

# Desacreditar 19 mitos sobre el coronavirus (COVID-19)

*Este documento de orientación continuará actualizándose a medida que la situación COVID-19 cambie. Para más información, últimas noticias y recursos, visite: [www.coronavirusnetwork.org](http://www.coronavirusnetwork.org)*

## **1. Si usted tiene coronavirus, es una sentencia de muerte.**

La mayoría de los casos de coronavirus son leves y no requieren ir al hospital. Algunas personas no muestran síntomas en absoluto. Los jóvenes son más propensos a tener casos leves. Los ancianos o aquellos con problemas pulmonares u otros problemas de salud existentes son más propensos a tener casos graves. Es demasiado pronto para conocer el porcentaje exacto de personas que morirán si contraen coronavirus, pero la mejor conjetura es entre 1% - 4% y dependerá de su edad, condiciones médicas preexistentes y atención que reciba cuando esté enfermo.

## **2. No hay nada más que podamos hacer para detener la propagación del coronavirus.**

Incluso con el creciente número de personas que reciben coronavirus, todavía hay muchas cosas que podemos hacer para detener la propagación cambiando nuestro comportamiento: lavándonos las manos, evitando tocarnos la cara en público y quedándonos en casa cuando nos sentimos enfermos. Si frenamos la propagación del coronavirus, ayudamos a los hospitales a no tener demasiadas personas a las que cuidar a la vez.

## **3. Usar una mascarilla facial es necesario para protegerse de infectarse**

Mientras que hay algunas maneras en que las máscaras ayudan a protegerse del coronavirus, no es necesariamente útil todo el tiempo. Las máscaras de papel pueden ayudarte a evitar tocarte la boca y la nariz. Una máscara es un recordatorio para los demás durante este tiempo debemos tener cuidado de mantenernos saludables. Si toma las precauciones adecuadas, puede evitar la propagación del coronavirus. En muchas situaciones puede mantenerse a salvo sin una máscara.

Hay máscaras especiales llamadas "respiradores N95" que pueden reducir en gran medida la propagación del virus para el personal médico que cuida a los enfermos. Si va a utilizar una máscara facial, debe aplicarse y desgastarse correctamente para que funcione. Las personas requieren entrenamiento para ajustar correctamente los respiradores N95 alrededor de sus narices, mejillas y barbillas para asegurarse de que ningún aire puede escabullirse alrededor de los bordes de la máscara; y los usuarios también deben aprender a revisar el equipo en busca de daños después de cada uso. Estas máscaras son muy importantes para proteger a los trabajadores de la salud.

## **4. Las personas de Asia o Oriente Medio son más propensas a tenerlo, usted debe evitarlos.**

No hay verdad en esta declaración. No hay raza o etnia de personas que sean más propensas a tener coronavirus. Obtienes el coronavirus al estar expuesto a otra persona que lo tiene, sin importar sus antecedentes. El brote de virus comenzó en China, por lo que las personas que habían viajado a China eran más propensas a tener la enfermedad durante el inicio del brote. El coronavirus no discrimina por motivos de raza o etnia y tampoco debe hacerlo.

#### **5. Usted puede obtener el coronavirus si come en un restaurante chino.**

El coronavirus no sólo afecta a las personas de ascendencia china, afecta a todas las personas. Temer a las personas de cierto descenso no te mantendrá a salvo. Los restaurantes y negocios chinos no representan más una amenaza que cualquier otro restaurante o negocio.

#### **6. Si usted tiene coronavirus, "lo sabrás"**

Usted puede tener coronavirus sin mostrar ningún síntoma en absoluto. Muchos de los síntomas del coronavirus son similares a la gripe y al resfriado común, como fiebre o tos. Si tiene dificultad para respirar o fiebre alta persistente, entonces debe buscar tratamiento médico. La única manera de saber si usted tiene coronavirus es hacerse la prueba para él.

#### **7. El coronavirus es igual que la gripe, pero la gripe mata a más personas.**

Es cierto que algunos síntomas de la gripe y el coronavirus son similares y ambos pueden propagarse a través de la tos y los estornudos. Sin embargo, la gripe y el coronavirus son enfermedades totalmente diferentes. La vacuna contra la gripe no le protegerá del coronavirus. El coronavirus es una nueva enfermedad de la que todavía estamos aprendiendo a medida que continúa protagonizándose. El mundo no sabrá lo mortal que es el coronavirus en comparación con la gripe durante muchos meses. Mucho depende de cómo respondamos a ella.

#### **8. El coronavirus fue hecho por alguien en un laboratorio.**

No hay evidencia de que el virus se haya hecho en un laboratorio. Los científicos que han comenzado a estudiar el coronavirus dicen que se asemeja a otros que saltaron de animales a humanos. Muchos virus que afectan a los seres humanos se originan en los animales. Estos virus cambian naturalmente para que puedan infectar no sólo a los animales, sino también a los seres humanos.

#### **9. Una vacuna contra el coronavirus podría estar lista pronto, tal vez dentro de unos meses.**

Hay muchas empresas que ahora trabajan en una vacuna contra el coronavirus, pero tomará tiempo desarrollarse. Una vacuna requiere tiempo para las pruebas para asegurarse de que será eficaz, así como segura para las personas. Lo más probable es que una vacuna no esté disponible hasta algún momento de 2021.

#### **10. El coronavirus sólo mata a los ancianos, por lo que los más jóvenes no necesitan estar tan preocupados.**

El coronavirus es más peligroso para las personas de edad avanzada, pero no significa que los jóvenes no deban preocuparse y tomar precauciones. Todas las personas que tienen

problemas pulmonares como el asma también pueden enfermarse gravemente. Los jóvenes pueden ayudar a proteger a los ancianos informando si se desean y siguiendo las instrucciones de cuarentena para evitar que el virus se propague a las personas que tienen más probabilidades de enfermarse.

#### **11. El coronavirus vino de la gente que come sopa de murciélagos**

Hay algunos videos en línea que muestran a las personas comiendo sopa de murciélagos u otros animales exóticos. No hay evidencia de que el virus haya empezado por la gente que come balos. Puede tomar años determinar la fuente del coronavirus como lo hizo con el VIH / SIDA y el ébola.

#### **12. El virus se está fortaleciendo en una cepa más mortal**

No hay nada que sugiera que el virus se haya convertido en una cepa más mortal. La tecnología moderna ofrece a los científicos la capacidad de monitorear y estudiar el virus para estar atentos a cualquier cambio.

#### **13. Usted necesita estar con una persona infectada durante al menos 10 minutos para obtener el virus**

Todo lo que se necesita para obtener el coronavirus es entrar en contacto con "gotas" que provienen de una tos o estornudo. Las gotas pueden sobrevivir en superficies que podrías tocar incluso cuando la persona de la que proviene no está cerca. No hay una cantidad establecida de tiempo que necesita estar con alguien para propagar el virus, de hecho es posible que ni siquiera entre en contacto directo con ellos, sólo las gotas

#### **14. Usar cualquier tipo de alcohol matará el virus en mis manos o cuerpo.**

El vodka u otras bebidas alcohólicas no matarán al virus. Para eliminar el virus, debe limpiarse las manos con jabón o usar el desinfectante de manos adecuado.

#### **15. Prohibir todos los viajes evitará la propagación del virus**

Evitar viajes innecesarios, especialmente cuando usted está enfermo, puede ayudar a prevenir la propagación del coronavirus. Sin embargo, las prohibiciones totales de viaje pueden impedir que las personas informen de casos y gobiernos compartan información sobre sus brotes. Si impides que todos viajen, eso podría impedir que voluntarios y suministros llegaran a donde necesitan ir.

#### **16. Está bien ir al trabajo o a la escuela si tengo un caso leve de coronavirus**

Por ir al trabajo o a la escuela cuando usted está enfermo y puede tener un caso leve de coronavirus que pone a otros en riesgo. Esto es especialmente cierto si usted puede entrar en contacto con alguien que es de edad avanzada o tiene problemas de salud que podría tener consecuencias mortales.

### **17. Cuando llegue el verano el virus se detendrá**

Podemos esperar que el clima cálido ralentizará o detenga la propagación del coronavirus, pero no hay evidencia de que esto sea cierto. El virus se está propagando en climas cálidos y fríos. Aquellos que actualmente estudian la enfermedad dicen que su investigación es demasiado temprana para predecir cómo el virus responderá al cambio climático.

### **18. Comer ajo puede ayudar a prevenir la infección con el coronavirus**

Se informa que el ajo tiene algunas propiedades antimicrobianas. Sin embargo, no hay evidencia de que comer ajo, o cualquier alimento, hierba o bebida, prevenga el coronavirus. Comer sano y beber muchos líquidos son formas generales de reducir los riesgos de enfermedades graves.

### **19. ¿Pueden las mascotas obtener y propagar coronavirus?**

Si bien ha habido informes de pequeñas cantidades del virus reportados en perros, no hay informes de que el coronavirus se propague a través de perros a personas. Todavía es una buena idea lavarse las manos con agua y jabón después del contacto con las mascotas. Esto te protege contra otras enfermedades.

La información para estas preguntas frecuentes proviene de: CENTRO de Los Estados Unidos para el Control de Enfermedades (CDC): <https://www.cdc.gov/coronavirus> La Organización Mundial de la Salud (OMS): <https://www.who.int/health-topics/coronavirus> Breanna Lathrop, DNP, MPH, FNP-BC: <https://goodsamatlanta.org/team/breanna-lathrop/> el Dr. Anthony Fauci, Director del Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas: <https://www.niaid.nih.gov/about/anthony-s-fauci-md-bio> Hannah Devlin Science Correspondent, The Guardian: <https://www.theguardian.com/profile/hannah-devlin> Stuart Weston, PhD University of Maryland School of Medicine: <https://www.medschool.umaryland.edu/profiles/Weston-Stuart/>

*Esta PREGUNTA fue escrita por Coronavirus Support Network, un proyecto de Sostento Inc., una organización sin fines de lucro con sede en Estados Unidos con sede en Estados Unidos 501c3 reconocida a nivel federal. Para unirse a la red, visite [www.coronavirusnetwork.org](http://www.coronavirusnetwork.org).*

