



Personas susceptibles de enfermarse con mayor gravedad o más complicaciones si contraen COVID-19

Algunas personas son más susceptibles de enfermarse con mayor gravedad o más complicaciones si contraen COVID-19.

Usted podría estar en situación de mayor riesgo si:

- Es un adulto mayor (el riesgo aumenta con el paso de cada década, especialmente a partir de los 60 años de edad).
- Está encinta.
- Tiene el síndrome de Down.
- No ha recibido todas las dosis recomendadas de la vacuna contra la COVID-19.
- Tiene alguna condición médica crónica, como por ejemplo:
 - asma (de moderada a grave)
 - demencia
 - diabetes
 - enfermedades cardíacas
 - hipertensión arterial (presión alta)
 - nefropatías (enfermedades del riñón)
 - enfermedades del hígado
 - enfermedades pulmonares
 - ha sufrido un accidente cerebrovascular
- Su sistema inmunitario está comprometido, sobre todo porque:
 - sufre una enfermedad subyacente, tal como cáncer
 - toma medicamentos que reducen su respuesta inmunitaria, tal como quimioterapia
 - ha recibido un trasplante de órgano sólido o de células madre sanguíneas
- Vive con obesidad (su índice de masa corporal, o IMC, es de 40 o más)





Algunos entornos y actividades conllevan un mayor riesgo de transmisión de COVID-19. Por ejemplo:

- Entornos que están:
 - abarrotados
 - mal ventilados
- Actividades que implican:
 - cantar, gritar o jadear
 - quitarse la mascarilla cerca de personas ajenas al propio hogar, como al comer o beber en lugares públicos

Cuando el riesgo de exposición sea mayor, aplique simultáneamente varias medidas de salud pública, tales como:

- Colóquese el respirador o la mascarilla de mejor calidad y ajuste que tenga a su disposición.
- Evite o limite el pasar tiempo en entornos de alto riesgo.
- Mejore la ventilación de su hogar o entorno de convivencia abriendo las ventanas y las puertas con regularidad, aunque sea por unos cuantos minutos por vez.
- Maximice la distancia física con las personas ajenas a su hogar inmediato.
- Lávese o límpiese las manos con regularidad.

Evite entrar en contacto o compartir espacios con personas que:

- Estén enfermas o presenten síntomas de COVID-19.
- Estuvieron o pudieron haber estado expuestas a la COVID-19.

Si debe estar en un espacio compartido, limite el tiempo de su permanencia en el mismo y siga todas las medidas de salud pública recomendadas para reducir su riesgo de contagio. Esas medidas incluyen llevar puesto un respirador debidamente ajustado. Si no se dispone de un respirador, le recomendamos utilizar una mascarilla médica debidamente ajustada. Si no se dispone ni de un respirador ni de una mascarilla médica, lleve puesta una mascarilla no médica bien construida y ajustada.



Usted no debería ser quien preste cuidados a una persona enferma que se encuentre en cuarentena o en aislamiento. Esta medida permitirá que usted reduzca su riesgo de enfermarse.

Asegúrese de que las personas con las que usted viva sepan que usted corre un mayor riesgo de enfermarse con mayor gravedad o más complicaciones si contrae COVID-19. Ello permitirá que tomen medidas para protegerse contra los contagios y evitar que el COVID-19 entre en su hogar.

Consulte a su proveedor de atención médica para conocer cuáles son los demás medios para protegerse con eficacia contra la COVID-19.

Para más información sobre la COVID-19, visite:

- Canada.ca/coronavirus
- Larga distancia gratuita: 1-833-784-4397

Notifique los problemas o errores que detecte en esta página