



COVID-19: Lo que necesita saber

La COVID-19 es una nueva infección pulmonar que ha provocado una pandemia. No existe un tratamiento específico, aunque la mayoría de las personas se recuperan con cuidados paliativos. Las prácticas de salud pública como el lavado de manos, el uso de mascarilla y el distanciamiento social ayudarán a frenar la propagación de la enfermedad. La American Lung Association comparte actualizaciones, recursos y asistencia a diario en Lung.org/covid19.

Cómo se ve afectado el organismo

Los pulmones son el primer órgano del cuerpo afectado por la COVID-19. En los primeros días de la infección, la COVID-19 invade rápidamente las células de los pulmones y satura las vías respiratorias con desechos y líquidos. Los síntomas pueden ir de leves a graves y pueden incluir una combinación de lo siguiente:

- Tos
- Respiración entrecortada o dificultad para respirar
- Fiebre o escalofríos
- Dolores musculares o corporales y dolor de cabeza
- Fatiga
- Náuseas o vómitos
- Diarrea
- Congestión o dolor de garganta
- Pérdida reciente del gusto o del olfato



Personas con mayor riesgo de padecer la enfermedad en su forma grave

Si bien cualquier persona puede contraer la COVID-19, algunos grupos corren más riesgo de desarrollar un cuadro grave de la enfermedad al contagiarse. Según la información actual, esos grupos son los siguientes: El riesgo aumenta con la edad, por lo que el riesgo será mayor cuanto mayor sea la edad.

- Personas de todas las edades con las siguientes afecciones médicas subyacentes, en especial si no están bien controladas:
 - Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)
 - Cáncer
 - Sistema inmunitario deprimido a causa de un trasplante de órgano
 - Obesidad severa (índice de masa corporal [IMC] de 30 o más)
 - Otras afecciones médicas, entre ellas, enfermedades cardíacas graves, diabetes tipo 2, enfermedad renal crónica y anemia drepanocítica
- Algunas personas con afecciones de salud crónicas pueden tener un mayor riesgo de desarrollar un cuadro grave de la enfermedad. Algunas de estas enfermedades son asma de moderada a grave, fibrosis pulmonar, tabaquismo o sistema inmunitario deprimido debido al uso de corticosteroides u otros medicamentos que debilitan el sistema inmunitario.

Recursos y oportunidades de apoyo

En estos tiempos de incertidumbre, presenciamos un aumento en la propagación de los mitos y de la desinformación sobre la COVID-19. Seguiremos compartiendo información confiable basada en la ciencia y medidas de salud pública probadas y efectivas. Síguenos en [Lung.org/covid19](https://www.lung.org/covid19) para estar al día con actualizaciones, artículos nuevos y consejos concretos para que usted y su familia puedan protegerse.



Encuentre más información sobre los síntomas, el diagnóstico, el tratamiento, la recuperación y la prevención de la COVID-19.



Acceda a recomendaciones y seminarios web educativos sobre la COVID-19. Regístrese con anticipación, vea las actualizaciones grabadas y consulte nuestras preguntas frecuentes.



Manténgase en contacto con otras personas en situaciones similares y busque ejercicios que pueda hacer en casa para cursar la enfermedad pulmonar acompañado de nuestras comunidades de apoyo en línea.



Lung HelpLine, nuestra línea de ayuda, cuenta con terapeutas respiratorios que podrán responder sus preguntas sobre la COVID-19. Llame al 1-800-LUNGUSA para recibir asistencia personalizada.



Nuestro blog Each Breath incluye actualizaciones periódicas sobre cómo puede proteger su salud y la de su familia, historias personales de proveedores de atención médica de la primera línea y mucho más.



Visite [Lung.org/contact-us](https://www.lung.org/contact-us) y comuníquese con su oficina local de la American Lung Association para acceder a recursos y obtener asistencia.



Nuestras comunidades de apoyo gratuito en línea de [Inspire.com](https://www.inspire.com) asisten a personas que padecen enfermedades pulmonares. Reciba apoyo de sus pares, inicie un hilo de conversación o responda a un hilo existente, suba fotos y busque temas específicos para encontrar a otros miembros que compartan los mismos intereses.

Como la principal organización voluntaria de salud pulmonar del país, la American Lung Association lanzará una iniciativa de 25 millones de dólares para acabar con la COVID-19 y protegernos contra futuras pandemias de virus respiratorios. La COVID-19 Action Initiative (Iniciativa de Acción contra la COVID-19) tiene los siguientes objetivos:

- Ampliar el programa de investigación de afecciones respiratorias en marcha de la American Lung Association.
- Mejorar las medidas clave en materia de salud pública mediante la educación y la difusión.

La iniciativa también trabajará con entidades públicas y privadas para reforzar la colaboración en investigaciones a fin de desarrollar vacunas eficaces, pruebas de detección más rápidas y tratamientos terapéuticos, con el objetivo de frenar futuras pandemias de virus respiratorios.

Visite [Lung.org/cv19-action](https://www.lung.org/cv19-action) para obtener más información y saber cómo puede participar.