

Preguntas frecuentes, recomendaciones y mitos y realidades sobre COVID-19 (Coronavirus)

Desarrollado por CHRISTUS MUGUERZA
con información de la Organización Mundial de la Salud

Contenido

Preguntas frecuentes sobre el COVID-19	3
¿Qué puedes hacer para protegerte y prevenir la propagación de la enfermedad?	10
Mitos y hechos sobre el COVID-19	13
Hospitales y centros de CHRISTUS MUGUERZA	18

Si presentas síntomas de cualquier enfermedad respiratoria, antes de visitar tu centro de salud comunícate a la **Unidad de Inteligencia Epidemiológica Sanitaria de la Secretaría de Salud** al teléfono:

800 0044 800

En este documento se puede encontrar información y orientación de la Organización Mundial de la Salud (OMS) acerca del actual brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19). Esta información se encuentra en constante actualización, por lo que se recomienda mantenerse al pendiente de las actualizaciones que la OMS y la Secretaría de Salud emitan al respecto.

La OMS está colaborando estrechamente con expertos mundiales, gobiernos y asociados para ampliar rápidamente los conocimientos científicos sobre este nuevo virus, rastrear su propagación y virulencia, así como asesorar a los países y a las personas sobre las medidas para proteger la salud y prevenir la propagación del brote.

Preguntas frecuentes sobre el COVID-19

¿Qué es un coronavirus?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SARS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19.

¿Qué es el COVID-19?

El COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los síntomas más comunes del COVID-19 son fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden presentar dolor muscular, congestión nasal, escurrimiento nasal, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas se infectan, pero no desarrollan ningún síntoma y no se encuentran mal. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial.

Alrededor de 1 de cada 6 personas que contraen el COVID-19 desarrolla una enfermedad grave y tiene dificultad para respirar. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave. En torno al 2% de las personas que han contraído la enfermedad han muerto. Las personas que tengan fiebre, tos y dificultad para respirar deben buscar atención médica.

¿Cómo se propaga el COVID-19?

Una persona puede contraer el COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose, estornuda o exhala. Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer el COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si inhalan las gotículas que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser, estornudar o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1 metro de distancia de una persona que se encuentre enferma.

La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre las formas de propagación del COVID-19 y seguirá informando sobre los resultados actualizados.

¿Puede transmitirse a través del aire el virus causante del COVID-19?

Los estudios realizados hasta la fecha apuntan a que el virus causante del COVID-19 se transmite principalmente por contacto con gotículas respiratorias, y no por el aire.

¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con una persona que no presente ningún síntoma?

La principal forma de propagación de la enfermedad es a través de las gotículas respiratorias expelidas por alguien al toser, estornudar o exhalar. El riesgo de contraer el COVID-19 de alguien que no presente ningún síntoma es muy bajo. Sin embargo, muchas personas que contraen el COVID-19 solo presentan síntomas leves. Esto es particularmente cierto en las primeras etapas de la enfermedad. Por lo tanto, es posible contagiarse de alguien que, por ejemplo, solamente tenga una tos leve y no se sienta enfermo.

La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre el periodo de transmisión del COVID-19 y seguirá informando sobre los resultados actualizados.

¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con las heces de una persona que padezca la enfermedad?

El riesgo de contraer COVID-19 por contacto con las heces de una persona infectada parece ser bajo. Aunque las investigaciones iniciales apuntan a que el virus puede estar presente en algunos casos en las heces, la propagación por esta vía no es uno de los rasgos característicos del brote. La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre las formas de propagación del COVID-19 y seguirá informando sobre los nuevos resultados. No obstante, se trata de un riesgo y por lo tanto es una razón más para lavarse las manos con frecuencia, después de ir al baño y antes de comer.

¿Qué probabilidades hay contraer el COVID-19?

El riesgo depende del lugar en el que vivas o de los lugares a los que hayas viajado recientemente. El riesgo de infección es mayor en las zonas en las que haya casos diagnosticados de COVID-19. En la actualidad, el 95% de los casos de COVID-19 se concentran en China, y la mayoría de ellos en la provincia de Hubei. Para las personas que se encuentran en casi cualquier otra parte del mundo, el riesgo de contraer el COVID-19 es actualmente bajo, aunque es importante que sigas con atención la evolución de la situación y los esfuerzos de preparación que se llevan a cabo en tu zona.

La OMS colabora con las autoridades sanitarias de China y el resto del mundo para efectuar una labor de vigilancia y respuesta ante los brotes de COVID-19.

¿Debo preocuparme por el COVID-19?

Si no te encuentras en una zona donde se esté propagando el COVID-19, no has viajado desde alguna de esas zonas ni has estado en contacto cercano con alguien que lo haya hecho y se sienta mal, tus posibilidades de contraerla son actualmente bajas. No obstante, es comprensible que la situación cause estrés y ansiedad.

Es una buena idea que te mantengas informado sobre los hechos para que pueda determinar con precisión los riesgos que corre y adoptar precauciones razonables. Puedes obtener información precisa sobre el COVID-19 y su presencia en la zona donde vives a través las autoridades nacionales y estatales de salud pública. Es importante que te mantengas informado sobre la evolución de la situación en el lugar donde vives y que tomes las medidas adecuadas para protegerte.

Si te encuentras en una zona en la que se haya producido un brote de COVID-19, debes tomar muy en serio el riesgo de infección. Sigue los consejos de las autoridades sanitarias nacionales y estatales.

Aunque en la mayoría de los casos el COVID-19 solamente causa una enfermedad leve, puede provocar enfermedades muy graves en algunas personas. Mas raramente, la enfermedad puede ser letal. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas preexistentes (como hipertensión arterial, problemas cardiacos o diabetes) parecen ser más vulnerables.

¿Qué sucede si recientemente viajé a China y me enfermé?

Si estuviste en China y te sientes enfermo con fiebre, tos o dificultad para respirar dentro de los 14 días después de haber salido de ese país, debes:

- Buscar asesoramiento médico inmediato.
- Evitar el contacto con otras personas.
- No viajar si estás enfermo.
- Cubrirte la nariz y la boca con un pañuelo desechable o con la manga (no con las manos) al toser o estornudar.
- Lavarte las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos para evitar la propagación de virus a los demás.
- Lavarte las manos con agua y jabón inmediatamente después de toser, estornudar o sonarte la nariz. Si no hay agua y jabón fácilmente disponibles, puedes usar un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol. Lávate las manos siempre con agua y jabón si están visiblemente sucias.

¿Quién corre riesgo de desarrollar una enfermedad grave?

Todavía hay mucho por aprender sobre la forma en que el COVID-2019 afecta a los humanos, pero parece que las personas mayores y las que padecen afecciones médicas preexistentes (como hipertensión arterial, enfermedades cardiacas o diabetes) desarrollan casos graves de la enfermedad con más frecuencia que otras.

¿Son eficaces los antibióticos para prevenir o tratar el COVID-19?

No. Los antibióticos no son eficaces contra los virus, solo contra las infecciones bacterianas. El COVID-19 es causado por un virus, de modo que los antibióticos no sirven frente a éste. No se deben usar antibióticos como medio de prevención o tratamiento del COVID-19. Solo deben usarse para tratar una infección bacteriana siguiendo las indicaciones de un médico.

¿Existe alguna vacuna, medicamento o tratamiento para el COVID-19?

Todavía no. Hasta la fecha, no hay ninguna vacuna ni medicamento antiviral específico para prevenir o tratar el COVID-2019. Sin embargo, los afectados deben recibir atención de salud para aliviar los síntomas. Las personas que presentan casos graves de la enfermedad deben ser hospitalizadas. La mayoría de los pacientes se recuperan con la ayuda de medidas de apoyo. Se están investigando posibles vacunas y distintos tratamientos farmacológicos específicos. Hay ensayos clínicos en curso para ponerlos a prueba.

La OMS está coordinando los esfuerzos dirigidos a desarrollar vacunas y medicamentos para prevenir y tratar el COVID-19.

Las formas más eficaces de protegerse a uno mismo y a los demás frente al COVID-19 son:

- Lavarse las manos con frecuencia
- Cubrirse la boca con el codo o con un pañuelo de papel al toser
- Mantener una distancia de al menos 1 metro con las personas que tosen o estornudan

¿Cuánto dura el periodo de incubación del COVID-19?

El período de incubación es el tiempo que transcurre entre la infección por el virus y la aparición de los síntomas de la enfermedad. La mayoría de las estimaciones respecto al periodo de incubación del COVID-19 oscilan entre 1 y 14 días, y en general se sitúan en torno a cinco días. Estas estimaciones se irán actualizando a medida que se tengan más datos.

¿Pueden los humanos contraer el virus del COVID-19 por contacto con un animal?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que son comunes entre los murciélagos y otros animales. En raras ocasiones las personas se infectan por estos virus, que luego pueden propagarse a otras personas. Por ejemplo, el SRAS-CoV iba asociado a las civetas (una especie de felino) y el MERS-CoV se transmite a través de los camellos. Todavía no se ha confirmado el posible origen animal del COVID-19.

Como medida de protección al visitar mercados de animales vivos o en otras situaciones parecidas:

- Evita el contacto directo con los animales y las superficies que estén en contacto con ellos
- Asegúrate de que en todo momento se observen prácticas adecuadas de higiene de los alimentos
- Manipula con cuidado la carne, la leche o los órganos de animales crudos para evitar la contaminación de alimentos no cocinados
- Evita el consumo de productos animales crudos o poco cocinados

¿Cuánto tiempo sobrevive el virus en una superficie?

No se sabe con certeza cuánto tiempo sobrevive el virus causante del COVID-19 en una superficie, pero parece comportarse como otros coronavirus. Los estudios realizados (incluida la información preliminar disponible sobre el virus COVID-19) indican que los coronavirus pueden subsistir en una superficie desde unas pocas horas hasta varios días. El tiempo puede variar en función de las condiciones (por ejemplo, el tipo de superficie, la temperatura o la humedad del ambiente). Si crees que una superficie puede estar infectada, límpiala con un desinfectante común para matar el virus y protegerte de este modo a ti mismo y a los demás. Lávate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón. Evita tocarte los ojos, la boca o la nariz.

¿Es seguro recibir un paquete de una zona en la que se hayan notificado casos de COVID-19?

Sí. La probabilidad de que una persona infectada contamine artículos comerciales es baja, y el riesgo de contraer el virus causante de COVID-19 por contacto con un paquete que haya sido manipulado, transportado y expuesto a diferentes condiciones y temperaturas también es bajo.

Enlaces para obtener más información

Sitio web sobre el COVID-19:

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>

¿Qué puedes hacer para protegerte y prevenir la propagación de la enfermedad?

Medidas de protección para todas las personas

Mantente al día de la información más reciente sobre el brote del COVID-19 de la OMS, y a través de las autoridades de salud pública pertinentes a nivel nacional y estatal.

El COVID-19 sigue afectando principalmente a la población de China, aunque se han producido brotes en otros países. La mayoría de las personas que se infectan padecen una enfermedad leve y se recuperan, pero en otros casos puede ser más grave.

Cuida tu salud y protege a los demás a través de las siguientes medidas:

- **Lávate las manos a fondo y con frecuencia usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.** Esto mata los virus que pueda haber en tus manos.
- **Mantén una distancia mínima de 1 metro entre tú y cualquier persona que tosa o estornude.** Cuando alguien tose o estornuda, respide por la nariz o por la boca unas gotículas de líquido que pueden contener el virus. Si estás demasiado cerca, puede respirar las gotículas y con ellas el virus COVID-19, si la persona que tose tiene la enfermedad.
- **Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca. Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus.** Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca. Desde allí, el virus puede entrar en tu cuerpo y causarte la enfermedad.
- **Asegúrate de mantener una buena higiene de las vías respiratorias.** Esto significa cubrirte la boca y la nariz con el codo doblado o con un pañuelo de papel al toser o estornudar. El pañuelo usado debe desecharse de inmediato. Al mantener una buena higiene respiratoria estás protegiendo a las personas que te rodean de virus como los del resfriado, la gripe y COVID-19.
- **Permanece en casa si no te encuentras bien.** Si tienes fiebre, tos y dificultad para respirar, busca atención médica. Sigue las instrucciones de las autoridades sanitarias nacionales y estatales, ellos brindarán la información más actualizada sobre la situación en el país. Estos organismos son los únicos autorizados para dar consejos sobre lo que debe hacer la gente en tu ciudad para protegerse.

Medidas de protección para las personas que se encuentran en zonas donde se está propagando el COVID-19 o que las han visitado recientemente (en los últimos 14 días)

Sigue las orientaciones antes expuestas. Permanece en casa si empiezas a sentirte mal, aunque se trate de síntomas leves como dolor de cabeza y escurrimiento nasal, hasta que te recuperes. Evitar el contacto con otras personas y las visitas a centros médicos permitirá que estos últimos funcionen con mayor eficacia y ayudará a protegerte a ti y a otras personas de posibles infecciones por el virus COVID-19 u otros.

Si tienes fiebre, tos y dificultad para respirar, busca rápidamente atención médica, ya que podría deberse a una infección respiratoria u otra afección grave. Llama con anticipación e informa a tu centro de salud sobre cualquier viaje que hayas realizado recientemente o cualquier contacto que haya mantenido con viajeros.

¿Debo llevar mascarilla para protegerme?

Las personas que no manifiestan síntomas respiratorios tales como la tos no necesitan usar mascarilla médica. La OMS recomienda el uso de mascarillas en el caso de las personas que presentan síntomas del COVID-19 y en el de quienes cuidan de personas que tienen síntomas como tos o fiebre. El uso de mascarillas es crucial para los trabajadores de la salud y las personas que cuidan de alguien (sea en casa o en un establecimiento sanitario).

La OMS aconseja hacer un uso racional de las mascarillas médicas para evitar el derroche innecesario de recursos valiosos y el uso indebido de las mismas.

Utiliza mascarilla únicamente si presentas síntomas respiratorios (tos o estornudos), si es un caso sospechoso de infección por COVID-19 con síntomas leves o si estás cuidando de alguien que sea un caso sospechoso de infección. La sospecha de infección por COVID-19 está relacionada con los viajes a zonas en las que se han notificado casos, o con el contacto cercano con personas que hayan viajado a esas zonas y hayan enfermado.

Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar una mascarilla

1. Recuerda que solo deben usar mascarilla los trabajadores sanitarios, los cuidadores y las personas con síntomas respiratorios como fiebre y tos.

2. Antes de tocar la mascarilla, lávate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
3. Inspecciona la mascarilla para ver si tiene rasgaduras o agujeros.
4. Orienta hacia arriba la parte superior (donde se encuentra la tira de metal).
5. Asegúrate de orientar hacia afuera el lado correcto de la mascarilla (el lado coloreado).
6. Colócate la mascarilla sobre la cara. Pellizca la tira de metal o el borde rígido de la mascarilla para que se amolde a la forma de tu nariz.
7. Tira hacia abajo de la parte inferior de la mascarilla para que te cubra la boca y la barbilla.
8. Después de usarla, quítate la mascarilla; retira las cintas elásticas de detrás de las orejas manteniendo la mascarilla alejada de la cara y la ropa, para no tocar las superficies potencialmente contaminadas de la mascarilla.
9. Desecha la mascarilla en un contenedor cerrado inmediatamente después de su uso.
10. Lávate las manos después de tocar o desechar la mascarilla. Use un desinfectante a base de alcohol o, si están visiblemente sucias, láveselas con agua y jabón.

¿Hay algo que no deba hacer?

Las siguientes medidas NO SON eficaces contra el COVID-2019 y pueden resultar perjudiciales:

- Fumar
- Tomar remedios herbarios tradicionales
- Llevar varias mascarillas
- Auto-med icarse con antibióticos u otros medicamentos

En cualquier caso, si tienes fiebre, tos y dificultad para respirar, trata de obtener atención médica lo antes posible para reducir el riesgo de desarrollar una infección más grave, y asegúrate de informar a tu centro de atención de salud acerca de tus viajes recientes.

Enlaces para obtener más información

Sitio web sobre el COVID-19:

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>

Mitos y hechos sobre el COVID-19

MITO: El COVID-19 puede transmitirse a través de picaduras de mosquitos

HECHO: El nuevo coronavirus NO PUEDE transmitirse a través de picaduras de mosquitos

El nuevo COVID-19 es un virus respiratorio que se propaga principalmente por contacto con una persona infectada a través de las gotículas respiratorias que se generan cuando esta persona tose o estornuda, por ejemplo, o a través de gotículas de saliva o secreciones de la nariz. Hasta la fecha no hay información ni pruebas que indiquen que el COVID-19 pueda transmitirse por medio de mosquitos. Para protegerte, evita el contacto cercano con cualquier persona que tenga fiebre y tos, y practica una buena higiene de las manos y de las vías respiratorias.

MITO: La orina infantil puede proteger frente al COVID-19

HECHO: La orina infantil NO PUEDE proteger frente al COVID-19

La orina no mata los virus ni las bacterias. De hecho, la orina puede contener pequeñas cantidades de material vírico o bacteriano. Lavarse las manos con orina infantil o limpiar determinadas superficies con ella no te protegerá frente al COVID-19. Lávate las manos a menudo con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón. Limpia las superficies con desinfectantes domésticos comunes.

MITO: El frío y la nieve pueden matar el COVID-19

HECHO: El frío y la nieve NO PUEDEN matar el COVID-19

La temperatura normal del cuerpo humano se mantiene en torno a 36.5° y 37° C, con independencia de la temperatura exterior o de las condiciones meteorológicas. Por lo tanto, no hay razón para creer que el frío pueda matar el COVID-19 o acabar con otras enfermedades. La forma más eficaz de protegerse contra el COVID-19 es lavarse las manos frecuentemente con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

MITO: La cocaína puede proteger frente al COVID-19

HECHO: La cocaína NO PUEDE proteger frente al COVID-19

La cocaína es una droga estimulante y adictiva. Su consumo provoca graves efectos secundarios y es perjudicial para la salud de las personas.

MITO: El COVID-19 puede transmitirse a través de objetos, como monedas y billetes

HECHO: El riesgo de infectarse con el COVID-19 por el contacto con objetos, como monedas, billetes o tarjetas de crédito, es muy bajo.

La información preliminar indica que el COVID-19 puede sobrevivir en una superficie durante unas horas o un poco más. Un objeto puede resultar contaminado por el COVID-19 si una persona infectada tose o estornuda encima del mismo o lo toca. Mediante una correcta higiene de las manos, el riesgo de infectarse con el COVID-19 por contacto con objetos, como monedas, billetes o incluso tarjetas de crédito, es muy bajo. La mejor protección es lavarse las manos frecuentemente con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

MITO: El COVID-19 puede llegar hasta 8 metros de distancia de una persona que tose o estornuda

HECHO: Las gotículas respiratorias llegan hasta 1 metro de distancia de una persona que tose o estornuda.

Cuando las personas infectadas con COVID-19 tosen o estornudan, el virus es expulsado a través de unas gotículas que pueden llegar hasta cierta distancia de esa persona. Por lo tanto, para protegerse de los virus respiratorios evita el contacto cercano con cualquier persona que tenga fiebre y tos, y lávate las manos frecuentemente con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

MITO: El COVID-19 puede propagarse a grandes distancias a través del aire

HECHO: Los coronavirus NO se propagan a grandes distancias a través del aire.

El COVID-19 es un virus respiratorio que se propaga principalmente a través de las gotículas que se generan cuando una persona infectada tose o estornuda, o a través de gotículas de saliva o de secreciones de la nariz. Estas gotículas son demasiado pesadas para propagarse

a grandes distancias. La infección también puede producirse al tocarse los ojos, la boca o la nariz después de estar en contacto con una superficie contaminada. Protégete limpiándote las manos a menudo con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

MITO: Se puede matar el nuevo coronavirus en 30 segundos con un secador de manos como los de los baños públicos.

HECHO: Los secadores de manos no matan el COVID-19.

Para protegerse contra el COVID-19, lávate las manos frecuentemente con un gel en base de alcohol o con agua y jabón. Una vez limpias, sécatelas bien con toallitas de papel o con un secador de aire caliente.

MITO: Puedo reutilizar una mascarilla N95, lavarla y esterilizarla con un desinfectante de manos.

HECHO: Las mascarillas, incluidas las mascarillas clínicas planas y las de filtro N95, no deben reutilizarse.

Cuando se ha estado en contacto próximo con una persona infectada por el COVID-19 o por otra infección respiratoria, se debe considerar que la parte frontal de la mascarilla utilizada está contaminada. Para quitártela, no toques su parte frontal. A continuación, elimínala correctamente y lávate las manos con un gel en base de alcohol o con agua y jabón.

MITO: Se puede matar el COVID-19 con una lámpara ultravioleta para desinfección.

HECHO: No se deben utilizar lámparas ultravioletas para esterilizar las manos u otras partes del cuerpo.

La radiación ultravioleta puede causar irritación de la piel.

MITO: Se puede matar el COVID-19 rociando el cuerpo con alcohol o con cloro.

HECHO: Rociar todo el cuerpo con alcohol o cloro no sirve para matar los virus que ya han entrado en el organismo.

Pulverizar estas sustancias puede dañar la ropa y las mucosas (es decir, los ojos, la boca, etc.). Tanto el alcohol como el cloro pueden servir para desinfectar las superficies, siempre que se sigan las recomendaciones pertinentes. Hay varias medidas que se pueden aplicar

para protegerse del COVID-19. Empieza por limpiarte las manos con frecuencia con un gel en base de alcohol o con agua y jabón.

MITO: Las vacunas contra la neumonía o la influenza protegen contra el COVID-19.

HECHO: Las vacunas contra la neumonía y la influenza, no protegen contra el COVID-19.

Este virus es tan nuevo y diferente que es necesario desarrollar una vacuna específica, en la que la OMS ya se encuentra trabajando. Aunque las vacunas contra la neumonía o influenza no son eficaces contra el COVID-19, es muy conveniente vacunarse contra las enfermedades respiratorias para mantener una buena salud.

MITO: Conviene enjuagarse regularmente la nariz con una solución salina para prevenir la infección por el COVID-19.

HECHO: No hay pruebas que indiquen que esta práctica proteja de la infección por el COVID-19.

Aunque algunas pruebas indican que enjuagarse la nariz regularmente con solución salina puede acelerar la recuperación tras un resfriado común, no se ha demostrado que prevenga las infecciones respiratorias.

MITO: Comer ajo puede ayudar a prevenir la infección por el COVID-19.

HECHO: No se han obtenido pruebas de que comer ajo proteja contra el virus que causa el brote actual.

El ajo es un alimento saludable que puede tener algunas propiedades antimicrobianas. Sin embargo, no se han obtenido pruebas de que proteja contra este virus.

MITO: Es bueno aplicarse aceite de sésamo en la piel para impedir que el COVID-19 entre en el cuerpo.

HECHO: El aceite de sésamo no mata al COVID-19.

Hay desinfectantes químicos que, aplicados sobre las superficies, pueden matarlo, como los desinfectantes a base de lejía o cloro, algunos disolventes, el etanol al 75%, el ácido peracético y el cloroformo. Sin embargo, estos productos tienen una eficacia escasa o nula contra el COVID-19 si se aplican en la piel o bajo la nariz y, además, pueden dañar la piel.

MITO: El COVID-19 afecta solo a las personas de edad avanzada.

HECHO: El COVID-19 puede infectar a personas de todas las edades.

Si bien se ha observado que las personas mayores y las que padecen algunas enfermedades (como el asma, la diabetes o las cardiopatías) tienen más probabilidades de enfermarse gravemente cuando adquieren la infección. La OMS aconseja a las personas de todas las edades que tomen medidas para protegerse del virus, por ejemplo, mediante una buena higiene de manos y respiratoria.

MITO: Los antibióticos son eficaces para prevenir y tratar el COVID-19

HECHO: Los antibióticos son eficaces contra las bacterias, pero no contra los virus.

Puesto que el COVID-19 es un virus, no deben utilizarse antibióticos ni para prevenir ni para tratar la infección. Sin embargo, si resultas infectado por este virus y te hospitalizan, es posible que te administren antibióticos para que no contraigas infecciones bacterianas.

Para protegerte contra el COVID-19, infórmate de todas las medidas que puedes tomar, en el sitio web de la OMS:

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>.

Hospitales y centros de CHRISTUS MUGUERZA

Nuevo León

Hospital Alta Especialidad Miguel Hidalgo 2525, Obispado, 64060 Monterrey, N.L.	81 8399 3400
Hospital Sur Carretera Nacional 6501, La Estanzuela, 64988 Monterrey, N.L.	81 8155 5000
Hospital Conchita 15 de Mayo 1882, María Luisa, 64040 Monterrey, N.L.	81 8122 8122
Hospital Vidriera Mariano Escobedo #1405, Treviño, 64570 Monterrey, N.L.	81 8329 1800
Hospital San Nicolás Av. Rómulo Garza 1100, Hacienda los Morales 3er Sector, 66495 San Nicolás de los Garza, N.L.	81 8288 9200
Clínica San Pedro Calz. San Pedro 325, Del Valle, 66220 San Pedro Garza García, N.L.	81 9689 6700
Centros de Atención Médica:	
Vergel Antiguo Camino a Villa de Santiago entre paseo del Vergel #100, Paseo Del Vergel, 64988 Monterrey, N.L.	81 2133 0958
Santa Catarina Blvd. Diaz Ordaz No.108, Col. Los Treviños, C.P. 66150 Santa Catarina, N.L.	81 8336 1093
Universidad Av. Universidad Nte. 101 Local-7, Residencial Anáhuac, 66450 San Nicolás de los Garza, N.L.	81 8376 3527
Huinalá Av. Carretera Camino a Huinalá 100 Local B-26. El Milagro, Centro Comercial Plaza Altea, 66634 Apodaca, N.L.	81 1872 9000
Gonzalitos José Eleuterio González 315, Plaza Real (Local No. 20-E), Jardines del Cerro, 64050 Monterrey, N.L.	81 8333 5793

Escobedo Av. Las Torres Pte. 100 Local-3, Nuestra Señora de Fátima, 66050 Escobedo, N.L.	81 8307 4444
Cumbres Leones Av. Paseo de los Leones 2215, Cumbres 2° sector, 64610 Monterrey, N.L.	81 8300 2803
Cumbres Elite Paseo de los Leones 185, Cumbes Elite, Monterrey, N.L.	81 1095 0612
Chapultepec Ave. Chapultepec1800 Oriente (Local B-04), Paraíso, C.P. 67140 Guadalupe, N.L.	81 8191 9424
Contry Av. Eugenio Garza Sada 745 local 27, Contry, Monterrey, N.L.	81 8365 6010
Sendero Avenida Sendero Nte. 803-B, Privadas de Anáhuac France, Escobedo, N.L.	81 1104 8944

Coahuila

Hospital Saltillo Carretera Saltillo- Monterrey Km 4.5, 25204 Saltillo, Coahuila.	84 4411 7000
Centros de Atención Médica:	844 431 9652
Plaza Cristal Carr. Los Gonzalez 423, Jardines de la Florida, 25296 Saltillo, Coah.	844 418 1281
Nogalera Pfco. Luis Echeverría 1474, Lourdes Oriente, 25090 Saltillo, Coah.	

Tamaulipas

Hospital Reynosa Tiburcio Garza Zamora Kilómetro 5.5, Rancho Grande, 88610 Reynosa, Tamps.	899 909 6900
---	--------------

Centros de Atención Médica

Periférico 899 946 8847
 Carretera Monterrey S/N Local 33, Lomas del Real de
 Jarachina, 88730
 Reynosa. Tamaulipas

Chihuahua

Hospital Del Parque 614 439 7979
 Dr. Pedro Leal Rodriguez 1802, Centro, 31000 Chihuahua,
 Chihuahua

Clínica Juventud 614 158 9000
 Perif. de la Juventud, Valle del Ángel, 31115 Chihuahua, Chih.

Guanajuato

Centro de Medicina Ambulatoria, Irapuato 462 607 4400
 Av. Murano 248, Las Heras 2da Secc, 36640 Irapuato, Gto.

Puebla

Hospital Betania 222 213 8300
 Av 11 Ote. 1826, Azcarate, 72501 Puebla, Pue.

Hospital UPAEP 222 229 8100
 Av 5 Pte. 715, Centro, 72000 Puebla, Pue.

Yucatán

Hospital Faro del Mayab 999 689 4500
 Calle 24 s/n x 7 y 7A Santa Gertrudis, Copó, 97115 Mérida, Yuc.