

4 síntomas del coronavirus y su tratamiento 1:57

“Existen muchos conceptos erróneos sobre la fiebre. La temperatura promedio es de 37 grados centígrados (98.6 grados Fahrenheit), pero realmente todos estamos un poco por encima o por debajo durante el día hasta medio grado”, explicó el Dr. John Williams, jefe de la división de enfermedades infecciosas pediátricas del Hospital Infantil del Centro Médico de la Universidad de Pittsburgh.

“Entonces, 37,5 grados centígrados no es una fiebre”, insistió.

Cuando revises si tienes fiebre, no confíes del todo en la temperatura que te tomes por la mañana. En su lugar, hazlo al final de la tarde y al anochecer.

“Nuestra temperatura no es la misma durante el día. Si la tomas a las ocho de la mañana, puede ser normal”, indicó Schaffner.

“Una de las presentaciones más comunes de fiebre es que tu temperatura sube al final de la tarde y al anochecer, es una forma común en que los virus producen fiebre”, completó.

Tos

La tos es otro síntoma principal, pero no se trata de una tos cualquiera, dijo Schaffner. Debe ser una tos seca que sientas en el pecho.

- [MIRA: ¿Cómo mata el coronavirus?](#)

“No es un cosquilleo en la garganta. No es cuando te aclaras la garganta. No es solo que tengas irritación. No estás sacando nada, no estás tosiendo nada”, agregó.

“La tos es molesta, proviene del esternón y se nota que los bronquios están inflamados o irritados”, señaló.

Dificultad para respirar

La falta de aliento puede ser una tercera –y muy grave– manifestación del covid-19. Puede ocurrir incluso por sí sola, sin tos. Si tu pecho se tensa o comienzas a sentir que no puedes respirar lo suficiente, es una clara señal para actuar, señalan los expertos.

“Si hay alguna dificultad para respirar, llama de inmediato a tu proveedor de atención médica, a urgencias locales o al departamento de emergencias”, sostuvo el presidente de la Asociación Médica Estadounidense, Dr. Patrice Harris.

¿Cómo podemos luchar contra el coronavirus? 3:10

“Si la dificultad para respirar es lo suficientemente grave, debes llamar al 911”, agregó Harris.

Además de la dificultad para respirar o la falta de aliento, los CDC registraron las señales de emergencia para el covid-19 como “dolor o presión persistentes en el pecho”, “labios o cara azulados” –que indica la falta de oxígeno– y cualquier confusión mental repentina o letargo e incapacidad para despertar.

En esos casos, busca atención médica inmediatamente, señalan los CDC.

Síntomas de gripe y resfriado

Esta trifecta de síntomas (fiebre, tos y dificultad para respirar) no son las únicas señales de enfermedad que se han observado en casos de coronavirus.

Muchos otros signos pueden parecerse a la gripe, incluidos dolores de cabeza, problemas digestivos, dolores corporales y fatiga, que pueden ser graves. Incluso otros síntomas pueden ser similares a los de un resfriado o alguna alergia, como secreción nasal, dolor de garganta y estornudos.

- [MIRA: Las personas contagiadas sin síntomas podrían estar impulsando la propagación del coronavirus más de lo que pensábamos](#)

Lo más probable, según los expertos, es que simplemente tengas un resfriado o gripe, después de todo también pueden causar fiebre y tos. Una posible señal tendrías covid-19 es que tus síntomas, especialmente la falta de aire, no mejoran después de una semana más o menos, y en realidad empeoran.

Entonces, ¿qué deberías hacer?

“En este momento, la directriz actual –y esto puede cambiar– es que si tienes síntomas similares al resfriado y la gripe y estos son

síntomas son entre leves y moderados debes quedarte en casa e intentar controlarlos con descanso hidratación y el uso de paracetamol”, indicó Harris.

Ahora, este consejo no aplica si tienes más de 60 años –ya que el sistema inmunológico se debilita a medida que envejecemos– o si estás embarazada. Cualquier persona con inquietudes sobre el coronavirus debe llamar a su proveedor de atención médica, [según los CDC](#).

Tres consejos para prevenir que personas mayores se contagien de COVID-19 0:35
No está claro si las mujeres embarazadas tienen una mayor probabilidad de enfermarse gravemente por el coronavirus, pero [los CDC han dicho que ellas experimentan cambios en sus cuerpos](#) durante el embarazo que pueden aumentar el riesgo de algunas infecciones.

En general, las infecciones por covid-19 son más riesgosas si tienes condiciones de salud preexistentes como diabetes, enfermedad pulmonar obstructiva crónica o asma, insuficiencia cardíaca o enfermedad cardíaca, anemia falciforme, cáncer (o estás recibiendo quimioterapia), enfermedad renal con diálisis, un índice de masa corporal mayor de 40 (extremadamente obeso) o un trastorno autoinmune.

“Los pacientes mayores y las personas que tienen afecciones médicas subyacentes o están inmunocomprometidos deben

comunicarse con su médico rápidamente, incluso en el curso de una enfermedad leve”, [aconsejan los CDC](#).

Para ser claros, tienes un mayor riesgo –incluso si eres joven– si padeces problemas de salud preexistentes.

La vida de los adultos mayores después del coronavirus 2:08

“Las personas menores de 60 años con enfermedades subyacentes, con diabetes, enfermedades cardíacas, inmunocomprometidos o que tienen algún tipo de enfermedad pulmonar anterior, esas personas son más vulnerables a pesar de su edad”, insistió Schaffner.

Un historial de viaje a un área donde el coronavirus está muy extendido (y esas partes del mundo, incluido EE.UU., aumentan cada día) es obviamente otro factor clave para decidir si sus síntomas pueden ser covid-19 o no.

Cómo ser evaluado

Si no tienes síntomas, no solicites pruebas ni aumentas la gran cantidad de llamadas a centros de pruebas, clínicas, hospitales y similares, piden los expertos.

“No evaluamos a personas sin síntomas porque es un problema de recursos”, destacó Schaffner sobre el centro de evaluación en Vanderbilt.

“Sin embargo, estamos enfatizando en que las personas que tienen este pequeño grupo de síntomas importantes –fiebre y todo lo relacionado con el tracto respiratorio inferior, como tos y dificultad para respirar– se acerquen para ser evaluados”, aclaró.

Si tiene esos tres signos, ¿a dónde debes ir?

- [LEE: Clúster, covid-19 y todos los términos de coronavirus que necesitas saber](#)

“Si tienes un seguro y estás buscando un proveedor o alguien con quien hablar o conectarte, siempre hay un número en el reverso de tu tarjeta de seguro; o si buscas en el sitio web, hay información para los pacientes”, señaló Harris.

“Si no tienes seguro, puedes comenzar con el departamento de salud estatal o los centros de salud comunitarios locales, que se conocen oficialmente como centros de salud calificados federalmente”, aconsejó Harris, y agregó que algunos estados tienen un número de teléfono directo para llamar.

“Si hay un centro de pruebas y evaluación cerca de ti, puedes ir directamente”, dijo Schaffer. “Siempre es bueno notificarles que irás. De lo contrario, debes llamar a tu proveedor de atención médica y te indicarán qué hacer”.