

## Mythbusting

### Deshaciendo Mitos

#### Addressing COVID-19 hearsay.

### Afrontando rumores sobre el COVID-19

Click on any question below to see the answer.  
Seleccione cualquier pregunta para encontrar la respuesta

#### Can I get the virus twice?

### ¿Puedo contraer el virus dos veces?

Aún no hay respuesta certera.

Después de exponerse al COVID-19, los pacientes si tienen anticuerpos. Pero estos anticuerpos no significan que haya inmunidad a largo plazo o que exista inmunidad. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) explican que el virus y la inmunidad aún no son entendidos completamente. Se han observado algunos pacientes que han recaído o muestran un examen de COVID-19 positivo nuevamente después de ser dados de alta. Aún no este claro porqué esto sucede, pero hay varias teorías que existen. Algunos pacientes quizá no han terminado su proceso viral inicial y puede significar una “reactivación” del virus. Adicionalmente, puede ser alguna falla en el propio examen del COVID-19. Un estudio completado en la Mailman Columbia Escuela de Salud observó al “resfriado común” causado por otros coronavirus de 2016-2018. Los datos muestran que 12 participantes fueron re-infectados por una misma cepa de un coronavirus. Además, no hubo correlación entre la severidad de los síntomas y la reinfección. Sin embargo, este estudio no ha sido reseñado por la comunidad científica y debe tomarse solo con cierta seriedad ya que el grupo estudiado es relativamente chico. El grupo estudiado fue solo de 191 individuos y 86 de ellos mostraron un examen de COVID-19 positivo. Adicionalmente, no hay manera de saber si el COVID-19 seguirá este modelo, pero si nos da una razón para continuar siendo cautelosos aun después de recuperarse del COVID-19.

Ahora mismo no hay estudios que definitivamente muestren que existe o no la inmunidad al COVID-19.

Recursos:

1. “Clinical Questions about COVID-19: Questions and Answers.” Centers for Disease Control and Prevention, Centers for Disease Control and Prevention, 15 Apr. 2020, [www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/faq.html](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/faq.html).
2. Shaman, Jeffery, and Marta Galanti. Direct Observation of repeated Infections with Endemic 1coronaviruses. [www.columbia.edu/~jls106/galanti\\_shaman\\_ms\\_supp.pdf](http://www.columbia.edu/~jls106/galanti_shaman_ms_supp.pdf).

3. Shi, Yufang, et al. "COVID-19 Infection: the Perspectives on Immune Responses." *Cell Death & Differentiation*, vol. 27, no. 5, 2020, pp. 1451–1454., doi:10.1038/s41418-020-0530-3.
4. "'Immunity Passports' in the Context of COVID-19." World Health Organization, World Health Organization, [www.who.int/news-room/commentaries/detail/immunity-passports-in-the-context-of-covid-19](http://www.who.int/news-room/commentaries/detail/immunity-passports-in-the-context-of-covid-19).

**Will Spraying my skin/injecting/ingesting household cleaner help fight off COVID-19?  
¿Si roseo mi piel o me inyecto/ingiero un limpiador o cloro puedo prevenir el COVID-19?**

NO.

Productos de limpieza no son diseñados para uso en la piel o para ingerir/inyectar.

El consumo o inyección de cualquier producto de limpieza no hará nada para remover el virus del cuerpo. El virus infecta a las personas al entrar a las células del cuerpo después de contactar el revestimiento de la mucosa. Desinfectantes como el cloro son agentes oxidantes muy fuertes y su propósito es eliminar virus y bacterias de superficies. Estos agentes pueden causar quemaduras severas en el tejido de la piel. De hecho, hay numerosos casos en los cuales personas se han presentado a la sala de emergencias con todo tipo de síntomas causados por la ingestión/inyección de estos productos. Los síntomas pueden ser náusea, vomito, quemaduras en la garganta, perforación del tejido, y la muerte. También pueden causar daños a los órganos como los riñones y como consecuencia se requerirá de la diálisis. Daños a las venas y arterias después de inyección también pueden resultar en coágulos.

Hasta que haya un tratamiento certero que esté aprobado, por favor mantenga su sana distancia, use máscara, y lávese sus manos.

Recursos:

1. Verma A, Vanguri VK, Golla V, Rhyee S, Trainor M, Abramov K. Acute kidney injury due to intravenous bleach injection. *J Med Toxicol*. 2013;9(1):71-74. doi:10.1007/s13181-012-0259-6
2. Rahmani SH, Ahmadi S, Vahdati SS, Moghaddam HH. Venous thrombosis following intravenous injection of household bleach. *Hum Exp Toxicol*. 2012;31(6):637-639. doi:10.1177/0960327111432506

## **Can you catch coronavirus from feces?**

### **¿Puedo contraer el COVID-19 de la materia fecal?**

Probablemente no, pero aún no hay certeza.

De acuerdo con el Dr. John Brooks de Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), ha habido publicaciones, JAMA, que muestran que el virus se encuentra en la materia fecal. Sin embargo, no hay investigaciones certeras que comprueben que estas partes del virus sean contagiosas.

Aun así, mantenga buena higiene y ejercite precaución adicional. Si es posible, tenga un baño separado o limpie frecuentemente cualquier baño usado por alguien en su casa que haya contraído el COVID-19.

## **Are children and adolescents safe from the adverse effects of COVID-19?**

### **¿Los niños y adolescentes están seguros de los efectos del COVID-19?**

Individuos de todas las edades pueden contraer el COVID-19. Hay evidencia que sugiere que los síntomas respiratorios en los niños tienden a ser menos severos que los síntomas en adultos y personas con otras enfermedades. Aunque ha habido casos de niños que han requerido hospitalización.

El 15 de mayo del 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reportó casos del desorden inflamatorio multisistémico. Estos casos requieren de cuidados intensivos en los niños y adolescentes. Esta condición tiene síntomas similares a la enfermedad de Kawasaki y el síndrome de shock tóxico. Los pacientes presentan con enfermedad grave y un estado hiperinflamatorio que pueden llevar al fallo de órganos y shock. Hasta ahora, muy poco es conocido acerca de esta condición ya que no es común y afecta a no más de 1 de cada 1000 niños expuestos al COVID-19. A causa de estos reportes, precauciones son necesarias para los niños y adolescentes hasta que más se conozca sobre estas condiciones.

Recursos:

1. <https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/multisystem-inflammatory-syndrome-in-children-and-adolescents-with-covid-19>
2. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)31103-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)31103-X)

## Can High-Dose Vitamin C Protect You from Coronavirus?

### ¿Puede una dosis alta de vitamina C protegerme del COVID-19?

En medio de la pandemia ha habido miles de mensajes relacionados al COVID-19 circulando diario en aplicaciones como Facebook, Twitter, WhatsApp, etc. Muchos de estos mensajes manejan remedios caseros para la prevención y el tratamiento del COVID-19. Muchos de estos remedios caseros quizá no afectan al público en general, pero se convierten un problema cuando distraen al público de seguir el distanciamiento social y otros medios preventivos. De los muchos remedios caseros que circulan en las redes uno que ha emergido es la idea que la ingestión o inhalación de dosis altas de vitamina C pueden proteger a alguien del COVID-19.

La vitamina C tiene mucho tiempo reconocida con su rol en la respuesta inmunológica del cuerpo. Algunos de sus muchos beneficios incluyen promover la función de los neutrófilos, la protección en contra de los radicales libres y la reducción de agentes inflamatorios. ¿Pero qué relación hay con el COVID-19? ¿Pueden estos efectos protegerlo en contra de un virus específico?

Para empezar, no hay mención de la vitamina C en alguna guía publicada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) o Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) y la Sociedad de Enfermedades Contagiosas de América. Mientras ha habido reportes en hospitales en Nueva York sobre pacientes con COVID-19 que han sido tratados con dosis altas intravenosas de vitamina C, aún no hay reportes con evidencia conclusiva acerca de estos tratamientos. Al momento hay ensayos clínicos en Wuhan, China que buscan comprobar la efectividad de la vitamina C intravenosa como tratamiento. Pero aún no hay resultados publicados.

Dicho esto, es evidente que la vitamina C definitivamente no es una cura para el COVID-19. Ingestión saludable de vitamina C es recomendada para apoyar al sistema inmunológico, pero desafortunadamente no protege en contra del virus. Por ahora, hay que mantener el distanciamiento social y buenas practicas de higiene.

Recursos:

1. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3783921/>
2. <https://lpi.oregonstate.edu/COVID19/IV-VitaminC-virus>
3. <https://www.healthline.com/nutrition/vitamin-c-coronavirus#bottom-line>

## Do I still need to social distance if I am wearing a mask?

### ¿Tengo que mantener el distanciamiento social si uso una mascara?

Las mascararas son solo un aspecto de prevención del COVID-19. Desafortunadamente, como no todas las personas usan mascara, usar mascara puede no prevenir que usted se contagie a través de la tos o estornudo de otra persona. Así que es necesario adherirse a las otras recomendaciones que también incluyen el distanciamiento social y frecuente lavado de manos en acompañamiento del uso de mascararas.

## Is 6 feet enough for social distancing?

### ¿Los 6 pies son suficientes para el distanciamiento social?

La mayoría de las personas han escuchado sobre adoptar las reglas del distanciamiento social para combatir la pandemia del COVID-19. Estas incluyen mantenerse a 6 pies de distancia de las personas que se encuentren fuera de sus casas. Mientras muchas personas han adoptado esto en sus vidas, muchos se hacen la pregunta sobre si es realmente suficiente para combatir el COVID-19. ¿De donde vienen los 6 pies y realmente son suficientes para el distanciamiento social?

Para empezar, el distanciamiento de 6 pies tiene su origen desde las décadas de 1930 y 1940 cuando se estableció como recomendación para prevenir la Tuberculosis de esos tiempos. En aquel momento, se conocía que al Tuberculosis viajaba a través de gotitas respiratorias que típicamente caían de 3-6 pies debido a la gravedad. Sin embargo, desde entonces, la naturaleza de la enfermedad ha cambiado y con ella- la tecnología y movilidad de las personas en el mundo. El COVID-19 también viaja a través de gotitas respiratorias, pero eso no es todo. Se ha sugerido que el coronavirus también se suspende en gotitas microscópicas conocidas como aerosoles que pueden permanecer en el aire hasta 3 horas y se ha conocido que pueden viajara distancias de hasta 27 pies. Estudios muestran que al correr y participar en actividades afuera, el cuerpo puede producir olas de aire que acarrean las gotitas respiratorias unos 15 pies adicionales.

Con estos datos, es evidente que los 6 pies de distancia es lo mínimo que se puede hacer para combatir el virus. Hay gran probabilidad de que la mayoría de las gotitas respiratorias hayan caído dentro de los 6 pies, pero la mejor sugerencia es que se mantenga los más lejos posible. Los 6 pies es mucho mejor que estar directamente a un lado de otra persona, así que es importante resaltar los 6 pies y también intentar el distanciamiento social manteniéndose en casa cuando es posible y si tiene que salir- mantenerse alejado lo más que pueda cuando pueda.

## Should I wear gloves when grocery shopping or doing other things in public?

### ¿Debo ponerme guantes cuando vaya de compras al supermercado u otros lugares públicos?

Es buena idea. La mayor preocupación que viene con llevar guantes es la contaminación cruzada- la transferencia de gérmenes de una superficie a otra. Traer guantes protege sus manos de los gérmenes, pero no protege las cosas que usted toque.

En una situación hipotética: Digamos que fulano necesita obtener unas cosas del supermercado. Él entra a la tienda, obtiene un carrito, lo limpia y desinfecta sus manos, y se pone sus guantes. En el área de frutas y verduras, él escoge unos tomates y los inspecciona. Pero antes de irse del área de frutas y verduras, él saca su teléfono para ver su lista de compras sin quitarse los guantes. Después, le llaman por teléfono y él le contesta- es su esposa recordándole que necesitan jabón para trastes. A este punto en nuestro escenario, los gérmenes se han transferido de 1) los tomates a los guantes 2) de los guantes a su teléfono 3) su teléfono a su cara. Así que no solo se ha expuesto él a los gérmenes que quería evitar si no que sin saberlo quizá ha puesto a los demás compradores en riesgo al tocar múltiples artículos de comida en la tienda.

La mejor manera de protegerse es practicar buena higiene de manos después de usar sus manos en vez de usar guantes. Si desea usar guantes o es requerido por orden, es importante usar buenas practicas. 1) minimice el numero de superficies que contacte 2) evite tocar su cara 3) quítese los guantes con cuidado para no tocar la parte expuesta del guante 4) Disponga de los guantes en el bote adecuado 5) Lávese las manos después de usar los guantes.

Vea este video para resumir.

## Can I get coronavirus from my mail or packages?

### ¿Puedo contraer el coronavirus por medio de mi correo o paquetes?

Es muy poco probable que pueda contraer el coronavirus por medio de su correo o paquetes. Una carta reciente al editor publicada en el New England Journal of Medicine reporta que el coronavirus puede ser detectable en superficies de cartón hasta 24 horas, pero este dato no menciona que transmisible es el virus de estos paquetes o correos. Además, los cambios de temperatura y tiempo involucrado con el manejo y envío hace que la transmisión sea menos probable.

### **Can I use hard liquor or spirits I have at home as a substitute for hand sanitizer?**

#### **¿Puedo usar licor fuerte que tenga en casa como sustituto de alcohol en gel para manos?**

No. Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) recomienda el uso de alcohol en gel para manos que tenga al menos 60% de contenido de alcohol. La mayoría de los licores no tienen suficiente alcohol por volumen – por ejemplo, una botella de vodka tiene aproximadamente 40% de contenido de alcohol por volumen.

### **Does the 6 feet social distancing recommendation apply to walkers and runners?**

#### **¿La recomendación de 6 pies de distancia social también aplica para la gente que camina o corre para obtener ejercicio?**

Las recomendaciones de 6 pies de distancia social se basan en la distancia en la que las gotitas respiratorias que contienen el coronavirus pueden viajar cuando alguien tose o estornuda. De acuerdo con un estudio reciente de la Universidad de Eindhoven (aún sin publicar, el enlace se encuentra debajo), los 6 pies pueden no ser suficientes para prevenir el contagio de COVID-19 cuando alguien está en movimiento. El estudio usó un túnel de aire para medir la distancia de dispersión de personas que caminan o corren. Las gotitas respiratorias que contienen el virus viajaron 16 pies con las personas que caminan y 32 pies con las personas que corren. Sin embargo, el estudio no investigó otros factores como el viento y como pueden alargar o recortar la proyección de las partículas. Adicionalmente, actividades como andar en bicicleta pueden incrementar la dispersión de las gotitas aún más ya que la velocidad con la que la persona se mueve es más alta.

Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan mantener al menos 6 pies de distancia en los parques y otras áreas recreacionales. Sin embargo, sí es posible dejar más espacio mientras esté caminando o corriendo. Considere caminar al lado de las personas o diagonalmente en vez de directamente detrás de alguien ya que la trayectoria de las gotitas respiratorias será más corta. Asegúrese tomar las precauciones necesarias dependiendo a su situación.

Recursos:

Blocken, B, et al. "Towards Aerodynamically Equivalent COVID-19 1.5 m Social Distancing for Walking and Running." *Preprint* - [Http://www.urbanphysics.net/COVID19\\_Aero\\_Paper.Pdf](http://www.urbanphysics.net/COVID19_Aero_Paper.Pdf).

"Visiting Parks and Recreational Facilities." *Centers for Disease Control and Prevention*, Centers for Disease Control and Prevention, 10 Apr. 2020, [www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/visitors.html](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/visitors.html).

## Is the gym safe?

### ¿Es seguro el gimnasio?

En medio de la pandemia de COVID-19 y con el hecho de que Georgia es uno de los primeros estados en abrir lugares públicos, mucha gente se pregunta si realmente es seguro ir a lugares como los gimnasios. Mientras Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) y La Organización Mundial de la Salud (OMS) no tienen recomendaciones específicas para los gimnasios, debe considerar fuertemente la opción de evitar el gimnasio y hacer ejercicio en casa ya que será muy difícil mantener las recomendaciones de distanciamiento social en estas áreas. Hay numerosos videos en línea y compañías que transmiten clases en línea en vivo si usted necesita cambiar su rutina de ejercicio.

Si usted considera ir al gimnasio como algo esencial, por favor siga las recomendaciones de distanciamiento social de Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC): mantenga al menos 6 pies de distancia con las demás personas, evite gimnasios concurridos, no participe en actividades de grupos, use máscara, y limpie las máquinas y casilleros antes y después de usar. Asegúrese que el gimnasio esté siguiendo las precauciones para desinfectar las máquinas y los equipos de ejercicio. Si usted tiene síntomas del COVID-19 u otras enfermedades que lo puedan poner en riesgo alto, no vaya al gimnasio.

Recursos:

“Running Essential Errands.” *Centers for Disease Control and Prevention*, Centers for Disease Control and Prevention, 10 Apr. 2020, [www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/essential-goods-services.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/essential-goods-services.html).

## Can mosquitoes spread COVID-19?

### ¿Pueden los mosquitos transmitir el COVID-19?

En este momento no hay evidencia alguna que cualquier tipo de coronavirus, incluyendo el COVID-19, pueda ser transmitido por artrópodos a humanos. Aunque si hay evidencias de que el COVID-19 puede ser transmitido por medio de la sangre. En teoría, esto significa que si el COVID-19 muta al punto de que puede replicarse dentro de los artrópodos a una concentración lo suficientemente alta para convertirse virulento como el Virus del Nilo Occidental, entonces si pudiera transmitirse vía mosquitos. Afortunadamente, esto no parece que esté pasando en este momento y esperemos que nunca pase.

Recursos:

van Beusekom, M. (2020, March 12). COVID- 19 may spread in several different ways. *CIDRAP*. <https://www.cidrap.umn.edu/news-perspective/2020/03/study-covid-19-may-spread-several-different-ways>



Poinar, George. "Could Arthropod Vectors Play a Role in the Spread of COVID-19?" *Biosis: Biological Systems*, Dec. 2020, doi:10.37819/biosis.001.002.0052.

### **Are pregnant women more likely to contract COVID-19 and is COVID-19 infection more dangerous in pregnancy?**

#### **¿Tiene las mujeres embarazadas más riesgo de contraer el COVID-19 y es la infección de COVID-19 mas peligrosa durante el embarazo?**

Al momento, hay muy poca información sobre este tema. Sin embargo, la información inicial sugiere que:

1. El embarazo y parto NO incrementan el riesgo de contraer el COVID-19.
2. El embarazo no parece empeorar una infección de COVID-19. Las mujeres embarazadas que contraen el COVID-19 parecen tener la misma probabilidad de ir a la unidad de cuidados intensivos que las personas que no están embarazadas.
3. La mayoría de las pacientes embarazadas se recuperan sin tener un parto temprano.
4. Si hay incremento en la probabilidad de entrar al parto temprano en mujeres embarazadas que tiene una infección en los pulmones a causa del COVID-19.
5. Las mujeres embarazadas con COVID-19 NO transmiten directamente el virus a su bebe a través del liquido amniótico, placenta, o cordón umbilical.

Es importante reconocer que esta información puede cambiar en el futuro cuando haya más información disponible.

Recursos:

UpToDate. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Pregnancy issues. Author: Vincenzo Berghella, MD. Section Editor: Charles J Lockwood, MD, MHCM. Deputy Editor: Vanessa A Barss, MD, FACOG.

### **Does COVID-19 infectin prevent me from giving blood or plasma?**

#### **¿Una infección de COVID-19 puede prevenir que yo done sangre o plasma?**

No. Usted puede donar sangre o plasma aunque tenga historial de COVID-19, Sí su proceso viral se ha resuelto por al menos 28 días.

Adicionalmente, se les anima a las personas que se han recuperado del COVID-19 a que donen plasma. Esto es porqué:

Cuando usted se expone a un virus o una bacteria, su sistema inmunológico monta una respuesta y crea anticuerpos que se mantiene en su plasma. Estas son señales que son

específicas al virus o bacteria a la que se expuso. Cuando se vuelva a exponer al mismo virus o bacteria en el futuro, los anticuerpos la atacan y le indican a su sistema inmunológico que ya conocen al virus o bacteria y que hay que eliminarlo antes de que se pueda enfermar de nuevo.

Un nuevo tratamiento para el COVID-19 que se está estudiando se basa en tomar la plasma de las personas que se han recuperado del COVID-19 e inyectarla a aquellos que aun siguen enfermos con la esperanza de que les de mejores probabilidades de combatir y eliminar el virus.

Recursos:

UpToDate. Coronavirus disease 2019: Questions and answers.

### **Is this the 19th version of Coronavirus?**

#### **¿Es esta la decimonovena versión del coronavirus?**

¿SARS, COVID, corona? Los nombres del coronavirus pueden ser confusos. El nombre oficial para el virus que causa los síntomas del coronavirus es **Coronavirus tipo 2 del síndrome respiratorio agudo grave (SARS-COV-2)**. El grupo de síntomas que define la infección con SARS-COV-2 se etiqueta como COVID-19. Este significa Enfermedad de Coronavirus 2019 en referencia al año en el que se descubrió. Hay quienes dicen que el “19” de COVID se refiere a la versión del coronavirus y esto provoca preocupación de que haya habido oportunidades perdidas para prevenir esta pandemia. El COVID-19 es una nueva enfermedad a la cual no hemos sido expuestos antes. Así que el público general no ha desarrollado inmunidad hacia el virus aún, y esto ha llevado a las consecuencias que estamos viendo. Mientras conocemos que hay otros coronavirus, este se comporta de manera diferente a los demás. Esto es similar a como hay diferentes tipos de influenza que varían en severidad.

### **Do 5G networks spread COVID-19?**

#### **¿Las redes 5G pueden transmitir el COVID-19?**

No. Los virus no tienen la habilidad de viajar a través de redes móviles u ondas de radio. Adicionalmente, el virus se ha estado esparciendo en muchos países que no tiene redes móviles de 5G. El COVID-19 se esparce de persona a persona a través de gotitas respiratorias – pequeñas gotitas de líquido que se escapan de su cuerpo mientras habla, respira, o estornuda. Estas gotitas pueden infectar a otros si entran en contacto con la nariz o boca o si alguien toca una superficie infectada y luego toca su nariz o boca.

Recursos:

1. UpToDate. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Epidemiology, virology, clinical features, diagnosis, and prevention. Author: Kenneth McIntosh, MD. Section Editor: Martin S Hirsch, MD. Deputy Editor: Allyson Bloom, MD.
2. WHO COVID-19 Advice for the Public. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>.

### **Do hot, humid climates protect you from COVID-19 infection?**

#### **¿Pueden los climas calientes y húmedos protegerme de contraer el COVID-19?**

No. Al momento, los estudios muestran que el COVID-19 se puede transmitir en cualquier clima. Es importante que se proteja de la infección sin importar en cual clima se encuentre.

Recursos:

1. WHO COVID-19 Advice for the Public. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>.

### **Are there any specific medicines to prevent or treat COVID-19 infection?**

#### **¿Hay medicamentos específicos que puedan prevenir o tratar una infección de COVID-19?**

A este punto, no hay medicamentos comprobados que puedan tratar una infección de COVID-19. La evidencia que apoya el uso de ciertas medicinas como la Hidroxicloroquina o Remdesivir es muy limitada y no comprueba que funcionen. Muchas pruebas clínicas están en marcha para determinar si estas medicinas son una buena opción como tratamiento. Sin embargo, muchos hospitales sí las están usando en determinados casos de pacientes que están muy enfermos.

Recursos:

1. UpToDate. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Management in adults. Authors: Arthur Y Kim, MD, FIDSA; Rajesh T Gandhi, MD. Section Editor: Martin S Hirsch, MD. Deputy Editor: Allyson Bloom, MD.

## **Do face masks protect against COVID-19?**

### **¿Las mascararas protegen del COVID-19?**

Las mascararas profesionales como las mascararas N95 pueden proteger de una infección. Sin embargo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) resalta que estas mascararas solo deben ser usadas por profesionales médicos. Las mascararas desechables no tienen la misma protección ya que no pueden bloquear partículas virales diminutas.

Desde abril de 2020, Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) recomienda que todos se pongan una mascarara de tela cuando estén en lugares públicos. Aunque estas mascararas no pueden bloquear partículas virales, sí pueden bloquear gotitas respiratorias para que no viajen lejos en el aire.

Recursos:

1. UpToDate. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Epidemiology, virology, clinical features, diagnosis, and prevention. Author: Kenneth McIntosh, MD. Section Editor: Martin S Hirsch, MD. Deputy Editor: Allyson Bloom, MD.

## **Are NSAIDs safe to give to COVID-19 patients?**

### **¿Son los AINE seguros para dar a los pacientes con COVID-19?**

En corto la respuesta es que no hay respuesta definitiva. Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) indican que en este momento no hay conexión entre el COVID-19 y empeoramiento después de usar AINE (antiinflamatorios no-esteroides). La respuesta larga: la teoría es que los AINE pueden disminuir la respuesta inmunológica a través de su respuesta antiinflamatoria. En otras enfermedades respiratorias, los AINE han causado un incremento en complicaciones. Sin embargo, no hay suficientes investigaciones hechas estrictamente con el COVID-19 para saber si estas evidencias se puedan trasladar a los casos con COVID-19. De este modo, los AINE deben ser administrados con cautela y escasamente para tratar los síntomas del COVID-19 ya que por el momento no se conoce si hay un beneficio clínico y podría tener riesgos asociados. Los AINE siguen siendo recomendaos por encima de los opioides para pacientes con dolores crónicos. Los pacientes con otras contraindicaciones como disfunción de riñones deben seguir evitando los AINE.

Recursos:

1. Fitzgerald, Garret. Misguided drug advice for COVID-19. Science 20 Mar 2020. DOI: 10.1126/science/abb8034. Accessed online Mar 21, 2020.  
2. P. Little, Non-steroidal anti-inflammatory drugs and covid-19, BMJ. 368 (2020). <https://doi.org/10.1136/bmj.m1185>.

3. Russell B, Moss C, George G, Santaolalla A, Cope A, Papa S, Van Hemelrijck M. Associations between immune-suppressive and stimulating drugs and novel COVID-19-a systematic review of current evidence. *Ecancermedicalscience*. 2020 Mar 27;14:1022. doi: 10.3332/ecancer.2020.1022. eCollection 2020. Review. PubMed PMID: 32256705; PubMed Central PMCID: PMC7105343. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/faq.html>.

### **Can you lower your risk of COVID-19 infection by taking antibiotics?**

#### **¿Puedo disminuir mi riesgo de contraer el COVID-19 si tomo antibióticos?**

No. Los antibióticos son medicamentos específicos para matar bacterias. Las bacterias son otro tipo de organismos que causan enfermedades distintas. El coronavirus es un virus – una pequeña partícula que también puede causar enfermedad pero que no es afectada por los antibióticos. De este modo, tomar antibióticos no ayuda como tratamiento en contra de virus como el COVID-19.

### **Can pets spread COVID-19?**

#### **¿Pueden las mascotas esparcir el COVID-19?**

Hay evidencia de que los animales pueden ser positivos con coronavirus, un notado ejemplo es el tigre del Zoológico Bronx en Nueva York que resultó positivo con coronavirus. Reportes de otros países muestran que hay mascotas que han resultados positivas por coronavirus. A mediados de abril 2020, dos gatos resultaron positivos en Nueva York. Sin embargo, no hay evidencia a este punto de que haya transmisión de mascotas a humanos. Como el coronavirus se esparce cuando alguien toca una superficie contaminada, es posible que el virus se transmita después de acariciar a una mascota y luego llevarse la mano a la cara o boca. Dicho esto, como el pelo de las mascotas es poroso y fibroso, es más difícil de que el virus se transfiera con el contacto, pero no imposible. Es importante lavarse las manos después de interactuar con una mascota, limite las interacciones de su mascota con otras personas y otros animales fuera de su casa. También minimice sus interacciones con su mascota si usted empieza a desarrollar síntomas del COVID-19. Para más información oprima el enlace.

## **Does rinsing your nose with saline protect you from COVID-19 infection?**

### **¿Si me enjuago la nariz con solución salina me puede proteger de contraer el COVID-19?**

No hay evidencia de que enjuagarse la nariz con solución salina pueda proteger de una infección. Aunque sí ayuda con ciertas enfermedades respiratorias como la gripe para descongestionar el área nasal.

Recursos:

1. UpToDate. Patient education: Coronavirus disease 2019 (COVID-19) overview (The Basics).

## **Does eating a diet rich in alkaline foods kill coronavirus?**

### **¿Comer una dieta rica en comidas alcalinas puede matar el coronavirus?**

Hay una grafica circulando en las redes que indica que ingerir comidas alcalinas – comidas con un pH <7, puede ayudar a eliminar el coronavirus. Esta grafica indica que los coronavirus tienen un rango de pH especifico basado en unos resultados de un estudio de 1991 en el Journal of Virology. Esta indicación es falsa, ya que los virus no tienen un pH determinado. Esta grafica no representa de manera correcta los resultados del estudio citado. Este estudio investigó el virus 4 de hepatitis de ratones (MHV4), un coronavirus en ratones, y la influencia del pH de una célula en los efectos del coronavirus en el cuerpo. El cuerpo humano tiene sistemas que mantiene las funciones del cuerpo trabajando a un nivel optimo, y esto incluye mantener un nivel de pH especifico en las células que no puede ser alterado por la dieta. Sin embargo, una dieta saludable y balanceada puede ayudar al sistema inmunológico y reducir el riesgo de una infección en el futuro.

## **What is a virus?**

### **¿Qué es un virus?**

Un virus es una partícula diminuta y infecciosa que se reproduce solo cuando infecta la célula de un anfitrión. Los virus secuestran las células del anfitrión y usan sus recursos para crear mas virus. Básicamente reprograman la célula para ser una fabrica de producir más virus. Por el hecho de que no pueden reproducirse solas, sin las células del anfitrión, los virus no son considerados seres vivientes.

## What does a virus look like?

### ¿Cómo es un virus?

Comparado con una bacteria, los virus son hasta 20 veces más pequeños y requieren de un tipo de microscopios especiales para poder verlos. Como referencia: billones de virus pueden caber en la cabecilla de un alfiler. Los virus varían en tamaño, formas, y ciclos de vida. Sin embargo, sí tienen algunas características claves en común:

- Un cascarón de proteína protectora llamado cápside.
- Una genoma compuesta de ADN o ARN, empaquetado dentro del cápside.
- Una capa externa de membrana. (no todos los virus tienen esto)

## How do viruses enter our bodies?

### ¿Cómo entran los virus al cuerpo?

Hay varias maneras en las cuales un virus puede entrar al cuerpo:

- **Contacto Directo:** Algunas enfermedades se esparcen a través de contacto directo con piel infectada, mucosas, o fluidos corporales. Enfermedades transmitidas de esta manera incluyen herpes labial y enfermedades de transmisión sexual como el SIDA.
- **Contacto Indirecto:** Los patógenos se pueden esparcir cuando una persona infectada toca una superficie como la perilla de una puerta, mesa, o llave del lavabo y deja atrás microbios que se transfieren a otra persona que toca esa superficie y luego se toca los ojos, boca, o nariz. Las gotitas respiratorias se esparcen a través de estornudos, tos, o simplemente al hablar se puede transmitir la enfermedad si las gotitas respiratorias se encuentran con la mucosa del ojo, boca o nariz de otra persona. El SARS, tuberculosis, e influenza son ejemplos de enfermedades que se esparcen a través de la transmisión de gotitas respiratorias en el aire.
- **Vehículos Comunes:** Comida, agua, o sangre contaminada pueden esparcir ciertos patógenos que incluyen el Norovirus y el virus de Hepatitis A.
- **Vectores:** Creaturas como pulgas, ácaros, garrapatas, ratas, caracoles, y perros – todos pueden ser vectores que transmiten enfermedades. El vector más común que infecta a los humanos es el mosquito. Este puede transmitir malaria, virus del Nilo Occidental y la fiebre amarilla.
- **Transmisión aérea:** Los patógenos se pueden esparcir cuando el residuo de gotitas respiratorias se evapora o partículas de polvo que contienen microorganismos se suspenden en el aire por largos periodos de tiempo. Las enfermedades que se esparcen a través del aire incluyen el sarampión y el síndrome pulmonar de hantavirus.

## How do viruses make us sick?

### ¿Cómo nos enferman los virus?

Una infección no siempre lleva a la enfermedad. Una infección ocurre cuando microbios (como un virus) entra al cuerpo y empiezan a multiplicarse. La enfermedad ocurre cuando muchas células en el cuerpo son dañadas como resultado de la infección y signos y síntomas empiezan a aparecer.

En respuesta a la infección, el sistema inmunológico se pone en acción. Las células blancas de la sangre, células inmunológicas y otros mecanismos biológicos empiezan a trabajar para eliminar al invasor del cuerpo. Muchos de los síntomas que hacen que una persona sufra durante una infección como la fiebre, dolor muscular, dolor de cabeza, o sarpullido son el resultado de las actividades del sistema inmunológico al montar su respuesta para eliminar la infección del cuerpo. Un virus reta al sistema inmunológico de muchas maneras. Nos enferman al matar nuestras células o al interrumpir la función de las células. El cuerpo muchas veces responde con fiebre ya que el calor desactiva a muchos virus, o con secreción de químicos inmunológicas que bloquean la reproducción de los virus y reclutan más células inmunológicas, o con la organización de células inmunológicas para que ataquen a un invasor específico con anticuerpos.

## What kills a virus?

### ¿Qué mata a un virus?

Una lista de productos aprobado por la Agencia de Protección Ambiental se puede encontrar aquí: <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>.



## How does COVID-19 compare to the flu?

### ¿Cómo se compara el COVID-19 con la gripe?

#### **Causa:**

- **Gripe:** Hay diferentes tipos y cepas de los virus de la influenza.
- **COVID-19:** SARS-COV-2

#### **Transmisión:**

- **Gripe:** Gotitas respiratorias en el aire esparcidas por la tos, estornudos, o habla de una persona infectada.
- **COVID-19:** Gotitas respiratorias y posiblemente transmisión aérea. Esto significa que gotitas respiratorias diminutas que permanecen suspendidas en el aire pueden causar la enfermedad en alguien más, aunque la persona enferma no esté cerca.

#### **Medicamentos antivirales:**

- **Gripe:** Puede enfrentar los síntomas y a veces recortar la duración de la enfermedad
- **COVID-19:** Hay investigaciones al momento para ver si pueden afrontar los síntomas.

#### **Vacunación:**

- **Gripe:** Una vacuna anual está disponible y es efectiva para prevenir algunos de los tipos mas peligrosos de la influenza o para reducir la severidad de la gripe.
- **COVID-19:** No hay vacuna disponible por el momento, pero está en progreso.

#### **Infección:**

- **Gripe:** Se estima que hay 1 billón de casos en el mundo; De 9.3 millones a 45 millones de casos en los Estados Unidos por año.
- **COVID-19:** Aproximadamente 7,500,777 casos en el mundo; 2,022,488 casos en los Estados Unidos. (Fecha 11 de junio de 2020)

#### **Muertes:**

- **Gripe:** De 291,000 a 646,000 muertes en el mundo; De 12,000 a 61,000 muertes en los Estados Unidos por año.
- **COVID-19:** Aproximadamente 420,993 muertes en el mundo; 113,803 muertes en los Estados Unidos. (Fecha 11 de junio de 2020)

## References

### Referencias

1. Drexler M; Institute of Medicine (US). What You Need to Know About Infectious Disease. Washington (DC): National Academies Press (US); 2010. I, How Infection Works. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK209710/>
2. Baron S, editor. Medical Microbiology. 4th edition. Galveston (TX): University of Texas Medical Branch at Galveston; 1996. Introduction to Virology. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK8098/>
3. Coronavirus Disease 2019 vs. the Flu. John Hopkins Medicine. Available from: <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/coronavirus/coronavirus-disease-2019-vs-the-flu>

**Have a question about coronavirus? Ask us, and we'll find an answer?**

**¿Tiene alguna pregunta sobre el coronavirus? ¡Pregúntenos y lo averiguaremos!**

**We are MCG students aiming to help the community stay informed on the COVID-19 pandemic and to provide updates on how MCG is adapting to educational and healthcare change.**

**Nosotros somos estudiantes del Colegio Médico de Georgia y queremos ayudar a que la comunidad se mantenga informada sobre la pandemia del COVID-19 y proporcionar actualizaciones de como el Colegio Médico de Georgia se está adaptando a los cambios educacionales y a los cambios en el proporcionamiento del cuidado de salud.**

**Disclaimer: The information contained herein should NOT be used as a substitute for the advice of an appropriately qualified and licensed physician or other health care provider. The information provided here is for informational purposes only.**

**Descargo de responsabilidad: La información contenida en esta pagina NO debe ser usada como sustituto de las recomendaciones de un medico calificado y licenciado u otro proveedor medico profesional. La información presentada aquí es solo para propósitos informativos.**

**Please contact Elena Diller for any questions or if you would like to contribute:  
[ediller@augusta.edu](mailto:ediller@augusta.edu)**

**Por favor contacte a Elena Diller si usted tiene preguntas o si le gustaría contribuir:  
[ediller@augusta.edu](mailto:ediller@augusta.edu)**