

COVID-19

¿Qué es el COVID-19?

El COVID-19 es causada por el virus SARS-CoV-2. La mayoría de las personas que contraen el COVID-19 tienen síntomas leves y algunas personas pueden infectarse y nunca tener síntomas. Pero el COVID-19 también puede causar enfermedades graves y la muerte. Algunas personas están en [mayor riesgo de enfermedad grave](#) por COVID-19. Después de la infección, algunas personas padecen de condiciones posteriores al COVID. Esto incluye una amplia variedad de síntomas nuevos o recurrentes o problemas de salud continuos que pueden durar semanas o meses. Incluso las personas que no tuvieron síntomas al principio pueden padecer de condiciones posteriores al COVID. Para obtener más información, consulte la página web de los CDC [Afecciones posteriores al COVID-19 de los CDC](#).

¿Qué son las variantes del coronavirus?

Como todos los virus, el SARS-CoV-2 cambia constantemente a través de la mutación. Estas mutaciones se suman y crean versiones ligeramente diferentes del virus, llamadas "variantes". A veces, una mutación hará que el virus se propague de forma más fácil, enfermado más a las personas o haciendo el virus resistente al tratamiento o las vacunas. Las vacunas contra el COVID-19 utilizadas en Estados Unidos ayudan a prevenir enfermedades graves y la muerte por variantes, incluida la variante Ómicron. Para más información, consulte la página web de los CDC, [Información importante acerca de las variantes](#).

¿Cómo se propaga el COVID-19?

El virus SARS-CoV-2 se transmite de persona a persona principalmente a través de gotas respiratorias que son liberadas al aire por una persona que tiene COVID-19. Por ejemplo, cuando hablan, cantan, tosen, gritan, estornudan o respiran con dificultad. Estas gotas luego son inhaladas por otras personas o caen en su nariz, boca u ojos. El riesgo de que una persona se infecte aumenta cuanto más cerca está de alguien con COVID-19. Los lugares cerrados con poco flujo de aire también pueden aumentar el riesgo de infectarse. Esto se debe a que las gotas que contienen el virus pueden concentrarse y propagarse en el aire más allá de los 6 pies. Incluso pueden permanecer flotando en el aire después de que una persona infectada haya abandonado la habitación. También es posible, pero menos común, que el virus se propague al tocar una superficie con gotitas y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca. Para más información, vea la página web de los CDC [Cómo se propaga el COVID-19](#).

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los síntomas de COVID-19 pueden incluir uno o más de los siguientes: fiebre, escalofríos, tos, falta de aire o dificultad para respirar, sensación de cansancio, dolores musculares o corporales, dolor de cabeza, dolor de garganta, náuseas o vómitos, diarrea, congestión o secreción nasal o pérdida reciente del gusto u olfato. Algunas personas con infección por COVID-19 nunca tienen síntomas.

¿Qué pasa si tengo síntomas de COVID-19?

Si tiene síntomas de COVID-19, quédese en casa lejos de los demás y hágase una prueba de COVID-19 de inmediato. Hable con su médico sobre cualquier síntoma que le preocupe. Visite ph.lacounty.gov/covidcuidado para obtener más información sobre qué hacer si está enfermo. Para obtener información sobre cómo hacerse una prueba de COVID-19, visite ph.lacounty.gov/covidpruebas/como. Si necesita ayuda para encontrar un médico, llame a la línea de ayuda 24/7 al 2-1-1 o visite 211LA.org.

COVID-19

¿Cuándo debería hacerme la prueba de detección de COVID-19?

Es importante hacerse una prueba de COVID-19, incluso si [está al día](#) con sus vacunas contra el COVID-19:

- Si tiene síntomas de COVID-19
- Si es un contacto cercano con alguien con COVID-19 (vea la definición de contacto cercano a continuación)
- También es una buena idea hacerse la prueba antes y después de asistir a una reunión o evento y antes y después de viajar.

Visite ph.lacounty.gov/covidpruebas para obtener más información sobre cuándo hacerse la prueba y cómo hacerse la prueba.

¿Qué pasa si doy positivo para COVID-19?

Esto significa que la prueba detectó el virus COVID-19. Es muy probable que tenga el COVID-19 y pueda transmitirlo a otros. Debe aislarse (mantenerse alejado de los demás) durante al menos 5 días. Debe usar una mascarilla de alta protección si debe estar cerca de otras personas mientras está aislado. Siga atentamente las instrucciones de aislamiento en ph.lacounty.gov/covidaislamiento.

Dígales a todos sus contactos cercanos que han estado expuestos. Podrían estar infectados y deben tomar medidas para reducir el riesgo de propagar el COVID-19. Deles las [instrucciones para contactos cercanos](#), disponibles en varios idiomas en ph.lacounty.gov/covidcontactos. Sus contactos cercanos deben seguir las instrucciones incluso si se sienten bien o están completamente vacunados.

Obtenga más información sobre los resultados de las pruebas en [Comprender el resultado de su prueba viral](#) en ph.lacounty.gov/covidpruebas.

¿Puedo obtener medicamentos para tratar el COVID-19?

Si tiene síntomas y da positivo por COVID-19 Y corre un [mayor riesgo](#) de enfermarse, hay medicamentos que puede tomar para ayudarlo a mantenerse fuera del hospital. Puede ser elegible para el tratamiento si tiene 65 años o más O sin importar su edad por consejo de un proveedor médico. Algunos de los medicamentos se toman por la boca (tratamiento oral) y otros se inyectan.

Hay varias maneras diferentes de obtener medicamentos para el COVID-19.

- Su médico puede escribirle una receta.
- También puede usar un programa federal de Prueba y Tratamiento o el Servicio de Telesalud de Salud Pública (1-833-540-0473). Estos servicios brindan acceso a pruebas, evaluación para el tratamiento y, si es elegible, tratamiento oral.

Si tiene un alto riesgo de enfermarse gravemente por COVID-19, comuníquese con su médico o con un servicio de prueba y tratamiento de inmediato, incluso si sus síntomas son leves. No se demore: los medicamentos funcionan mejor cuando se administran lo antes posible después de que comienzan los síntomas.

Para más información. sobre los medicamentos y cómo obtenerlos, visite ph.lacounty.gov/covidmedicamentos.

COVID-19

¿Cuándo se me considera contacto cercano de alguien con COVID-19?

Usted es un "contacto cercano" si compartió el mismo espacio aéreo interior con alguien con el COVID-19, durante un total de 15 minutos o más durante un período de 24 horas mientras eran infecciosos*. Ejemplos de espacios aéreos interiores son casas, salas de espera y aviones. Un ejemplo de 'un total de 15 minutos o más' es estar en el mismo espacio aéreo con la persona durante 5 minutos al menos 3 veces diferentes en 24 horas.

*Se considera que una persona con COVID-19 es infecciosa (lo que significa que puede transmitir el COVID-19 a otras personas) desde 2 días antes de que comiencen los síntomas hasta que termine su aislamiento. Si dio positivo por COVID-19 pero no tuvo ningún síntoma, se considera infeccioso desde 2 días antes de que se le hiciera la prueba hasta que finalice su aislamiento.

¿Qué debería hacer si soy un contacto cercano de alguien con COVID-19?

En el condado de Los Ángeles, si es un contacto cercano de alguien con COVID-19 y no tiene síntomas, no necesita ponerse en cuarentena. Debe hacerse la prueba de COVID-19 y monitorear su salud y usar una mascarilla de alta protección durante 10 días. Siga todas [las instrucciones](#) para contactos cercanos en ph.lacounty.gov/covidcontactos. Algunos contactos cercanos deben ponerse en cuarentena o ser excluidos del trabajo si viven o trabajan en un entorno de [alto riesgo](#). Las personas que estuvieron expuestas en el trabajo o la escuela deben seguir las instrucciones del lugar de [trabajo](#) o la [escuela](#).

¿Cuándo estoy al día con mis vacunas contra el COVID-19?

Está al día con sus vacunas contra el COVID-19 cuando ha recibido todas las dosis recomendadas en la serie primaria, y ha recibido todas las dosis de refuerzo recomendadas a su debido tiempo. [Los Calendarios de vacunas contra el COVID-19](#) del Departamento de Salud muestran cuando le toca cada dosis. Obtenga más información en el sitio web de los CDC [Mantenga sus vacunas contra el COVID-19 al día](#).

¿Cómo puedo vacunarme contra el COVID-19?

Las vacunas contra el COVID-19 están ampliamente disponibles en todo el Condado de Los Ángeles sin cita previa. Visite www.VacunateLosAngeles.com y haga clic en "[Cómo Vacunarse](#)" para encontrar una ubicación cerca de usted. Si necesita ayuda para programar una cita, necesita transporte a un sitio de vacunación o está confinado en su hogar, puede llamar al **1-833-540-0473** de 8 A.M. a 8:30 P.M., los 7 días de la semana. La información también está disponible en varios idiomas 24/7, llamando al 2-1-1. Las vacunas son siempre gratuitas y están disponibles para todas las personas mayores de 5 años, sin importar su estatus migratorio.

¿Puedo obtener medicamentos para prevenir el COVID-19?

Sí, si no puede vacunarse contra el COVID-19 por razones médicas o si tiene un sistema inmunológico [moderado o gravemente inmunodeprimido](#). El medicamento, llamado Evusheld, se usa *antes* de estar expuesto al COVID-19. Se administra para evitar que usted se infecte. Se administra mediante inyección a personas mayores de 12 años que pesan al menos 88 libras. Para obtener más información, visite ph.lacounty.gov/covidmedicamentos y hable con su médico.

COVID-19

¿Cómo puedo protegerme a mí mismo y a los demás de contraer COVID-19?

- **Vacúnese y reciba su(s) dosis de refuerzo(s) si es elegible.** Es la mejor forma de protegerse contra el COVID-19. La vacunación ralentizará la propagación de variantes y disminuirá las posibilidades de que surjan variantes nuevas y aún más peligrosas.
- **Use una mascarilla que se ajuste y filtre bien.** Consulte ph.lacounty.gov/mascarillas para obtener más información.
- **Obtenga medicamentos para prevenir el COVID-19 si es elegible** (consulte la información anterior).
- **Evite los lugares donde el COVID-19 se propaga más fácilmente,** esto incluye lugares interiores con mucha gente, espacios cerrados con poca circulación de aire y ambientes en los que las personas hablan en proximidad.
- **Mejore el flujo de aire.** Abra las ventanas y puertas y evite los espacios interiores con poca circulación de aire. Consulte [los Consejos para reducir el riesgo de COVID-19 en espacios interiores](#) del Departamento de Salud Pública de California y la página web [Mejorar la ventilación en su casa](#) de los CDC para obtener más información.
- **Elija espacios al aire libre** para actividades sociales y de acondicionamiento físico.
- **Lávese las manos y/o use desinfectante de manos con frecuencia.** En especial después de estar en espacios públicos donde muchas personas tocan superficies. Quédese en casa cuando este enfermo.

Siga las instrucciones en ph.lacounty.gov/covidcontactos si es un contacto cercano

Consulte ph.lacounty.gov/reduciriskSpanish para obtener más consejos.

Todavía siento estrés por el COVID-19, ¿qué puedo hacer?

A medida que el mundo continúa combatiendo el COVID-19, es posible que se sienta preocupado y temeroso por su salud y la salud de sus seres queridos, los problemas financieros, los cambios en el estilo de vida y otros factores también pueden causar estrés adicional. Asegúrese de estar atento a las señales de angustia, realizar cuidados personales regulares y buscar ayuda cuando sea necesario.

Si usted o alguien que conoce está teniendo dificultades para sobrellevar la situación, hay ayuda disponible las 24/7, llame a la línea de ayuda del Departamento de Salud Mental del Condado de Los Ángeles al 1-800-854-7771. También puede enviar un mensaje de texto con "LA" al 741741 o hablar con su médico. La página web <http://dmh.lacounty.gov/resources> incluye consejos para ayudar a controlar el estrés y mejorar su salud emocional.

Las personas que viven en el condado de Los Ángeles tienen acceso gratuito a iPrevail.com, un recurso de salud mental en línea para ayudar con los factores estresantes de la vida diaria. Después de una breve evaluación, se le conectará a un soporte personalizado que puede incluir chat a pedido con entrenadores de pares, lecciones a su propio ritmo para mejorar el bienestar y grupos de apoyo de la comunidad. iPrevail está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, en inglés y español.

COVID-19

¿Dónde puedo obtener información confiable sobre el COVID-19?

Hay mucha desinformación sobre el COVID-19. Consulte las fuentes confiables para obtener información precisa sobre el COVID-19, incluidas las siguientes:

- Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles: Información sobre el COVID-19: ph.lacounty.gov/Coronavirus
- Vacunación contra el COVID-19:
 - [VacunateLosAngeles.com](https://www.vacunatelosangeles.com) para obtener [Preguntas Frecuentes \(FAQ\) y hojas informativas](#), información sobre [Cómo vacunarse](#) y más.
- [Departamento de Salud Pública de California](#)
- [Centro de Control y Prevención de Enfermedades](#)
- [Organización Mundial de la Salud \(OMS\)](#)

Llame al Centro de Llamadas del DPH al **1-833-540-0473** de 8 am a 8:30 pm todos los días o al **2-1-1** (abierto las 24 horas, los 7 días de la semana) si tiene preguntas o necesita ayuda para obtener vacunas, tratamiento o recursos.

Tenga cuidado con las estafas relacionadas al COVID-19

A medida que continúa la pandemia del COVID-19, los estafadores siguen trabajando para engañar a la gente y sacarles dinero. Para obtener más información sobre cómo evitar una estafa y qué hacer si es víctima de una estafa, visite la página web DPH [Estafas y fraudes relacionadas al COVID-19](#).