



# ACCÉSSS

Alliance des Communautés Culturelles pour  
l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

Hoy día, la Organización mundial de la Salud declaró el estado de pandemia para el COVID-19 y mismo si actualmente en Québec su propagación esta bajo control, las próximas semanas se anuncian críticas para luchar contra el contagio y nuestro gobierno esta tomando todas las medidas indispensables, científica y socialmente para responder rápidamente y de manera eficiente.

## ¿Qué es el COVID-19?

El COVID-19 es un virus de la familia de los coronavirus, que puede provocar problemas graves de salud, sobre todo hacia las personas de edad avanzada o las que tienen inmunidad débil o enfermedades crónicas.

## ¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los síntomas pueden compararse a los de la gripe de temporada o un resfriado. Se caracteriza por:

- Fiebre, aparición brutal
- Tos
- Cansancio
- Dificultades respiratorias

## ¿Los síntomas son los mismos para toda la gente?

Algunas personas pueden ser asintomáticas y aliviarse sin tener necesidad de un tratamiento particular o simplemente presentar pocos síntomas.

Otros pacientes pueden tener dolores, secreción nasal o una diarrea de aparición progresiva.

Los síntomas pueden ser leves (similares a los de un resfriado) o mas severos (como ellos asociados a una neumonía y dificultades respiratorias y renales). En caso grave, la infección puede ocasionar la muerte.

## ¿Cuáles son los órganos los más afectados?

Habitualmente la nariz, la garganta y los pulmones.

## ¿De qué manera se transmite el virus?

La enfermedad puede transmitirse por:

- Contacto directo con las gotitas respiratorias de una persona infectada cuando esta persona tose o estornuda
- Contacto cercano y extendido con una persona infectada
- Contacto indirecto con las manos, objetos o superficies sobre las cuales se encuentran gotitas de origen bucal, nasal o ocular de la persona infectada

### **¿Cuánto tiempo sobrevive el coronavirus?**

En general, los coronavirus no sobreviven mucho tiempo sobre los objetos:

- 3 horas, más o menos, sobre los objetos y superficies secas
- 6 días sobre los objetos o superficies húmedos

### **¿Qué tengo que hacer si tengo síntomas?**

Los residentes de Quebec que presentan síntomas de fiebre, tos o dificultades respiratorias después de un viaje fuera de Canadá están invitados a comunicar con la línea [Info-Santé 811](#).

Unas clínicas de cribado están a disposición en Quebec para diagnosticar con rapidez las personas posiblemente infectadas; tendrán que llamar al 811 antes de presentarse en clínica.

Durante la llamada telefónica o la visita al hospital, tendrá que mencionar si usted viajó a algún otro país desde el principio del año 2020 o tubo contactos con personas que hayan viajado o inmigrado recientemente.

### **¿Existe una vacuna o algún tratamiento?**

Por el momento no existe ninguna vacuna o tratamiento, pero existen algunos tratamientos de apoyo para aliviar los síntomas.

La mayoría de las personas infectadas se alivian ellas mismas.

La mejor manera de protegerse contra el virus es de aplicar las diferentes reglas de prevención que siguen.

### **¿Cómo puedo prevenir la infección por el virus?**

Aquí están las medidas de higiene reconocidas y recomendadas para todos:

- Lávese las manos seguido con agua tibia corriente y jabón durante 20 segundos mínimo
- Utilice un desinfectante a base de alcohol si no hay acceso a agua tibia y jabón
- Observe las reglas de higiene cuando tosa o estornuda:
  - Cubriese la boca y la nariz con el brazo para reducir la propagación de las gotitas cuando tose o estornude
  - Si utiliza un pañuelo de papel, tírelo en cuanto sea posible y lávese las manos de inmediato

- Evite visitar personas internadas en los hospitales o en los centros de alojamiento/casas de reposo en los 14 días después de regreso de un país extranjero o si está enfermo/a.
- Evite todo contacto directo para las saluciones, como el apretón de manos y los besos

La dirección regional de salud pública de Montreal confirma que el acceso a la clínica de cribado para el COVID-19 en el Hotel-Dieu de Montreal se mantiene abierto para todas las personas, cualquiera sea su estado de inmigración, con o sin cobertura RAMQ. No olvide comunicar con el 811 para ser referido/a.

Ver el sitio de la Dirección regional de salud pública de Montreal para más información sobre esta enfermedad: <https://santemontreal.qc.ca/population/coronavirus-covid-19/>

### **Enlaces útiles**

Servicio de consultación telefónica psicosocial Info Social 811

Si presenta estos síntomas, comunique con Info Santé 811

**Línea de información general COVID-19** del lunes al viernes de 8 a 18 horas, 1 877 644 4545