



COVID-19 – Preguntas frecuentes

¿Qué es un coronavirus y el COVID-19?

Los coronavirus son una amplia familia de virus que causan infecciones respiratorias. Estas infecciones pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio agudo severo (SARS) y el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS). Este nuevo coronavirus se originó en la provincia china de Hubei y la enfermedad que causa el virus se llama COVID-19.

¿Cómo se propaga este coronavirus?

La forma más probable de que se propague el COVID-19 es de persona a persona a través de:

- El contacto estrecho con una persona mientras es infecciosa o en las 24 horas anteriores a que presente síntomas.
- El contacto estrecho con una persona con una infección confirmada que tose o estornuda.
- Tocar objetos o superficies (como manijas, pomos o mesas) contaminados por la tos o el estornudo de una persona con una infección confirmada, y luego tocarse la boca o la cara.

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los síntomas del COVID-19 son similares a los de otros resfriados y gripes e incluyen:

- fiebre
- dolor de garganta
- tos
- cansancio
- dificultad al respirar.

Pese a que el coronavirus es preocupante, es importante recordar que lo más probable es que la mayoría de las personas que presentan estos síntomas sufran un resfriado u otra enfermedad respiratoria, no el coronavirus.

¿Qué hago si desarrollo síntomas?

Si desarrolla síntomas en un plazo de 14 días desde que llegó a Australia o en los 14 días siguientes a su último contacto con un caso confirmado, debe concertar una cita con su médico para someterse a una evaluación urgente.

Debe llamar por teléfono a la clínica u hospital antes de llegar y contarles su historial de viajes o que ha estado en contacto con un caso confirmado de coronavirus. Debe permanecer aislado ya sea en su casa, en un hotel o en un establecimiento de asistencia sanitaria hasta que las autoridades de salud pública le informen de que puede retomar sus actividades habituales de forma segura.

¿Me debo hacer la prueba del COVID-19?

Su médico le dirá si debe hacerse la prueba y se encargará de organizarla.

Solo le harán la prueba si su médico decide que cumple los criterios:

- Ha vuelto del extranjero en los últimos 14 días y desarrolla una enfermedad respiratoria con o sin fiebre

- Ha estado en contacto estrecho con un caso confirmado de COVID-19 en los últimos 14 días y desarrolla una enfermedad respiratoria con o sin fiebre
- Tiene una neumonía grave adquirida en la comunidad y no hay una causa clara
- Es un trabajador sanitario que trabaja en contacto directo con los pacientes y tiene una enfermedad respiratoria y fiebre

Si cumple alguno de estos criterios, su médico puede solicitar que se le realice la prueba del COVID-19. Es importante recordar que muchas personas con síntomas similares a los del COVID-19 no tendrán el virus. Solo se hacen las pruebas a los casos sospechosos para asegurarnos de que nuestros laboratorios puedan satisfacer la demanda. No hay ninguna necesidad de hacer pruebas a personas que se encuentran bien y no cumplen los criterios descritos.

¿Quién tiene que aislarse?

Todas las personas que lleguen a Australia a partir de la medianoche del 15 de marzo de 2020, o que crean que pueden haber estado en contacto estrecho con un caso confirmado de coronavirus, deben autoaislarse durante 14 días.

Alguien con quien convivo se va a hacer la prueba del COVID-19. ¿Debo autoaislarme y hacerme la prueba yo también?

Si un miembro de su casa es un caso sospechoso, puede que usted tenga que aislarse. Esto lo determinará su unidad de salud pública estudiando cada caso particular. Su unidad de salud pública se pondrá en contacto con usted si tiene que aislarse. Para más información, lea nuestra hoja informativa sobre [aislamiento en casa](#).

¿Qué significa aislarse en casa?

Si le han diagnosticado el COVID-19, debe quedarse en casa para evitar que se propague a otras personas. También le podrán pedir que se quede en casa si ha podido estar expuesto al virus.

Quedarse en casa significa:

- no ir a sitios públicos como su lugar de trabajo, la escuela, centros comerciales, la guardería o la universidad
- pedirle a alguien que le traiga comida y otros artículos de primera necesidad y se los deje en la puerta de casa
- no dejar que entren visitas, solo deben estar en su casa las personas que normalmente viven con usted

No tiene que llevar mascarilla en casa. Si necesita salir para buscar atención médica, póngase una mascarilla quirúrgica (si la tiene) para proteger a los demás.

Debe permanecer en contacto con su familia y amigos por teléfono e internet. Para más información, lea nuestra hoja informativa sobre [aislamiento en casa](#).

¿Qué es el distanciamiento social?

El distanciamiento social es una forma de ayudar a ralentizar la propagación de virus como el COVID-19. El distanciamiento social incluye quedarse en casa cuando no se encuentre bien, evitar reuniones públicas multitudinarias si no son esenciales, mantener una distancia de 1,5 metros entre usted y otras personas siempre que sea posible y minimizar el contacto físico como estrechar la mano, especialmente con personas con mayor riesgo de desarrollar síntomas graves, como personas mayores y personas con otras afecciones de salud.

No es necesario que cambie su rutina diaria, pero tomar estas precauciones de distanciamiento social puede ayudar a proteger a las personas de nuestra comunidad que corren mayor riesgo.

¿Quién corre mayor riesgo de desarrollar una enfermedad grave?

Algunas personas infectadas pueden no enfermar en absoluto, algunas tendrán síntomas leves de los que se recuperarán con facilidad, y otras pueden ponerse muy enfermas, muy rápidamente. Por lo que sabemos de experiencias previas con otros coronavirus, las personas con mayor riesgo de desarrollar una infección grave son:

- las personas con el sistema inmunológico debilitado (p.ej. cáncer)
- las personas mayores
- las personas aborígenes e isleñas del estrecho de Torres, ya que tienen índices más elevados de enfermedades crónicas
- las personas con afecciones médicas crónicas
- las personas que conviven en entornos residenciales
- las personas que se encuentran en establecimientos penitenciarios
- los niños muy pequeños y los bebés.*

*En este momento, el riesgo de los niños y los bebés, y el papel que juegan los niños en la transmisión del COVID-19, no está claro. No obstante, hasta ahora la tasa de casos de COVID-19 confirmados entre niños ha sido baja, en comparación con la población general.

¿Cómo se trata el virus?

No hay un tratamiento específico para los coronavirus. Los antibióticos no son eficaces contra los virus. La mayoría de los síntomas se pueden tratar con asistencia médica de apoyo.

¿Cómo podemos ayudar a evitar la propagación del coronavirus?

Unos buenos hábitos de higiene de manos y al estornudar/toser y mantener la distancia de los demás cuando se está enfermo es la mejor defensa contra la mayoría de los virus. Debe:

- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, antes y después de comer, y después de ir al baño.
- Taparse cuando tose y estornuda, tirar los pañuelos de papel, y usar desinfectante de manos a base de alcohol.
- Si se encuentra mal, evitar el contacto con los demás (mantenerse a más de 1,5 metros de la gente).
- Ejercer su responsabilidad personal y tomar medidas de distanciamiento social.

¿Puedo visitar a familiares y amigos que están en centros de cuidado para la tercera edad?

El brote de cualquier virus en un centro de cuidado para la tercera edad puede causar graves problemas. Independientemente de eso, el COVID-19 es un riesgo para la salud de la gente mayor. Para proteger a las personas mayores, se han establecido restricciones. No visite centros de cuidado para tercera edad si:

- ha regresado del extranjero en los últimos 14 días
- ha estado en contacto con un caso confirmado de COVID-19 en los últimos 14 días
- tiene fiebre o síntomas de una infección respiratoria (p.ej. tos, dolor de garganta, dificultad al respirar)

A partir del 1 de mayo, deberá estar vacunado contra la gripe para poder visitar un centro de cuidado para la tercera edad.

El Gobierno también ha anunciado que los centros de cuidado para la tercera edad deben tomar precauciones adicionales en lo que respecta a las visitas, tales como:

- asegurarse de que las visitas sean cortas
- asegurarse de que las visitas se limiten a un máximo de dos visitantes, médicos incluidos, cada vez
- asegurarse de que las visitas tengan lugar en el dormitorio del residente, al aire libre, o en una zona específica designada por el centro y no en las zonas comunes
- que no haya visitas o reuniones de grupos grandes, incluidas las actividades sociales o de entretenimiento
- que no se realicen visitas de grupos escolares de ningún tamaño
- que no se permita la entrada a niños menores de 16 años, excepto en circunstancias especiales.

Si no es posible visitar a familiares y amigos en centros de cuidado para la tercera edad, es importante mantenerse en contacto por teléfono y videollamadas, mandar postales, fotos, dibujos, o vídeos.

¿Puedo ir a reuniones públicas como conciertos y eventos deportivos?

Actualmente, la transmisión comunitaria del COVID-19 no se ha extendido en Australia. Para ayudar a ralentizar la propagación, el Gobierno de Australia ha aconsejado que las reuniones no esenciales al aire libre se limiten a 500 personas.

Las reuniones o conferencias no esenciales de personal crucial, como profesionales de la salud y de los servicios de emergencia, también se deben limitar. Este consejo no incluye lugares de trabajo, escuelas, universidades, tiendas, supermercados, transporte público y aeropuertos.

Para proteger a los australianos vulnerables, el Gobierno también ha aconsejado reducir los visitantes de todos los centros de cuidado para la tercera edad y las comunidades aborígenes e isleñas del estrecho de Torres.

Estas precauciones son de suma importancia para personas de más de 60 años, especialmente si tienen una enfermedad crónica.

¿Y los eventos en espacios interiores como gimnasios, bares, cines y restaurantes?

A partir del 18 de marzo de 2020, las reuniones no esenciales de más de 100 personas organizadas en espacios interiores ya no estarán permitidas. Las reuniones de menos de 100 personas deberán seguir precauciones adicionales, tales como:

- Tener en cuenta el tamaño del local, el número de personas en él, y cuánto espacio tiene la gente para moverse de forma segura. Las personas deben poder mantenerse a una distancia de 1,5 metros.
- Debe haber disponibles productos de higiene de manos como agua y jabón y papeleras adecuadas, que se deben limpiar con frecuencia.
- Las personas que no se encuentren bien deberán quedarse en casa.
- No se debe permanecer más de dos horas en un lugar donde hay mucho movimiento e interacciones como un bar o un club nocturno.
- No se debe permanecer más de cuatro horas en lugares donde el movimiento es limitado, como teatros, restaurantes, cines y eventos deportivos.

- Se deben reconsiderar los requisitos de capacidad máxima de los locales si superan un aforo de 100 personas.

Los gimnasios, bares, restaurantes y cines no tienen que cerrar por el momento, siempre que apliquen las precauciones de distanciamiento social y los buenos hábitos de higiene.

¿Y el transporte público como aviones, autobuses, trenes, vehículos compartidos y taxis?

Todos los australianos deben reconsiderar sus viajes no esenciales. Aunque el riesgo de contraer el COVID-19 en un avión es bajo, no se recomienda viajar si no es indispensable.

La mayoría del transporte público se considera esencial. Sin embargo, el Gobierno recomienda que los empleadores ofrezcan planes de trabajo flexibles para minimizar el número de personas que viaja en transporte público al mismo tiempo. Los servicios de larga distancia conllevan un mayor riesgo de infección y debe reconsiderarse su uso en este momento.

Los ferris Spirit of Tasmania se consideran un servicio esencial y seguirán funcionando.

De ser posible, siéntese en el asiento trasero de los taxis y los vehículos compartidos.

El transporte de grupos de personas de riesgo, incluidas personas mayores, debe evitarse siempre que sea posible.

En mi lugar de trabajo hay más de 100 personas. ¿Puedo seguir yendo a trabajar?

Sí, puede seguir yendo a trabajar. Actualmente, el Gobierno recomienda que las reuniones organizadas no esenciales se limiten a un máximo de 100 personas. Este consejo no incluye lugares de trabajo, escuelas, universidades, tiendas, supermercados, transporte público y aeropuertos. Si no se encuentra bien, debe quedarse en casa para evitar la propagación de gérmenes a los demás.

¿Debería dejar de llevar a mis hijos a la guardería o a la escuela?

No, en este momento el Gobierno recomienda continuar con las actividades esenciales del día a día, incluidas las escuelas y guarderías. Si su hijo no se encuentra bien, debe quedarse en casa para evitar la propagación de gérmenes a los demás.

Hasta ahora, la información que nos llega de todo el mundo indica que los niños que desarrollan COVID-19 tienen síntomas muy leves y parece darse muy poca transmisión entre niños.

Singapur se ha convertido en un claro ejemplo de las ventajas de mantener las guarderías y las escuelas operativas durante la pandemia del COVID-19.

Las escuelas deben asegurarse de que sus hábitos de higiene son los adecuados y de que se educa y anima a los niños para que practiquen el distanciamiento social siempre que sea posible.

¿Y los deportes y actividades?

Los principales eventos deportivos y actividades comunitarias se podrán posponer o cancelar en función del tamaño del evento y la cantidad prevista de asistentes.

Los deportes comunitarios pueden continuar en este momento. No obstante, solo deben asistir a las actividades los participantes esenciales, esto es, jugadores, entrenadores, árbitros, personal y voluntarios implicados en su funcionamiento y padres/tutores de los participantes.

¿Debería llevar mascarilla?

No tiene que llevar mascarilla si goza de buena salud. Aunque el uso de mascarillas puede ayudar a evitar la transmisión de la enfermedad de pacientes infectados a otras personas, actualmente no se recomienda su uso en ciudadanos sanos para la prevención de infecciones como el coronavirus.

Más información

Para consultar los consejos, información y recursos más recientes, visite www.health.gov.au

Llame a la Línea nacional de ayuda con el coronavirus al 1800 020 080. Está disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana. Si necesita servicios de traducción o interpretación, llame al 131 450.

Puede encontrar el número de teléfono de la agencia de salud pública de su estado o territorio en www.health.gov.au/state-territory-contacts

Si le preocupa su salud, consulte a su médico.