

Covid-19, información y medidas de actuación con relación a personas que viven o han convivido con alguien que sufre la enfermedad

Hoja informativa de los especialistas en control de enfermedades infecciosas

¿Qué significa convivir o haber convivido con una persona que tiene covid-19?

Recibes esta información porque alguien con quien vives o has vivido tiene covid-19 y por eso es posible que hayas estado expuesto al contagio. Esto significa que existen riesgos de que enfermes. Para reducir el riesgo de que el contagio se propague a otras personas, estás obligado a cumplir ciertas medidas de actuación (ver a continuación).

¿Qué es la covid-19?

La covid-19 es una infección viral que presenta con frecuencia síntomas leves tales como catarro, dolor de garganta, tos y fiebre, pero en algunas personas los síntomas son más graves, como pueden ser dificultades respiratorias, y necesitan recibir atención sanitaria en un hospital. Otros síntomas de la covid-19 son dolores musculares, dolor de cabeza, cansancio, alteración del olfato y el gusto y malestar estomacal con diarreas.

¿Cómo se contagia la covid-19?

La covid-19 se contagia por las denominadas gotas respiratorias o por contacto. Cuando una persona estornuda o tose se forman gotas en el aire que contagian. En esos casos, la persona que está cerca puede ser contagiada. Al posarse dichas gotas sobre superficies u objetos, los patógenos pueden transmitirse desde ahí, casi siempre a través de las manos. El tiempo que transcurre entre el contagio y el desarrollo de la enfermedad (período de incubación) oscila entre 2 y 14 días, situándose por lo general en 5 días.

¿Qué medidas de actuación son aplicables a las personas que conviven o han convivido con personas que padecen covid-19?

La covid-19 es una enfermedad que amenaza la salud pública y está sujeta a la Ley de Protección contra Enfermedades Infecciosas de Suecia. Al convivir o haber convivido con una persona que padece covid-19, eres considerado como caso sospechoso de haber contraído la enfermedad. Esto significa que, para evitar que contagies a otras personas, debes cumplir las medidas de actuación durante el período que te han indicado..

Las medidas de actuación implican que:

- no deberás al lugar de trabajo, la escuela secundaria, la escuela de enseñanza superior ni ninguna otra formación posterior a la escuela secundaria. Puedes teletrabajar o enseñar a distancia. Si no tienes posibilidad de teletrabajar, tienes derecho a un certificado médico para que puedas solicitar una ayuda económica por ser portador de un virus a Försäkringskassan, la Seguridad Social sueca. Tampoco podrás participar en actividades recreativas en las que mantengas contacto con otras personas, por ejemplo, en los entrenamientos deportivos.
- Deberás aplicar procedimientos de higiene específicos: Debes ser cuidadoso con la higiene de tus manos (lavarte las manos), toser y estornudar en el pliegue del brazo o en un pañuelo, no en dirección a otras personas.
- Si tienes contacto con personal de la asistencia médico-sanitaria, debes informarles de que eres una persona que vive o ha convivido con una persona que tiene covid-19.

Como tutor tienes la responsabilidad de informar y asegurarte de que los niños que vivan en tu casa cumplan las medidas de actuación establecidas. Si te pones en contacto con el sistema de atención sanitaria, tienes la responsabilidad como tutor de informar de si el niño convive o ha convivido con una persona con covid-19.

Según la Ley de Protección contra Enfermedades Infecciosas de Suecia, las personas que sufren una patología infecciosa deben hacer lo necesario para evitar su transmisión a otros (la llamada «obligación de protección»). Eso significa que durante el período en que debes cumplir las medidas de actuación no puedes reunirte con otras personas que no sean las que viven en tu casa ni utilizar el transporte público. Puedes estar al aire libre, siempre que te mantengas alejado de otras personas. Puedes realizar las compras imprescindibles, por ejemplo, en tiendas de comida y farmacias, etc. Si tienes contacto estrecho con personal que asiste a terceros, incluso la asistencia domiciliaria (*hemtjänst*), debes informar de que convives o has convivido con una persona que padece covid-19.

¿Durante cuánto tiempo son aplicables estas medidas de actuación?

Deberás cumplir las medidas de actuación durante 7 días, contados desde el momento en el que se te informa de las mismas hasta el día en que la persona que padece covid-19 se sometió al test correspondiente. Sin embargo, si te han hecho un test PCR, debes esperar al resultado de la prueba. Después, te recomendamos que, durante otros 7 días más, sigas atento y compruebes si presentas síntomas, te reúnas con el menor número de personas posible fuera del trabajo y la escuela y te abstengas de realizar actividades recreativas.

¿A quiénes no afectan estas medidas de actuación?

Todas las personas a las que se les haya confirmado la covid-19 mediante una prueba de laboratorio durante los últimos 6 meses no se verán afectadas por las medidas de actuación indicadas antes y, por ejemplo, pueden seguir yendo a trabajar o a la escuela.

¿Qué debo hacer si presento síntomas de la enfermedad?

Si presentas síntomas durante este período, deberás someterte a un test y quedarte en casa hasta tener el resultado, incluso cuando el tiempo total que debas permanecer en casa sea superior a los 7 días.

¿Necesito someterme a un test si me siento sano?

Las directrices para realizar un test a las personas sin síntomas que convivan o hayan convivido con alguien con covid-19 pueden variar según las diferentes regiones. Si te has sometido a la prueba, debes esperar el resultado antes de retomar tu trabajo o tus estudios. Ten en cuenta que debes estar atento en todo momento y comprobar si presentas síntomas, incluso si el resultado del test PCR es negativo. Si presentas síntomas, vuelve a someterte a la prueba.

¿Qué debo hacer si necesito atención médica por causa de la covid-19 u otra enfermedad?

No debes asistir a un centro de salud (*vårdcentral*), un servicio de urgencias (*närakut*) ni a un hospital. En primer lugar, llama por teléfono al 1177 Vårdguiden para que te indiquen cuál es el lugar adecuado para recibir asistencia médico-sanitaria e informa de que convives o has convivido con una persona que padece covid-19. Si enfermas y tu estado de salud es muy grave, llama al 112.

¿Cómo puedo recurrir contra las medidas de actuación que debo cumplir?

Si has recibido una medida de actuación que consideras errónea, puedes ponerte en contacto con los especialistas en control de enfermedades infecciosas de tu región.