

## **Todo lo que necesita saber sobre COVID-19**

La enfermedad por el coronavirus 2019 (COVID-19) es una nueva enfermedad que causa problemas respiratorios en las personas y puede transmitirse de persona a persona. Las personas de todas las edades pueden ser infectadas. Los adultos mayores y las personas con condiciones médicas preexistentes como el asma, la diabetes y enfermedades cardíacas tienen más probabilidades de enfermarse gravemente si se infectan.

### **Coronavirus y síntomas**

#### **Subhead: ¿Qué es el coronavirus?**

COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por un nuevo virus llamado coronavirus, que se ha convertido en una emergencia de la salud pública. El número de casos continúa aumentando a nivel nacional y mundial.

#### **Subhead: ¿Cuáles son los síntomas?**

Los síntomas del coronavirus incluyen síntomas respiratorios que van de leves a graves. Los síntomas incluyen fiebre, tos, falta de aliento y enfermedades de las vías respiratorias bajas. COVID-19 puede ser contagioso antes de que la persona empiece a mostrar síntomas.

#### **Subhead: ¿Qué otra enfermedad causa síntomas similares?**

La gripe (influenza), una enfermedad respiratoria contagiosa causada por los virus de la gripe (Tipo A y Tipo B), presenta una alta actividad en los Estados Unidos en los meses de otoño/invierno. Todas las personas desde los 6 meses deben vacunarse anualmente contra la gripe.

#### **Subhead Me parece que tengo síntomas. ¿Qué hago?**

Si ha estado expuesto o empieza a mostrar los síntomas del virus o de la gripe, contacte a su proveedor de atención de la salud o al departamento de salud inmediatamente.

#### **Subhead: Protéjase a sí mismo y a su comunidad.**

Todos tenemos un papel importante que realizar para proteger a nuestras comunidades y familias frente a la propagación del coronavirus. Es similar al que tenemos en la prevención de la propagación de otros virus transmisibles. También puede seguir estos consejos para prevenir la infección:

- Lávese las manos a fondo y con frecuencia. Use agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Use un gel desinfectante de manos a base de alcohol (tiene que tener al menos un 60 por ciento de alcohol).
- Use un cubreboca/máscara cuando esté en público y/o cerca de otras personas que no vivan en su casa.
- Cúbrase la boca cuando tosa o estornude, tosiendo o estornudando en su codo.
- Tire rápidamente los pañuelos de papel al basurero una vez usados.
- Limpie las superficies públicas a fondo.
- Quédese en casa si está enfermo.
- Evite dar la mano.
- Evite entrar en contacto con personas enfermas.

- Vacúnese anualmente contra la gripe.

## **Su cobertura de atención médica**

### **Subhead: ¿Cubre mi plan los servicios de análisis/ evaluación/tratamiento del COVID-19?**

Sí. Cuando los servicios de análisis diagnósticos, evaluación médica y/o tratamiento necesarios desde el punto de vista médico sean ordenados y/o referidos por un proveedor de atención médica autorizado, cubriremos el costo de los servicios de análisis diagnósticos, evaluación médica y/o tratamiento de COVID-19 médicamente necesarios. Si corresponde, el copago, el coseguro y/o el costo compartido y/o deducible de su plan serán exonerados para los servicios de análisis diagnósticos, evaluación médica y/o tratamiento del COVID-19 médicamente necesarios.

### **Subhead: ¿Se requiere autorización previa para los servicios de análisis, evaluación y/o tratamiento del COVID-19 bajo la cobertura de mi plan?**

No. No se requerirá autorización, certificación, notificación ni protocolos de terapia escalonada previos para los servicios de análisis diagnósticos, evaluación médica y/o tratamiento del COVID-19 médicamente necesarios, cuando los servicios médicamente necesarios sean ordenados y/o referidos por un proveedor de atención médica autorizado.

### **Subhead: ¿Dónde puedo recibir los servicios de análisis/ evaluación/tratamiento del COVID-19 bajo la cobertura de mi plan?**

Los servicios de análisis diagnósticos, evaluación médica y/o tratamiento del COVID-19 médicamente necesarios y la visita al médico relacionada se cubrirán cuando se ordenen, refieran y/o realicen en las siguientes ubicaciones de la red:

- Consultorio del médico o del profesional de atención médica
- Laboratorio Independiente/Instalación de diagnóstico
- Centro de atención de urgencia
- Instalación del Departamento de Emergencias

¿No está seguro de haber estado expuesto o en riesgo de estar infectado con el COVID-19? Programe una visita de atención virtual con un proveedor. Es una buena opción para la atención no urgente a fin de limitar la posible exposición en el consultorio de un médico u otro centro de atención médica.

### **Subhead: ¿Seré responsable de los gastos de mi propio bolsillo por los servicios de análisis/evaluación/tratamiento del COVID-19?**

No. Cubriremos los servicios de análisis diagnósticos evaluación médica y/o tratamiento del COVID-19 médicamente necesarios sin cargo alguno para usted, cuando dichos servicios sean ordenados y/o referidos por un proveedor de atención médica autorizado. Si corresponde, el copago, coseguro y/o el costo compartido o deducible de su plan serán exonerados para los servicios de análisis diagnósticos, evaluación médica y/o tratamiento del COVID-19 médicamente necesarios junto con la visita al médico relacionada.

### **Subhead: Si necesito tratamiento para el coronavirus, ¿está cubierto por mi plan?**

Todo tratamiento médicamente necesario relacionado con el COVID-19 se considerará un beneficio cubierto. Estamos comprometidos a asegurar el acceso a los servicios de tratamiento del COVID-19 de acuerdo con la ley federal y estatal.

**Subhead: ¿Podré surtir mis recetas antes de la fecha prevista para ello?**

Sí, los afiliados podrán surtir sus recetas antes de la fecha prevista para ello.

**¿Qué es la vacuna contra COVID-19?**

Ahora hay una vacuna disponible que le dará la mejor oportunidad de protegerse a sí mismo y a sus seres queridos de contraer COVID-19 en el futuro. Algunas vacunas contra COVID-19 tendrán dos dosis con un intervalo de unas semanas entre cada una de ellas. Recibirá una tarjeta de recordatorio para la vacuna contra COVID-19 que le ayudará a llevar un registro de la vacuna que recibe y de cuándo debe recibir una segunda dosis, si es necesaria. Si recibe una vacuna que requiere dos dosis, es importante que se aplique las dos dosis.

**¿Dónde puedo obtener la vacuna contra COVID-19?**

La vacuna se está administrando a diferentes poblaciones de forma escalonada. Cuando se pueda vacunar, llame a su médico si tiene alguna duda y pregúntele cuándo puede programar una cita con él o en su farmacia local; o visite el sitio web en [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines) o [vaccinefinder.org](https://www.vaccinefinder.org) para averiguar dónde puede vacunarse.

**¿Es necesario vacunarme contra la enfermedad COVID-19?**

Aunque no es un requisito, recibir la vacuna contra COVID-19 le dará una mejor oportunidad de protegerse a sí mismo y a sus seres queridos de contraer COVID-19 en el futuro.

**Yo ya tuve COVID-19. ¿Debería aún vacunarme?**

Aunque ya haya tenido COVID-19, aún debería vacunarse. Es posible infectarse más de una vez, por lo que vacunarse es una opción segura.

**¿Puede mi hijo recibir la vacuna?**

Actualmente, la vacuna de Pfizer-BioNTech está recomendada para personas de 16 años o más. Las vacunas de Moderna y de Johnson & Johnson se recomiendan para las personas de 18 años o más.

**Estoy embarazada. ¿Debo vacunarme?**

Según los CDC, las personas que estén embarazadas y formen parte de un grupo para recibir la vacuna contra COVID-19 pueden optar por vacunarse. Si tiene preguntas sobre la aplicación de la vacuna, se recomienda que consulte a su médico para tomar una decisión informada.

**Cuando reciba la vacuna, ¿podré dejar de usar la mascarilla o el distanciamiento social?**

No hay evidencia definitiva de que la vacuna pueda prevenir la infección asintomática, o prevenir el contagio de COVID-19 si usted es asintomático(a). Incluso con la vacuna, existe la posibilidad de que se infecte, pero no tenga síntomas. Esto podría hacer que los seres queridos que le rodean enfermen.

Los CDC anunciaron el 8 de marzo que los estadounidenses totalmente vacunados pueden dejar de usar la máscara y el distanciamiento social con otras personas totalmente vacunadas en interiores, en grupos pequeños. También se puede visitar en interiores a personas no vacunadas de un mismo hogar que tengan un bajo riesgo de padecer gravemente la enfermedad COVID-19.

Se considera totalmente vacunado dos semanas después de la última dosis, es decir, la segunda dosis de la vacuna de Moderna o de ARNm de Pfizer, o bien, dos semanas después de la dosis única de la vacuna de Johnson & Johnson.

Es importante continuar con la distancia social, usar una máscara y continuar con el lavado de manos adecuado cuando se visite a personas no vacunadas de varios hogares; o cuando se visite a personas no vacunadas con mayor riesgo de padecer gravemente la enfermedad COVID-19.

También es importante usar una máscara y practicar el distanciamiento social cuando se está en lugares públicos, como el gimnasio o un restaurante, ya que la probabilidad de transmisión es mayor con varias personas no vacunadas.

Si está totalmente vacunado(a) y tiene una exposición conocida a alguien con COVID-19, los CDC dicen que puede abstenerse de la cuarentena y de los análisis si es asintomático(a). Se recomienda seguir vigilando los síntomas durante 14 días.

### **¿Es segura la vacuna?**

¡La seguridad de la vacuna contra COVID-19 es una prioridad absoluta! La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) revisa cuidadosamente todos los datos de seguridad de los estudios clínicos y autoriza el uso de la vacuna de emergencia sólo cuando los beneficios esperados superan los riesgos potenciales. Las vacunas contra COVID-19 se probaron en amplios estudios clínicos para asegurarse de que cumplen con las normas de seguridad.

### **¿Tendré algún efecto secundario al recibir la vacuna?**

Es posible que tenga fiebre después de recibir la vacuna. Esto es normal, ya que su cuerpo crea inmunidad y hace frente a futuras exposiciones de COVID-19. Usted puede sentirse mal después de vacunarse. Podría tener fiebre, dolor de cabeza o dolores corporales. Se trata de la reacción de su cuerpo a la vacuna, que es una respuesta normal. Es importante saber que es imposible contraer COVID-19 a través de la vacuna. Las vacunas que se utilizan actualmente y otras que se están fabricando no contienen un virus vivo.

### **¿Tengo que pagar por mi vacuna? ¿Necesito una autorización previa?**

No. La vacuna contra COVID-19 será gratuita para usted. No necesita obtener una autorización previa para vacunarse.

### **He perdido mi tarjeta de registro de vacunación contra COVID-19. ¿Qué debo hacer ahora?**

Llame al centro/proveedor que le administró la primera dosis para preguntar sobre la información de su vacuna y verificar su segunda cita/ubicación.

**Tengo programada la segunda dosis. La primera dosis la recibí de otro proveedor que no es mi PCP, pero no tengo su información de contacto. ¿Qué debo hacer ahora?**

El proveedor debería de haber programado una segunda cita con usted en el mismo centro cuando recibió la primera dosis. Sin embargo, usted puede recibir su segunda dosis de otro proveedor/centro y debe presentar su Tarjeta de Registro de Vacunación contra COVID-19.

**¿Puedo obtener ayuda con el transporte?**

Sí. <LOS BENEFICIOS DE TRANSPORTE ESPECÍFICOS DEL PLAN DE SALUD, incluida la información de contacto de los Servicios para los afiliados> Es posible que <también> pueda recibir transporte comunicándose con United Way-211 para acceder a los recursos locales de la comunidad para el transporte, que pueden incluir el programa Lyft Vaccine Alliance

**¿Hay estrategias para hacer frente al brote del COVID-19?**

La preocupación y la ansiedad pueden aumentar por la diseminación del COVID-19. La preocupación por los amigos y la familia que viven en lugares donde se está diseminando el COVID-19 o la progresión de la enfermedad es natural.

- Cuide su cuerpo. Respire profundamente, haga estiramientos o medite.
- Comuníquese con los demás. Comparta sus preocupaciones y cómo se siente con un amigo o un miembro de la familia. Mantenga relaciones sanas y un sentido de esperanza y pensamiento positivo.
- Comparta los hechos sobre el COVID-19 y el riesgo actual con los demás. Las personas que han regresado de áreas de diseminación continua desde hace más de 14 días y no tienen síntomas del COVID-19 no ponen a otros en riesgo.
- Para obtener más información, lea las sugerencias de los CDC para la salud mental y para enfrentar la situación durante el brote del COVID-19

**Para obtener más información, incluidos anuncios públicos sobre viajes, visite [cdc.gov](https://www.cdc.gov).**

- Información general del CDC sobre el COVID-19 (vaya a: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/summary.html>)
- Información general de la OMS sobre el COVID-19 (vaya a: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>)
- Información general del CDC sobre viajes (vaya a: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>)
- Videos de CDC sobre el COVID-19 (vaya a: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/communication/videos.html>)
- Recursos impresos del CDC (vaya a: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/communication/factsheets.html>)