

# Hoja informativa sobre la COVID-19

Esta es una hoja informativa general sobre la COVID-19. Contiene cierta información específica para personas con enfermedades pulmonares, pero la mayor parte de la información es válida para todo el mundo.

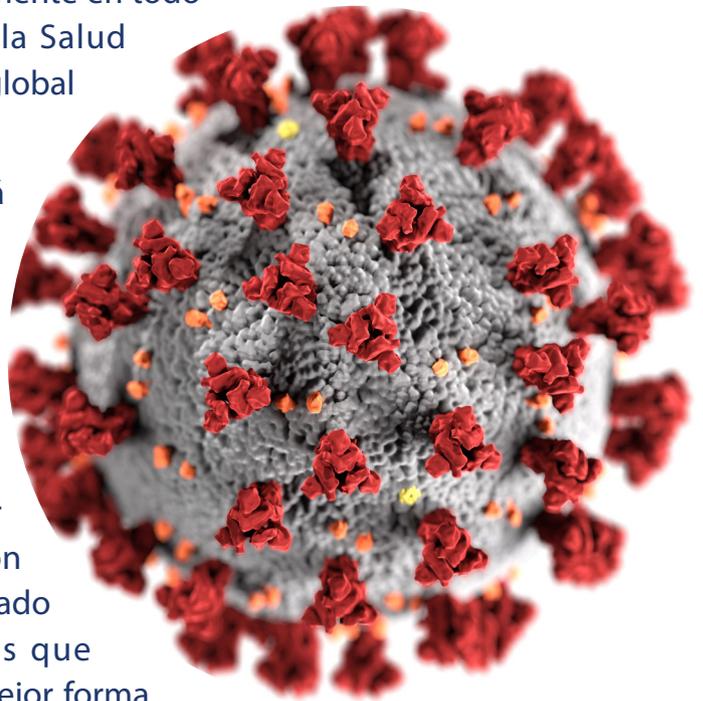
## ¿Qué es la COVID-19?

La enfermedad del coronavirus de 2019 o COVID-19 está causada por el coronavirus 2 asociado al síndrome respiratorio agudo severo (SARS-Cov-2). Este virus no se había visto en seres humanos hasta diciembre de 2019, cuando se informó por primera vez de su existencia en la ciudad china de Wuhan.

Los coronavirus son una familia de virus extensa y muy común que causan enfermedades que van desde el resfriado común hasta dolencias más graves como la neumonía y el síndrome de dificultad respiratoria aguda (SDRA).

El virus que causa la COVID-19 es muy contagioso y el número de personas que están contrayendo la COVID-19 aumentó rápidamente en todo el mundo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró la COVID-19 una pandemia global el 11 de marzo de 2020.

En qué medida una persona enfermará de COVID-19 varía mucho de unas a otras. Los mayores y las personas con enfermedades subyacentes tienen más probabilidades de sufrir infecciones graves o potencialmente letales, pero la COVID-19 puede tener efectos perjudiciales en la salud de cualquier persona de cualquier edad. Esta es la razón por la que el brote de COVID-19 se ha tomado muy en serio. Otros motivos de ello es que todavía estamos aprendiendo cuál es la mejor forma de tratar a las personas con COVID-19 y hasta hace poco tiempo no hemos tenido una vacuna.



## ¿Cómo afecta tener una enfermedad pulmonar al riesgo de sufrir un caso grave de COVID-19?

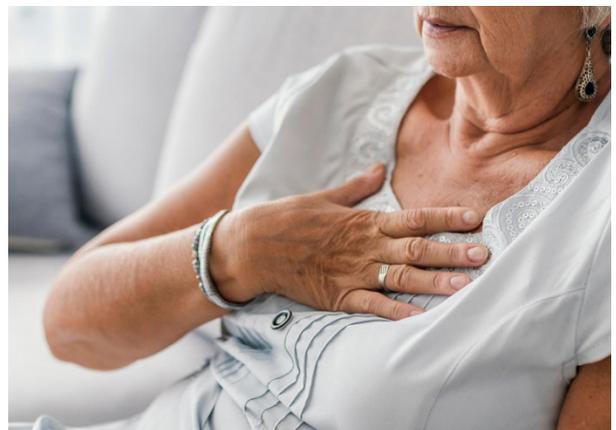
Tener una enfermedad pulmonar o haber tenido anteriormente una enfermedad pulmonar no afecta necesariamente a su riesgo de contraer la COVID-19. Sin embargo, sí puede afectar a su tiempo de recuperación o a la gravedad de la COVID-19.

Al margen de la enfermedad pulmonar que tenga, debe continuar tomando su medicación, haciendo fisioterapia y siguiendo cualquier otra forma de tratamiento recomendada por su médico. No debe introducir ningún cambio en su tratamiento, a menos que su médico se lo indique.

Si ha tenido una enfermedad pulmonar, se ha recuperado completamente y su respiración ya no se ve afectada, por ejemplo a causa de una neumonía, un neumotórax (colapso pulmonar) o un pulmón perforado, entonces no tiene un riesgo más alto de sufrir complicaciones derivadas de la COVID-19.

Ciertas enfermedades pulmonares pueden incrementar su riesgo de complicaciones si contrae la COVID-19. Dichas enfermedades incluyen, entre otras:

- Asma severa
- Bronquiectasia
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)
- Fibrosis quística
- Enfisema
- Fibrosis pulmonar idiopática (FPI)
- Trastornos inmunológicos que hayan afectado al pulmón (p. ej., lupus, artritis reumatoide, etc.)
- Cáncer de pulmón



## ¿Qué puedo hacer para limitar el riesgo de contraer la COVID-19?

Estas son algunas de las formas en que puede limitar el riesgo de contraer y propagar la COVID-19.

### **Distanciamiento social**

Aunque las normas pueden variar de un país a otro, permanecer al menos a 1 o 2 metros de distancia de otras personas con las que no conviva puede prevenir la propagación de

la COVID-19. Esto se debe a que el virus se transmite mayormente a través de gotículas y aerosoles que pueden propagarse a través del aire y que se respiran. Cuanto más lejos esté de alguien, menos probable es que las gotículas y los aerosoles le alcancen.

Esto es especialmente importante en interiores. Ello se debe a que, a diferencia de en el exterior, el aire no se reemplaza constantemente con aire fresco. Utilizar ventiladores o aire acondicionado no ayuda con esto, ya que hacen circular el aire contaminado y pueden propagar más el virus. Se están realizando investigaciones para comprender cuánto tiempo estas gotículas y aerosoles permanecen en el aire. Le aconsejamos que mantenga la distancia social y se asegure de que todas las estancias tienen una buena ventilación natural, como abrir las ventanas cuando esté con personas con las que no conviva.

### **Lavado de manos**

Lavarse las manos es una de las cosas más importantes que puede hacer para detener la propagación del virus. El jabón "mata" el virus rompiendo su estructura, lo que significa que ya no puede causar daño.

Asegúrese de lavarse las manos con jabón cuidadosamente durante al menos 20 segundos para matar el virus.

Si no tiene agua y jabón disponibles de forma inmediata, use gel hidroalcohólico (desinfectante de manos) con un 60% de alcohol o más. No obstante, lávese las manos con agua y jabón tan pronto como pueda. En nuestro sitio web tenemos más información sobre la técnica adecuada para lavarse las manos y el enlace se halla al pie de esta hoja informativa.

### **Mascarillas faciales**

Las mascarillas faciales pueden ayudar a prevenir la propagación del coronavirus. Lo hacen capturando las gotículas y aerosoles liberados cuando tosemos, estornudamos o hablamos y que pueden transportar el virus. Cuando usted tose, de su boca salen gotículas que pueden posarse en superficies o ser respiradas por otras personas. Por ello, ponerse una mascarilla facial puede ayudar a proteger a otras personas si usted tiene el virus sin saberlo. Debe ser cauteloso/a y cambiar su mascarilla facial inmediatamente si está húmeda o mojada después de estornudar o toser, ya que esto puede afectar a su eficacia. Las mascarillas faciales secas siempre son más eficientes.

Incluso si tiene una enfermedad pulmonar, debe poder llevar una mascarilla facial y no hay evidencia de que ello le resultará perjudicial. Tiene que asegurarse de que tanto su boca como su nariz están cubiertas. Podría resultarle más difícil respirar con una mascarilla facial puesta. Hay cosas que puede hacer para acostumbrarse a llevar puesta una mascarilla facial y tenemos mucha más información sobre este tema en nuestra página de mascarillas



faciales, cuyo enlace se halla al pie de esta hoja informativa. Ponerse una mascarilla facial es importante para las personas con enfermedades pulmonares. Los síntomas de la COVID-19 pueden ser muy parecidos a los de diferentes enfermedades pulmonares y es fácil no darse cuenta de que tiene la COVID-19.

## ¿Cuáles son los síntomas? ¿Cómo puedo saber si tengo la COVID-19?

Los síntomas de la COVID-19 pueden variar de una persona a otra, pero hay síntomas que son más comunes que otros. Usted podría experimentar uno o más de los síntomas que se relacionan a continuación.

### Síntomas leves

#### Los síntomas leves pueden incluir:

- Sentir un gran cansancio
- Fiebre (temperatura de más de 38° C)
- Dolores de cabeza
- Garganta irritada o con picor
- Pérdida del olfato
- Pérdida del gusto

#### Tratamiento:

- Descanse mucho
- Beba mucho líquido
- Puede usarse paracetamol para controlar la fiebre
- También puede usarse paracetamol como analgésico

**Cuándo contactar con un médico:**

Si solo tiene síntomas leves, es improbable que necesite ir al médico. Si los síntomas empeoran de repente o si experimenta dificultad para respirar, hable con su médico por teléfono. Si tiene síntomas de COVID-19, debe autoaislarse y si se recomienda en su localidad, debe hacerse la prueba del virus.

## Síntomas moderados

**Los síntomas moderados pueden incluir:**

- Fiebre (temperatura de más de 38° C)
- Dolor muscular
- Tos persistente
- Dificultad para respirar
- Dolores de cabeza
- Sentir un gran cansancio
- Pérdida del apetito
- Pérdida del olfato
- Pérdida del gusto
- Diarrea

**Tratamiento:**

- Descanse mucho
- Beba mucho líquido
- Puede usarse paracetamol para controlar la fiebre
- Puede usarse paracetamol como analgésico
- Si tiene dificultad para respirar, emplee las técnicas que figuran en nuestra hoja informativa para manejar la dificultad para respirar, cuyo enlace se halla al pie de esta hoja informativa.

**Cuándo contactar con un médico:**

Solo necesita contactar con un médico si los síntomas no comienzan a remitir después de alrededor de una semana o si los síntomas empeoran, particularmente si la dificultad para respirar se convierte en un problema, como no poder subir las escaleras. Debe contactar con su médico por teléfono y no intentar desplazarse hasta la clínica en persona. Si tiene síntomas de COVID-19, debe autoaislarse y si se recomienda en su localidad, debe hacerse la prueba del virus.

## Síntomas graves

La complicación más grave de una infección por COVID-19 es la neumonía. Esto significa que la infección está en los pulmones. Sentir dificultad para respirar podría ser el peor síntoma.

Con la COVID-19, a diferencia de con otras infecciones pulmonares, los síntomas a menudo son peores alrededor de una semana después de que empiezan y pueden pasar entre 2 y 3 semanas hasta que los casos graves mejoren.

### **Probablemente también experimente:**

- Fiebre alta
- Tos
- Los otros síntomas descritos para las infecciones moderadas.

### **También podría experimentar:**

- Dolor en el pecho
- Mareos
- Confusión

### **Cuándo contactar con un médico:**

Hable con su médico si la dificultad para respirar es tan grave que limita lo que puede hacer, como no poder subir las escaleras sin tener que detenerse, o cuando otros síntomas son más graves que los de la gripe.

Inicialmente debe contactar con su médico por teléfono y no intentar desplazarse hasta la clínica en persona. Si tiene síntomas de COVID-19, debe autoaislarse y si se recomienda en su localidad, debe hacerse la prueba del virus.

Las infecciones graves probablemente requieran una estancia en el hospital. Después de una infección grave deberá esperar sentir cansancio y seguir experimentando algunos síntomas durante seis semanas o más.

## Algunos síntomas menos comunes de los que tenemos conocimiento son:

**Dolor en el pecho** – Alrededor de una de cada 10 personas podría experimentar dolores punzantes en el pecho debido a la COVID-19. Ello está causado más probablemente por la inflamación del recubrimiento del pulmón (a veces llamado pleuresía), pero los dolores en los músculos del pecho debido a la tos y al dolor de las articulaciones principales también son habituales.

Si experimenta dolores en el pecho, es importante que hable de ello con su médico. Esto es porque aunque el dolor en el pecho es un síntoma común de la COVID-19, hay otras cosas importantes que pueden causar dolor en el pecho. La mayoría de los síntomas remitirán por sí solos, pero algunas personas necesitarán una radiografía o una prueba de escáner y a veces otras exploraciones para comprobar si hay complicaciones. Debe hablar de estos síntomas con su médico.

**COVID larga:** La mayoría de las personas que se recuperan de la COVID-19 no tendrán síntomas después de un breve periodo que durará de días a semanas. Pero podría encontrarse con que experimenta síntomas durante algún tiempo, incluso meses después de esto. Algunas personas pueden empezar a sentirse mejor pero los síntomas reaparecen poco después. Recuperar el gusto y el olfato podría llevar algún tiempo y a algunas personas se les altera el gusto y el olfato durante un tiempo después de haber tenido la COVID-19. También podría sucederle que sus síntomas cambien de un día para otro. Sea consciente de estos síntomas y si comienzan a empeorar, hable con su médico.

Aún se está investigando para comprender totalmente la COVID larga, pero si piensa que la está sufriendo, hable con su médico para averiguar cómo puede ayudarle.

**Disfunción neurológica:** Un pequeño número de personas puede experimentar pérdida de memoria, alteración de la conciencia y delirio, sobre todo personas mayores con enfermedades neurológicas previas.

En los casos leves, esto puede percibirse como neblina cerebral, por la que su memoria está un poco borrosa y sus pensamientos se ralentizan o se hacen más difíciles de procesar de lo normal. Este síntoma puede durar periodos de tiempo muy diferentes en distintas personas, desde días a meses.

Estos son algunos de los síntomas que puede experimentar con la COVID-19. Es importante recordar que todo el mundo es diferente y que usted podría experimentar algunos de estos síntomas y no otros. La COVID-19 sigue siendo una enfermedad nueva y siempre estamos aprendiendo sobre ella. A medida que más personas tengan la COVID-19, podrían añadirse síntomas nuevos a esta lista.

## ¿Qué ocurrirá si tengo COVID-19 grave y necesito ir al hospital?

Muchas personas no necesitarán ir al hospital, pero si usted lo necesitara, se monitorizará su respiración y podría tener que recibir oxígeno. Algunas veces podría ser necesario ponerle un respirador mediante una mascarilla colocada sobre su cara para ayudarle a respirar mejor (respiración artificial). El hospital le ayudará con cualquier síntoma que pueda tener. Para obtener más información sobre respiración asistida, vea nuestros recursos al pie de esta hoja informativa.

Las personas que trabajan en el hospital necesitan mantenerle a usted y a ellas mismas tan protegidas como sea posible. Por ello, se vestirán de forma diferente a cómo usted pueda haberlas visto antes. Llevarán puesta una mascarilla, un protector de plástico frente a la cara o guantes protectores. Podrían vestir un delantal desechable y probablemente ropa de protección debajo. Esto puede parecer alarmante, pero es por la seguridad de todo el mundo.



## ¿Debo vacunarme?

La vacunación es más importante ahora que nunca. Vacúnese contra la gripe como haría cada año y hable con su médico de cabecera sobre si debe ponerse la vacuna antineumocócica.

Se han desarrollado vacunas contra la COVID-19 y están disponibles. Cada país está distribuyendo la vacuna de la forma más eficiente que puede y dará prioridad a las personas que ven más en riesgo de contraer la COVID-19. Esto variará de un país a otro. Será importante que tantos de nosotros como podamos nos pongamos la vacuna contra la COVID-19. Esto se debe a que la vacunación no solo ayuda a proteger a la persona que se vacuna, sino también a aquellas personas de su entorno que no pueden vacunarse, como los muy enfermos, los muy jóvenes o ancianos y aquellos con dolencias que afectan al sistema inmunitario.

Puede obtener más información sobre la vacunación y las vacunas contra la COVID-19 en los recursos que figuran al pie de esta hoja informativa.

## ¿Cómo limito la propagación de la COVID-19 en la casa cuando vivo con alguien que está infectado?

Si usted o alguien con quien vive tiene COVID-19, cuando sea posible, la persona con COVID-19 debe aislarse en una habitación aparte y si puede, usar un cuarto de baño diferente. A lo largo del día, ventile la casa abriendo las ventanas.

Asegúrese de que todo el mundo se lava las manos con jabón a menudo. Limpie las superficies que la persona infectada haya tocado o con las que haya estado en contacto, usando agua y jabón o un detergente antiviral. Lleve puesta una mascarilla facial si debe estar en la misma habitación que la persona infectada y, cuando sea posible, evite el contacto con ella. Cambie su mascarilla facial con regularidad.

## ¿Cómo cuido de mi bienestar mental?

La pandemia ha sido dura para todo el mundo en todo el planeta y esto puede afectar a cómo nos sentimos física y mentalmente. Es muy importante cuidar de nuestra salud mental, sobre todo cuando no nos sentimos bien.

Hemos elaborado una hoja informativa sobre el cuidado del bienestar mental para personas con enfermedades pulmonares, que puede ser útil. Encontrará el enlace al pie de esta hoja informativa.

## ¿Qué pruebas hay para detectar la COVID-19?

Hay dos clases de pruebas de detección de la COVID-19: pruebas virales y pruebas de anticuerpos.

Una prueba viral le dice si tiene una infección actualmente. Es la prueba del bastoncillo.

Un anticuerpo es una proteína que está presente en la sangre y, si está presente, puede decirle si ha tenido una infección anteriormente.



## ¿Quién debe hacerse una prueba viral (del bastoncillo)?

- Personas que tienen síntomas de COVID-19.
- Personas a quienes su proveedor de atención sanitaria, su departamento de sanidad pública u otra autoridad les ha pedido una prueba o les ha remitido a que se la hagan.

No todo el mundo necesita hacerse una prueba. Si se le hace una prueba, deberá autoconfinarse / aislarse en casa hasta que reciba los resultados y seguir los consejos de su profesional sanitario.

Puede visitar el sitio web de su departamento de sanidad local o nacional para buscar la información más reciente sobre pruebas a nivel local.

Si da positivo, tendrá que autoaislarse y seguir las recomendaciones de esta hoja informativa sobre cómo limitar la propagación del virus. Incluso si ha dado positivo por COVID-19 y se ha recuperado, deberá seguir adoptando medidas para ayudar a ralentizar la propagación de la COVID-19. La reinfección no es habitual, pero puede ocurrir y usted puede seguir propagando el virus al tocar superficies contaminadas.

Si da negativo, probablemente no estaba infectado/a en el momento en que se recogió su muestra. El resultado de la prueba solamente significa que usted no tenía COVID-19 en el momento de realizarse dicha prueba.

## ¿Quién debe hacerse una prueba de anticuerpos?

- Puede hacerse una para ver si ha tenido la COVID-19. Su médico puede hacerla para comprender mejor cualquier síntoma que todavía tenga.
- Porque usted participa en una investigación y están monitorizando cuánto tiempo sigue usted teniendo anticuerpos y en qué cantidades.

## ¿Cómo vuelvo a mi vida diaria?



La mayoría de las personas que contraigan COVID-19 tendrán un caso leve. Se recuperarán rápidamente y volverán a sus actividades normales dentro de unas dos semanas desde que se pusieron enfermas.

Algunas personas que hayan tenido COVID-19 de moderada a grave podrían tardar un poco más en recuperar plenamente la salud.

Puede ser frustrante cuando usted no puede hacer las cosas que está acostumbrado/a a hacer,

tanto si es subir escaleras sin dificultad o ir de tiendas, jugar con sus hijos o hacer un deporte que le encanta.

Tómese su tiempo para recuperar totalmente la salud. Intente no ponerse demasiada presión y descanse cuando pueda.

Si ha tenido COVID-19 moderada o grave, podría obtener ayuda de su médico con fisioterapia o terapia ocupacional para ayudarle a retomar su vida diaria.

Los efectos del aislamiento y de la propia COVID-19 pueden llevarle a perder fuerza en los músculos, el corazón y los pulmones. Este deterioro del estado físico puede ralentizar la recuperación. Por ello, intente incrementar suavemente el ejercicio físico después de que haya finalizado el aislamiento por COVID-19. A las personas con COVID-19 grave podría invitárselas a participar en programas de rehabilitación formales.

Una dieta saludable y equilibrada es importante para la salud general y también para la



recuperación de la COVID-19. Procure comer muchas frutas y verduras de diferentes colores, al menos entre 5 y 7 porciones al día, pero más también es bueno. Si ha tenido COVID-19, es posible que no tenga mucho apetito y podría haber perdido algo de peso. Asegúrese de comer lo que pueda y lo que le apetece mientras se recupera. Los alimentos altos en proteína, como la carne, el pescado, las legumbres, el queso y los sustitutos vegetarianos de la carne son muy importantes mientras está recuperándose, ya que le ayudarán a recobrar la fuerza.

Hay vínculos entre la carencia de vitamina D y los casos de COVID-19 más graves. Cualquier persona que habite en el hemisferio norte (como el norte de Europa) entre octubre y marzo tiene más probabilidades de tener una carencia, ya que no se puede obtener vitamina D del sol durante estos meses. Las personas de grupos étnicos minoritarios y de color están especialmente en riesgo de tener niveles bajos de vitamina D debido al color de la piel y a ciertas prácticas culturales. Las personas con cuerpos más grandes también tienen mayor riesgo de carencia de vitamina D. Si le preocupa poder estar bajo/a de vitamina D, hable con su médico. La vitamina D puede encontrarse en alimentos como la yema del huevo, el pescado graso, alimentos fortificados como los cereales y algunas leches de origen vegetal, la carne roja y el hígado.

## ¿Qué sucede con la asistencia a citas médicas en hospitales?

Es importante que cuide de su salud en general. Sigue siendo importante acudir a sus citas médicas regulares o programadas, pero podrían ser ligeramente distintas. Si se le pide que acuda a una cita, cada hospital tendrá sus propias políticas sobre la personación de pacientes durante la pandemia. Actualmente algunas consultas están teniendo lugar de forma virtual, bien por teléfono o mediante conexión por vídeo. Cuando esto no sea posible o si tiene que acudir a una cita médica en un hospital en persona, debe aplicar las recomendaciones sobre



cómo minimizar su riesgo. También es probable que el hospital contacte con usted el día antes de su cita para hacerle preguntas y comprobar si actualmente tiene síntomas de COVID-19. Para algunas citas se le pedirá que se haga una prueba viral (del bastoncillo) para comprobar si actualmente tiene coronavirus y luego se le pedirá que se quede en casa y minimice su contacto con otras personas.

Las pruebas de la función pulmonar, como la espirometría, siguen siendo una parte importante del examen para comprender la enfermedad pulmonar y ayudar a manejarla. Podría seguir pidiéndosele que acuda a su prueba de la función pulmonar. Aunque pueden haberse implantado ciertas medidas de seguridad, la forma en que se realizan estas pruebas no habrá cambiado mucho. El coronavirus se propaga a través de gotículas y aerosoles en el aire y las pruebas de la función pulmonar pueden incrementar la cantidad que usted despiden. No obstante, la mayoría de las pruebas de la función pulmonar se efectúan colocando un filtro que es muy eficiente eliminando partículas de virus. Un cambio que sí podría encontrarse es que pudiera pedírsele que permanezca en la boquilla con el filtro acoplado un poco más de tiempo una vez que haya finalizado la prueba. Podría notar una diferencia en la apariencia del profesional sanitario que le ayude a realizar la prueba de la función pulmonar. Para minimizar la propagación del virus esa persona podría llevar puestos más equipos protectores que antes. Esto probablemente incluya una mascarilla facial y un visor.

## ¿Cómo puedo participar en investigaciones?

Todavía hay mucho que no sabemos sobre la COVID-19. Para ayudarnos a saber más necesitamos personas que participen en las investigaciones. Si ha tenido la COVID-19, piensa que la ha tenido o tiene una enfermedad pulmonar y está interesado/a en tomar parte en investigaciones sobre cómo la pandemia ha afectado a las personas con enfermedades pulmonares, póngase en contacto con nosotros enviándonos un correo electrónico a [info@europeanlung.org](mailto:info@europeanlung.org) para averiguar de qué formas puede participar.

## Más información

**Lavado de manos:** [www.europeanlung.org/en/covid-19/what-is-covid-19/prevention](http://www.europeanlung.org/en/covid-19/what-is-covid-19/prevention)

**Mascarillas faciales:** – [www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/wearing-a-mask-or-face-covering-if-you-have-a-lung-condition](http://www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/wearing-a-mask-or-face-covering-if-you-have-a-lung-condition)

**Manejar la dificultad para respirar:** [www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/managing-breathlessness-at-home-during-the-covid-19-pandemic](http://www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/managing-breathlessness-at-home-during-the-covid-19-pandemic)

**Qué ocurre si tengo que ir al hospital:** [www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/covid-19-hospital-factsheets](http://www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/covid-19-hospital-factsheets)

**Qué es la respiración artificial:** [www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/covid-19-symptoms](http://www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/covid-19-symptoms)

**Cómo es la respiración artificial para el paciente:** [www.europeanlung.org/en/covid-19/share-your-experiences/patient-stories/laura-rentoul](http://www.europeanlung.org/en/covid-19/share-your-experiences/patient-stories/laura-rentoul)

**Información general de las vacunas:** [www.europeanlung.org/assets/files/factsheets/vaccination.pdf](http://www.europeanlung.org/assets/files/factsheets/vaccination.pdf)

**Preguntas y respuestas sobre las vacunas contra la COVID-19:** [www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/covid-19-vaccinations-%E2%80%93-questions-and-answers-with-ers-president-anita-simonds](http://www.europeanlung.org/en/covid-19/covid-19-information-and-resources/covid-19-vaccinations-%E2%80%93-questions-and-answers-with-ers-president-anita-simonds)

**La Agencia Europea de Medicamentos:** [www.ema.europa.eu/en/human-regulatory/overview/public-health-threats/coronavirus-disease-covid-19/treatments-vaccines/covid-19-vaccines-key-facts](http://www.ema.europa.eu/en/human-regulatory/overview/public-health-threats/coronavirus-disease-covid-19/treatments-vaccines/covid-19-vaccines-key-facts)

**Bienestar mental:** [www.europeanlung.org/assets/files/factsheets/Mental%20wellbeing/Mental-wellbeing-Factsheet%20-%20D07.pdf](http://www.europeanlung.org/assets/files/factsheets/Mental%20wellbeing/Mental-wellbeing-Factsheet%20-%20D07.pdf)

Esta hoja informativa se elaboró en enero de 2021.



**ELF** EUROPEAN LUNG FOUNDATION



**ERS** EUROPEAN RESPIRATORY SOCIETY



In partnership with  
THE NATIONAL LOTTERY  
COMMUNITY FUND



La European Lung Foundation (ELF) fue fundada por la European Respiratory Society (ERS) en 2000 con el objetivo de acercar a los pacientes, al público y a los profesionales respiratorios para influir de forma positiva en la salud pulmonar.

Esta información se recopiló con la ayuda del Profesor James Chalmers, la Profesora Anita Simonds, la Dra. Sabrina Bajwah, el comité de asesoramiento profesional de la ELF y miembros del grupo de asesoramiento a pacientes de COVID-19 de la ELF.

**Esta hoja informativa se elaboró en enero de 2021.**

This factsheet was funded by HM Government in partnership with the National Lottery Fund and this work has received support from the EU/EFPIA Innovative Medicines Initiative 2 Joint Undertaking - DRAGON grant n° 101005122. Further information at: <https://www.imi.europa.eu/>

The communication reflects the author's view and neither IMI nor the European Union, EFPIA, or any Associated Partners are responsible for any use that may be made of the information contained therein.