

Preguntas y respuestas sobre la transmisión de la COVID-19

13 de diciembre de 2020 | Q&A

Actualizado al 30 de abril del 2021

[¿Cómo se propaga la COVID-19 entre las personas?](#)



[¿Cuándo transmiten el virus las personas infectadas?](#)



[¿Cuál es la diferencia entre las personas asintomáticas y las presintomáticas?
¿No se refieren ambos a personas que no tienen síntomas?](#)



[¿Hay entornos en los que la COVID-19 se puede propagar con mayor facilidad?](#)



[¿Cómo puedo reducir mi riesgo de contraer la COVID-19?](#)



Es mucho lo que podemos hacer para protegernos y proteger a nuestros seres queridos contra la COVID-19. Conozca los riesgos y redúzcalos.

Respete las siguientes precauciones básicas:

- **Siga las orientaciones locales:** Tome conocimiento de las orientaciones de las autoridades nacionales, regionales y locales, a fin de contar con la información más pertinente al lugar en que se encuentre.
- **Guarde la distancia adecuada:** Manténgase al menos a un metro de otras personas, incluso aunque no parezcan estar enfermas, puesto que es posible tener el virus sin manifestar síntomas.
- **Póngase mascarilla:** Utilice una mascarilla de tres capas que se ajuste bien, especialmente cuando no sea posible mantener la distancia física, o en interiores. Límpiense las manos antes de ponerse y quitarse la mascarilla.
- **Evite los lugares concurridos, los interiores mal ventilados y el contacto prolongado con otras personas.** Pase más tiempo al aire libre que en interiores.
- **La ventilación es importante:** Abra las ventanas de los lugares cerrados con el fin de aumentar el volumen de aire exterior.
- **Evite tocar superficies, especialmente en entornos públicos o en los establecimientos de salud, por si las ha tocado alguna persona con COVID-19.** Limpie periódicamente las superficies con desinfectantes normales.
- **Lévese frecuentemente las manos con agua y jabón o con un gel hidroalcohólico.** De ser posible, lleve consigo gel hidroalcohólico y utilícelo con frecuencia.
- **Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo y tire inmediatamente los pañuelos usados en una papelería cerrada.** A continuación, lávese las manos o desinfectelas con gel hidroalcohólico.
- **Vacunarse:** Cuando le llegue el turno, vacúnese. Siga las orientaciones y recomendaciones locales sobre la vacunación.