Preguntas frecuentes de transporte público

Enfermedad del coronavirus (COVID-19)

Actualizaciones recientes:
6/2/20: Se actualizaron los síntomas del COVID-19 para incluir fiebre, tos, falta de aliento o dificultad para respirar, fatiga, dolores musculares o del cuerpo, dolor de cabeza, pérdida repentina del gusto u olfato, irritación de garganta, congestión o mucosidad nasal, náusea o vómito.
6/27/20: Se añadió que los individuos sin síntomas también pueden propagar el virus y que a las personas que el profesional médico les ha indicado no usar mascarilla están exentos de usarlas.

La situación de la enfermedad del nuevo coronavirus (COVID-19) evoluciona rápidamente. Por lo tanto, se invita al público en general a revisar el sitio web sobre COVID-19 del Departamento de Salud Pública para información actualizada.

1. ¿Cuáles son los síntomas típicos del COVID-19?

Los síntomas del COVID-19 pueden incluir una combinación de los siguientes: fiebre o escalofrios, tos, falta de aliento o dificultad para respirar, fatiga, dolores musculares o del cuerpo, dolor de cabeza, pérdida repentina del gusto u olfato, irritación de garganta, congestión o mucosidad nasal, náusea o vómito. Esta lista no incluye todos los síntomas.

Si presenta fiebre, tos, falta de aliento o su profesional de la salud le ha indicado que es probable que usted tenga COVID-19, deberá autoaislarse en casa. Si presenta otros síntomas de los mencionados anteriormente u otros síntomas preocupantes que no están en la lista, por favor, consulte con su profesional de la salud sobre la necesidad de hacerse pruebas y de aislamiento.

2. ¿Cómo se propaga el virus?

Al igual que con otras enfermedades respiratorias, los coronavirus humanos comúnmente se contagian a otros desde una persona infectada, mediante:

- Gotitas producidas al toser y estornudar
- Contacto personal cercano, como al cuidar de una persona infectada
- Tocar un objeto o superficie que tenga el virus, y después tocar su boca, nariz u ojos antes de lavarse sus manos

Algunas personas pueden contagiarse de COVID-19 sin mostrar síntomas, pero aún pueden transmitir la infección a otros.

3. ¿Cómo puedo protegerme al usar el transporte público?

Al igual que con otras enfermedades respiratorias, hay medidas que todos pueden tomar a diario para disminuir el riesgo de enfermarse o de infectar a otros con virus circulantes. Usted debe:

- Permanecer en casa si está enfermo.
- De ser posible, mantenga alrededor de seis pies de distancia entre usted y aquellos que podrían estar enfermos con tos o fiebre.
- Use un desinfectante de manos con al menos 60% de alcohol después de tocar superficies comúnmente tocadas, como postes, torniquetes, correas o manijas. Siempre lave sus manos si se ven sucias.
- Evite tocar sus ojos, nariz y boca si no ha lavado sus manos.

Enfermedad del coronavirus (COVID-19)

- Intente usar autobuses y trenes cuando no estén tan llenos. Salga temprano de su casa para ir a su trabajo, y salga tarde del trabajo si es posible.
- Al pasar por torniquetes, use su cadera o el dorso de su mano.

4. ¿Debería utilizar una mascarilla al usar el transporte público?

Los cobertores faciales como bandanas o toallas deben ser usadas por el público general para cubrir la nariz y boca cuando necesitan salir de casa por un periodo corto de tiempo, para obtener bienes o servicios esenciales. Los pasajeros en transporte público deben usar un cobertor facial de tela durante el viaje y en cualquier parada o estación donde otras personas puedan estar presentes. Aquellos sin un cobertor facial de tela también pueden cubrirse la cara durante el viaje con una chaqueta u otra prenda de vestir.

Los bebés y niños menores de 2 años no deben usar cobertores faciales de tela. Los niños que tengan entre 2 y 8 años de edad deben usarlos, pero bajo la supervisión de un adulto para asegurarse de que el niño pueda respirar con seguridad y evitar el ahogamiento o la asfixia. Cualquier persona que tenga problemas para respirar, o esté inconsciente, incapacitado o sea incapaz de quitarse la máscara o el paño que cubre su cara sin ayuda tampoco deben de usarlos. Aquellos que tienen instrucciones de un proveedor médico para no usar un cobertor facial también están exentos de usarlos.

Es importante notar que estos cobertores faciales no sustituyen el distanciamiento social y otras medidas preventivas como el lavado regular de las manos. Estos cobertores faciales se usan para ayudar a proteger a otros si usted tiene la infección, pero todavía no muestra síntomas. Recuerde que es importante reservar los respiradores N95 y mascarillas quirúrgicas para los trabajadores de la salud y aquellos que cuidan a personas con COVID-19.

5. ¿Qué más puedo hacer para protegerme a mí mismo?

- Lave sus manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de toser, estornudar o sonarse la nariz.
- Limpie y desinfecte las superficies y objetos frecuentemente tocados usando un espray de limpieza de casa regular o toalla.
- Cubra su tos o estornudo con una toallita desechable de papel, y luego tírela en la basura. Si no tiene una toallita desechable de papel, use su manga (no sus manos).

- Siempre revise fuentes confiables para obtener información actualizada y precisa sobre el COVID-19.
  - Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles (LACDPH, por sus siglas en inglés, Condado)
    - http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/
  - Departamento de Salud Pública de California (CDPH, por sus siglas en inglés, Estatal)
    - https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx
  - Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés, Nacional)
    - http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html
  - Organización Mundial de la Salud (OMS, Internacional)
    - https://www.who.int/health-topics/coronavirus

Si tiene preguntas, y le gustaría hablar con alguien, llame al 2-1-1.