enfermas?
 - Considere cualquier diferencia en los roles y responsabilidades entre mujeres y hombres.

- ¿Existe un programa de movilización social o de promoción de la salud?
- ¿En qué fuentes usa o confía más la gente para obtener información?
 - ¿Hay rumores o información errónea sobre el COVID-19? ¿Cuáles son los rumores?