



Información para contactos estrechos de un caso confirmado

Se le ha identificado como una persona que ha tenido contacto estrecho con alguien a quien se le ha diagnosticado la enfermedad por coronavirus (COVID-19). Alguien de su unidad local de salud pública estará en contacto con usted a diario mientras corra el riesgo de desarrollar la infección para vigilar sus síntomas. Debe aislarse usted mismo en casa durante 14 días desde su último contacto con el caso confirmado. Por favor, lea atentamente esta información.

¿Qué significa aislarse uno mismo en casa?

Las personas a las que se les recomienda aislarse no deben acudir a lugares públicos, en especial al trabajo, la escuela, la guardería o la universidad. Solo deben estar en su casa las personas con las que suele convivir, no permita que entren visitas. No es necesario llevar mascarillas en casa. Siempre que sea posible, pida a otras personas como amigos o familiares, que no tengan que estar aislados, que le traigan comida u otros artículos de primera necesidad. Si no tiene más remedio que salir de casa, por ejemplo, para buscar atención médica, póngase una mascarilla quirúrgica si la tiene.

¿Qué es un coronavirus y el COVID-19?

Los coronavirus pueden hacer enfermar a los humanos y a los animales. Algunos coronavirus pueden causar enfermedades similares al resfriado común y otros pueden causar enfermedades más graves, como el síndrome respiratorio agudo severo (SARS) y el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS). Este nuevo coronavirus (llamado SARS-COV-2) se originó en la provincia china de Hubei. El virus causa la enfermedad por coronavirus 2019, comúnmente conocida como COVID-19.

¿Cómo se propaga la infección?

La forma más probable de que se propague la infección 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, o
- tocar objetos o superficies (como manijas, pomos o mesas) contaminados por la mucosidad cargada de virus proveniente de la tos o el estornudo de una persona con una infección confirmada, y luego tocarse la boca o la cara.

La mayoría de las infecciones son transmitidas únicamente por personas cuando ya presentan síntomas, que pueden incluir fiebre, tos, dolor de garganta, cansancio y dificultad al respirar.

Los contactos estrechos de una persona con una infección confirmada (como las personas que viven en la misma casa o que comparten un espacio cerrado durante un periodo prolongado de tiempo) corren mayor riesgo de infectarse.

¿Durante cuánto tiempo puede una persona contagiar la infección a los demás?

El periodo de tiempo durante el que una persona es infecciosa, es decir, puede contagiar la infección a los demás, aún se desconoce. No obstante, ha habido indicios emergentes de infección asintomática o mínimamente sintomática y de transmisión presintomática. Es posible que una

persona pueda contagiar la infección desde antes de que empiece a desarrollar síntomas hasta un día después de que los síntomas desaparezcan.

¿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. debido a un 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 diagnosticadas
- los niños muy pequeños y los bebés*
- las personas que conviven en entornos residenciales
- las personas que se encuentran en establecimientos penitenciarios.

*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.

¿Qué hago si desarrollo síntomas?

Si desarrolla síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta, cansancio o dificultad al respirar) 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 puede haber estado en contacto con un caso potencial de coronavirus. Debe permanecer aislado ya sea en su casa 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.

¿Cómo se trata la infección?

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

¿Cómo podemos ayudar a evitar la propagación de la infección?

Unos buenos hábitos de higiene de manos y al estornudar/toser son 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 la boca y la nariz 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).

¿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.

¿Dónde puedo obtener más información?

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

Llame a la Línea nacional de información médica sobre 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.