



**MiMi**

**Das Gesundheitsprojekt  
Mit Migranten für Migranten  
in Bayern**

spanisch



# Información sobre el coronavirus en Baviera

Información multilingüe  
Multilingual information

**Ethno-  
Medizinisches  
Zentrum e.V.**



Con financiación de:

Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



Con el apoyo de:



## Índice

La importancia de una información fiable en tiempos del coronavirus .....	2
El coronavirus SARS-CoV-2 .....	3
Transmisión y medidas protectoras .....	4
Mascarillas y su utilización .....	5
Síntomas de una infección con SARS-CoV-2 .....	5
Prueba del coronavirus .....	6
Posibilidades de someterse a una prueba .....	7
Posibilidades de tratamiento .....	7
La vacuna contra el COVID-19 .....	8
Dosis de refuerzo de la vacuna contra el COVID-19. ....	10
Información sobre la entrada en la República Federal de Alemania .....	11
Otras fuentes de información .....	12
Impressum (Aviso legal).....	13

## La importancia de una información fiable en tiempos del coronavirus

La pandemia del coronavirus ha cambiado fundamentalmente nuestra vida cotidiana, y continúa afectándola. Para protegernos a nosotros mismos, a nuestras familias y a todas nuestras conciudadanas y conciudadanos, necesitamos información sanitaria fiable y comprensible.

La situación pandémica cambia constantemente. Las autoridades competentes, las organizaciones científicas, las instituciones sanitarias, los medios y los políticos se esfuerzan por informar a la gente. Sin embargo, puede ser difícil encontrar exactamente la información que necesitamos en cada momento. En estos tiempos críticos, las personas

sienten inseguridad, e intentan recabar información adicional de distintas formas. Desafortunadamente, muchas veces encuentran información que les produce inseguridad, también en las redes sociales.

Además, no toda la información está disponible en todos los idiomas necesarios. Por eso, hemos recopilado aquí la información más importante, para las personas de origen migrante en Baviera. Para facilitar el acceso a información más actualizada y detallada, el texto que sigue contiene enlaces a fuentes fiables.

## El coronavirus SARS-CoV-2

SARS-CoV-2 es un coronavirus nuevo, que fue identificado a comienzos de 2020 como el desencadenante de la enfermedad COVID-19, y se ha propagado en todo el mundo desde entonces. Ya en el pasado, hubo coronavirus similares que producían enfermedades respiratorias graves de rápida propagación en humanos (SARS: Severe Acute Respiratory Syndrome y MERS: Middle East Respiratory Syndrome). Los hallazgos científicos sugieren que estos virus pasaron, en algún momento, de “hospedarse” en animales salvajes a hacerlo en el ser humano.

Cuanto más intensa la infección y, por lo tanto, la propagación de los virus, tanto mayor es la frecuencia con que se producen mutaciones durante su reproducción, lo cual hace que aparezcan nuevas variantes. En el SARS-CoV-2, estas variantes se han designado con letras griegas.

El riesgo de que la enfermedad resulte grave es especialmente alto para las personas mayores y con patologías previas, pero también las personas más jóvenes pueden sufrir neumonías con dificultad respiratoria, que requieren de tratamiento hospitalario. Una parte de estos pacientes fallece por COVID-19, a pesar de los cuidados intensivos. Esto es trágico no solamente para los afectados y sus seres queridos: a mayor propagación del virus, mayor también la carga que sufre el sistema sanitario, que puede llegar a colapsarse en el peor de los casos. Llegado este punto, resulta imposible seguir dando un tratamiento óptimo también a los demás pacientes. Existen distintas medidas para evitar una situación así: desde la obligación de portar mascarilla, pasando por la vacunación, hasta llegar al confinamiento.

Independientemente de su gravedad, la enfermedad COVID-19 también puede producir secuelas tardías y de larga duración (conocidas con los términos “long COVID” o “post COVID”): por ejemplo, trastornos en los órganos, malestar general, abatimiento, trastornos de la memoria o agotamiento permanente. Para algunas de las personas afectadas, acaba resultando difícil o imposible afrontar la vida cotidiana.

Si su salud continúa mermada aun pasado un tiempo desde la infección, consulte con su médico de cabecera. Hay cada vez más servicios para personas con “long COVID” o “post COVID”. Encontrará más información en sitios web como los siguientes:

[www.infektionsschutz.de/coronavirus/basisinformationen/long-covid-langzeitfolgen-von-covid-19/#c16099](http://www.infektionsschutz.de/coronavirus/basisinformationen/long-covid-langzeitfolgen-von-covid-19/#c16099)

[www.stmgp.bayern.de/coronavirus/post-covid/](http://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/post-covid/)

Para obtener información más amplia y actualizada en muchos idiomas, consulte los siguientes sitios web:

[integrationsbeauftragte.bayern.de/downloads/](http://integrationsbeauftragte.bayern.de/downloads/)

[mimi.bayern/index.php/muenchen-corona-alltag](http://mimi.bayern/index.php/muenchen-corona-alltag)

[integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona](http://integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona)

[zusammengegencorona.de](http://zusammengegencorona.de)

## Transmisión y medidas protectoras

El coronavirus SARS-CoV-2 se transmite al espirar (especialmente al hablar y cantar) por los aerosoles y gotitas que se forman (por ejemplo, al estornudar y toser). Como los aerosoles pueden ser contagiosos durante varias horas, pueden contagiarse otras personas al inspirar estos aerosoles infecciosos. Los virus también pueden transmitirse desde las superficies hasta la cara, a través de las manos.

Las normas de higiene generales están dirigidas a cortar estas vías de transmisión:

**Distancia:** la posibilidad de transmisión se reduce sensiblemente cuando las personas mantienen una distancia mínima de 1,5 metros entre ellas.

**Higiene:** lavarse las manos de forma regular y concienzuda con jabón mata los virus que se encuentran en la piel.

**Mascarilla:** cubrir correctamente la boca y la nariz con una mascarilla facial quirúrgica o filtrante sin válvula impide espirar e inspirar aerosoles y gotitas. Véase el apartado *Mascarillas y su utilización*.

**Ventilación:** ventilar regularmente los espacios cerrados reduce la concentración de aerosoles y gotitas contagiosas en el interior.

**Aplicación:** utilizar la aplicación móvil "Corona-Warn-App" ayuda a cortar las cadenas de infección. Puede descargarse gratis en el App Store y en Google Play.

Además de estas normas básicas, los Estados federados aplican medidas adicionales.

Para las normas actuales, establecidas en el reglamento de medidas para prevenir la infección en Baviera, consulte (en varios idiomas): [stmgp.bayern.de/coronavirus/rechtsgrundlagen](https://stmgp.bayern.de/coronavirus/rechtsgrundlagen)

## Mascarillas y su utilización

Taparse correctamente la boca y la nariz con mascarillas faciales quirúrgicas o filtrantes sin válvula protege contra la transmisión del coronavirus por aerosoles y gotitas. Dependiendo de la normativa actual, puede ser obligatorio portar mascarilla en muchos espacios públicos. Ya no se recomiendan las mascarillas de tela, y solo se permiten determinados tipos de mascarilla:

**Mascarillas quirúrgicas:** estas mascarillas protegen principalmente a terceras personas contra las gotitas infecciosas de las personas que las portan. Cuando se llevan muy ajustadas a la cara, también brindan una protección limitada para las personas que las llevan. Estas mascarillas quirúrgicas son desechables, y corresponden a los requisitos legales cuando llevan el símbolo CE. En cuanto se humedecen, pierden capacidad de protección y deben sustituirse.



**Mascarillas filtrantes (estándares FFP2, FFP3 y KN95/N95):** estas mascarillas protegen contra las partículas y gotitas, y también contra los aerosoles. Las hay con válvula o sin ella. Las que carecen de válvula protegen tanto a quien las lleva como a las personas de su entorno, si se portan correctamente (bien ajustadas al rostro). La válvula permite la salida del aire sin filtrar. Así, una mascarilla con válvula solo protege a quien la lleva, pero pone en peligro a otros. Por lo tanto, quienes llevan este tipo de protección no cumplen con la obligación legal de portar mascarilla.

Todas las mascarillas deben llevarse bien ajustadas al rostro. Deben cubrir la nariz y la boca para ofrecer la protección necesaria. Si le resulta difícil utilizar mascarillas por motivos de salud, lo mejor es que consulte con un médico.

## Síntomas de una infección con SARS-CoV-2

Con la variante ómicron, actualmente dominante, el tiempo medio que transcurre entre el contagio y la aparición de los síntomas es de tres días. El intervalo máximo es de 14 días. Sin embargo, las personas infectadas pueden ser contagiosas ya antes de que se detecten síntomas. No todas las personas infectadas con SARS-CoV-2 caen enfermas.

Los síntomas más frecuentes son la tos, la congestión nasal, la fiebre y la pérdida del olfato y el gusto. También pueden aparecer dolores de cabeza o en las extremidades, abatimiento, dolor de garganta, dolor abdominal, náuseas, vómitos y diarreas.

Si nota que tiene síntomas de COVID-19, o si ha tenido contacto con una persona infectada, evite el contacto con otras personas y quédese en casa (**cuarentena**). No acuda al médico sin haber concertado cita previa. Llame a la consulta de su médico de familia o al servicio médico de guardia, disponible en el número de teléfono 116 117 desde todo el territorio alemán. En caso de urgencia, marque el 112.

## Prueba del coronavirus

Existen distintos métodos para determinar si una persona está infectada con el SARS-CoV-2. Aquí presentamos dos de los métodos habituales:

La **prueba rápida de antígenos** comprueba si están presentes determinados componentes (proteínas) del virus en el cuerpo. Mediante un bastoncillo, se toma una muestra de la mucosa nasal, la cual se usa a continuación para detectar el antígeno del SARS-CoV-2. Las pruebas de antígenos son rápidas y no requieren de laboratorio, pero los resultados no son fiables al cien por cien.

Además, también hay diferencias de calidad en los tests, según el fabricante. El Instituto Paul Ehrlich actualiza regularmente su listado de pruebas de antígenos ([https://www.pei.de/DE/newsroom/dossier/coronavirus/coronavirus-inhalt.html;jsessionid=588CBB6CF0B0E096A1D596D1788FA8AC.intranet231?nn=169730&cms\\_pos=8](https://www.pei.de/DE/newsroom/dossier/coronavirus/coronavirus-inhalt.html;jsessionid=588CBB6CF0B0E096A1D596D1788FA8AC.intranet231?nn=169730&cms_pos=8)).

Cuanto mayor el valor Cq determinado (máximo: 100 %), tanto mayor la calidad del test. El  $Cq \leq 25$  debería ser del 100 % y el  $Cq 25 - 30$ , lo más alto posible.

Un resultado negativo solamente confirma que la persona tenía probabilidades muy bajas de ser contagiosa en el momento de la prueba, por lo que el riesgo de transmitir el virus a otra persona es muy reducido durante las próximas horas. Sin embargo, el riesgo no es nulo. También es posible que la persona esté ya infectada, pero aún no produzca tantos virus como para dar positivo en la prueba rápida. O puede ser que ya haya superado la infección. Por eso, es imprescindible mantener las medidas básicas de higiene incluso con resultado negativo en la prueba de antígenos. Cuando una prueba de antígenos resulta positiva, es necesaria una comprobación mediante prueba PCR.



La **prueba PCR (Polymerase Chain Reaction, reacción en cadena de la polimerasa)** detecta la presencia del material genético del virus. Es más fiable que la prueba de antígenos, por lo que se utiliza como prueba de confirmación. Al igual que en la prueba rápida, la prueba PCR se realiza tomando una muestra de la nariz o garganta. A continuación, se analiza la muestra en el laboratorio. El resultado suele estar disponible uno o dos días después. Esta prueba es extremadamente fiable y representa el criterio más estricto.

**Importante:** como norma general, una prueba con resultado positivo no significa que alguien tenga la culpa de haberse contagiado: las medidas de protección pueden limitar la propagación del virus y reducir el riesgo de contagio, pero no permiten eliminarlo completamente.

## Posibilidades de someterse a una prueba

Actualmente, todas las ciudadanas y ciudadanos pueden hacerse gratuitamente al menos una prueba rápida de antígenos por semana. Las pruebas se hacen, entre otros lugares, en centros de pruebas y en farmacias, y su realización está a cargo de personas capacitadas. Estas expiden un certificado escrito o digital sobre el resultado. Un resultado negativo en prueba de antígenos tiene una vigencia máxima de 24 horas, y solo para determinados fines oficiales.

Las pruebas rápidas de antígenos también se venden como 'autotest' en farmacias, droguerías y otras tiendas. Sin embargo, el resultado de un autotest no suele ser válido para fines oficiales. Pero los autotest pueden ofrecer seguridad adicional en las visitas privadas, si todos los participantes se hacen una prueba poco antes de la reunión.

Para evitar infecciones en el lugar de trabajo, las empresas deben fijar medidas para la protección laboral contra las infecciones. Las medidas básicas incluyen la distancia mínima, la ventilación de los espacios interiores, la obligación de portar mascarilla y la posibilidad de realizar pruebas (rápidas o 'autotest') con regularidad para las trabajadoras y trabajadores que no trabajan exclusivamente desde su domicilio. La decisión sobre las medidas necesarias en la empresa correspondiente, así como sobre su aplicación, corresponde a las empresas.

El número de resultados incorrectos en las pruebas rápidas de antígenos y autotest es elevado. Por ello, si se obtiene un resultado positivo en una

prueba rápida de antígenos o en un autotest, siempre debería realizarse a continuación una prueba PCR.

Las pruebas PCR se realizan, entre otros lugares, en consultas médicas y centros de pruebas, a cargo de personal cualificado. También aquí se expide un certificado escrito o digital sobre el resultado, el cual es válido para fines oficiales.

Todos los resultados positivos (salvo los correspondientes a autotest), se notifican también a la delegación sanitaria competente, para que esta pueda tomar las medidas de prevención adecuadas. Para proteger a los demás, es importante registrar siempre un resultado positivo en la aplicación móvil "Corona-Warn-App". De esta forma, las personas con quienes se haya tenido contacto recibirán una recomendación de someterse a una prueba.

Todas las personas que obtengan un resultado positivo al hacerse un autotest deben aislarse inmediatamente y evitar el contacto con otras personas siempre que sea posible, pues existe la posibilidad de que sean altamente contagiosas. Si no estaba en casa al someterse a la prueba, regrese directamente a su domicilio. Respete también las normas de distancia e higiene. Póngase inmediatamente en contacto con su médico de cabecera, con el servicio de guardia de las mutuas sanitarias públicas en el número 116 117 o con la delegación sanitaria, para realizar una prueba PCR que confirme el resultado del autotest. Estos contactos le darán también toda la información necesaria sobre cómo proceder.

## Posibilidades de tratamiento

Para las personas con riesgo elevado de sufrir un cuadro grave de COVID-19, existen ya en Alemania algunos medicamentos para la terapia temprana del COVID-19, dirigidos a inhibir la reproducción del virus en el cuerpo: son los llamados anticuerpos monoclonales, administrados por gotero o inyección en consultas médicas y clínicas, así como

las terapias antivirales contra el COVID-19, que se toman en casa por vía oral. Es importante destacar que la terapia debe comenzar lo más rápidamente posible tras el diagnóstico y, en la mayor parte de los casos, solamente debe realizarse durante los primeros 5 días posteriores a la aparición de los síntomas.



## La vacuna contra el COVID-19 (inmunización básica)

Las restricciones en la vida pública y privada, como las limitaciones de contacto y los confinamientos, son medidas a corto plazo. Sirven para limitar la propagación del virus, proteger el sistema sanitario contra el colapso y evitar fallecimientos. Sin embargo, el objetivo a largo plazo es evitar que el SARS-CoV-2 pueda transmitirse de forma incontrolada, y que el COVID-19 deje de tener consecuencias graves. Esto puede lograrse mediante la vacunación.

Las vacunas contra el COVID-19 que se han desarrollado hasta ahora pretenden fundamentalmente evitar los cuadros graves y mortales de la enfermedad. También reducen la probabilidad de contagiar a otras personas, aunque no lo evitan de modo fiable. Actualmente, están autorizadas en Alemania cinco vacunas, conocidas por los nombres de sus fabricantes:

- Comirnaty® (BioNTech/Pfizer, inmunización básica: dos dosis con un intervalo de 3 a 6 semanas, a partir de los 12 años; para niños a partir de 5 años con enfermedades previas o contacto con personas de riesgo, o a petición propia y tras consulta médica, dos dosis de la formulación adecuada a la edad, con un intervalo de 3 a 6 semanas; para todos los niños sanos entre 5 y 11 años, una dosis de la formulación adecuada a la edad)
- Spikevax® (Moderna, inmunización básica: dos dosis con un intervalo de 4 a 6 semanas, recomendada a partir de los 30 años)
- Vaxzevria® (AstraZeneca, autorizada para dos dosis con un intervalo de 4 a 12 semanas, recomendada a partir de los 60 años; sin embargo, en la segunda dosis se recomienda actualmente una vacuna ARNm en lugar de la vacuna Vaxzevria®)
- Jcovden® (Johnson&Johnson, una dosis, recomendada a partir de los 60 años; para alcanzar la inmunización básica, las personas que hayan recibido una sola dosis de la vacuna Jcovden



deben recibir una dosis adicional. Para ello, se recomienda administrar una vacuna ARNm, transcurridas 4 semanas o más desde la última dosis)

- Nuvaxovid® de la empresa farmacéutica estadounidense Novavax (inmunización básica: dos dosis con un intervalo mínimo de 3 semanas; recomendada a partir de los 18 años, no para mujeres embarazadas o en periodo de lactancia) Actualmente, esta vacuna está autorizada únicamente para la inmunización básica, no para la dosis de refuerzo.

Las vacunas Comirnaty® (BioNTech/Pfizer) y Spikevax® (Moderna) son **vacunas de ARNm**. El preparado no transporta a las células del cuerpo el virus, sino las “instrucciones de montaje” (ARNm) para un componente de su membrana (la proteína S). Las células generan entonces, durante un breve tiempo, la proteína S. Nuestro sistema inmune la reconoce como extraña, generando anticuerpos y células inmunitarias para su defensa. Cuando la persona vacunada entra en contacto, más adelante, con el virus SARS-CoV-2 real, el sistema inmune reconoce la proteína S en su superficie, y puede combatir inmediatamente al virus con los anticuerpos ya existentes, produciendo además grandes cantidades de anticuerpos nuevos muy rápidamente. Así, se hace improbable que la infección conduzca a un cuadro grave de la enfermedad.

Guía informativa sobre la vacuna contra el COVID-19 (vacuna de ARNm) en más de 20 idiomas: [rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html](https://rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html)



Por su parte, la vacuna de Novavax (Nuvavaxid®) contiene proteínas S ya fabricadas en el laboratorio, que se administran en inyección junto con un agente potenciador. El sistema inmune reconoce estas proteínas en el lugar de la inyección, y estimula la generación de anticuerpos. Este también es el principio de funcionamiento de muchas vacunas contra la gripe, que se emplean desde hace ya muchos años.

Guía informativa sobre la vacuna contra el COVID-19 (vacuna de proteínas) en más de 20 idiomas: [www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Proteinimpfstoff-Tab.html](http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Proteinimpfstoff-Tab.html)

Las vacunas Vaxzevria® de AstraZeneca y Jcovden® de Johnson&Johnson son **vacunas de vector viral**. También ellas transportan al cuerpo el material genético de la proteína S, no el coronavirus. Estas vacunas usan un virus inocuo, incapaz de reproducirse, como medio de transporte (vector). También aquí, las células de nuestro cuerpo reaccionan generando la proteína S durante un breve tiempo. A continuación, el sistema inmune tiene preparados los anticuerpos adecuados para combatir el SARS-CoV-2.

Guía informativa sobre la vacuna contra el COVID-19 (vacuna de vector viral) en más de 20 idiomas: [rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html](http://rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html)

En Alemania, el Instituto Paul Ehrlich (PEI) vigila permanentemente la seguridad, eficacia y durabilidad de las vacunas empleadas. La comisión permanente sobre vacunas (STIKO) del Instituto Robert Koch (RKI) emite las recomendaciones de vacunación actualizadas regularmente para Alemania, estándar al que se atiene el sistema sanitario del país.

Como en todas las demás vacunas, son posibles las reacciones y los efectos secundarios. Estos suelen aparecer al cabo de horas o días. Pocas veces duran más de tres días. La reacción más frecuente es el dolor en la zona de la inyección. Otros efectos son el abatimiento, el dolor de cabeza, los escalofríos y la fiebre. Si estos síntomas duran más de tres días, debe consultarse a un médico. Los efectos secundarios graves, como las reacciones alérgicas, la parálisis facial, las trombosis y los trastornos de la coagulación, son muy poco frecuentes.

El motivo por el que las vacunas de AstraZeneca y Johnson&Johnson están recomendadas “a partir de los 60 años” son unos efectos secundarios muy poco frecuentes, pero graves (trombosis de senos venosos cerebrales), aparecidos en personas vacunadas menores de 60 años. Las personas adultas menores de 60 años pueden solicitar a sus médicos información exhaustiva sobre este riesgo y recibir una de estas vacunas, si aceptan el riesgo individual y prestan su consentimiento expreso.

**Importante:** al igual que las vacunas de ARNm y de vector, la vacuna de proteínas de Novavax no contiene partes del virus SARS-CoV-2 que pudieran reproducirse. Por lo tanto, también esta nueva vacuna contra el COVID-19 es una vacuna inactivada.

## Dosis de refuerzo de la vacuna contra el COVID-19

La comisión STIKO recomienda a todas las personas a partir de 12 años una dosis de refuerzo, transcurridos tres meses después de la inmunización básica.

La vacunación de refuerzo debe realizarse con una vacuna ARNm. En todas las personas menores de 30 años, y en las mujeres embarazadas, debe administrarse exclusivamente la vacuna Comirnaty®.

Para las personas mayores de 30 años, actualmente se consideran adecuadas para el refuerzo las dos vacunas ARNm disponibles (Comirnaty® y Spikevax®).

La recomendación sobre la dosis de refuerzo también se aplica a las mujeres embarazadas, a partir de la 13ª semana de gestación, y para las personas mayores de 12 años que ya hayan sufrido una infección por SARS-CoV-2, y hayan recibido después una dosis de la vacuna.

Se recomienda una **segunda dosis de refuerzo** para las personas especialmente vulnerables (mayores de 70 años, residentes y usuarios en centros de atención a dependientes, personas mayores de 5 años con inmunodeficiencia), así como para el personal de los centros médicos y de atención a dependientes.

Para las personas vulnerables, se recomienda administrar la segunda dosis de refuerzo al menos 3 meses después de la primera dosis de refuerzo.

Para el personal de los centros médicos y de atención a dependientes, la segunda dosis de refuerzo debe administrarse al menos 6 meses después de la primera dosis de refuerzo.

Para lograr una protección óptima, las personas que hayan recibido su inmunización básica, o incluso una dosis de refuerzo, con una vacuna no autorizada en la Unión Europea (por ejemplo, CoronaVac de Sinovac, Covilo de Sinopharm, Covaxin de Bharat Biotech International Ltd. o Sputnik V de Gamaleja), deberían recibir adicionalmente una vacuna ARNm (una sola dosis, al menos 3 meses después de la última vacunación). Cuando se haya producido una infección tras la inmunización básica, la vacunación se realizará al menos 3 meses después.

Las personas que solamente hayan recibido una dosis de una vacuna no autorizada deberían recibir la pauta completa con una vacuna autorizada aquí, incluyendo la dosis de refuerzo.

## Información sobre la entrada en la República Federal de Alemania

Para las personas que entran en territorio alemán, se aplican unas normas que dependen del riesgo en la zona de origen.

Un territorio puede quedar clasificado como zona de variantes virales. En este caso, seguirán aplicándose estrictas normas sobre notificación, certificación y cuarentena, y puede dictaminarse también la prohibición de entrar en Alemania. Para conocer los Estados o regiones clasificados como zonas de variantes virales, consulte el sitio web del RKI, que se actualiza con regularidad:

[rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete\\_neu.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete_neu.html)

Desde el 31/05/2022, ya no existe una obligación general de presentar certificado al entrar en Alemania.

Al entrar tras una estancia en una zona de variantes virales, debe presentarse un resultado negativo en prueba PCR, no siendo suficiente un certificado de vacunación o recuperación.

Una prueba de antígenos no es suficiente. La prueba PCR podrá tener una antigüedad máxima de 48 horas.

Quienes entren en el país tras haber estado en una zona de variantes virales en el extranjero, deberán someterse a cuarentena: véase abajo para más información.

Al entrar desde una zona de variantes virales, la policía federal o la autoridad competente puede exigir la presentación del certificado de diagnóstico PCR, vacunación o recuperación, en los controles del tráfico transfronterizo hacia Alemania. Los certificados se comprueban de manera aleatoria.

Cuando haya estado en una zona de variantes virales durante los últimos diez días, deberá realizar la notificación digital de entrada ("Digitale Einreiseanmeldung", DEA) antes de ingresar en Alemania. Esta notificación es un formulario electrónico que debe cumplimentarse en Internet: [einreiseanmeldung.de/#/](https://www.einreiseanmeldung.de/#/)

Además, tras haber estado en una zona de variantes virales, la norma general es una **cuarentena obligatoria**. Cuarentena obligatoria significa que deberá usted aislarse durante 14 días tras su entrada en Alemania, como norma general. En determinados casos, el periodo de cuarentena puede acortarse. Existen determinadas excepciones a la obligatoriedad de la cuarentena. El Ministerio Federal de Sanidad ofrece información al respecto:

[bundesgesundheitsministerium.de/service/gesetze-und-verordnungen/guv-19-lp/coronaeinreisev.html](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/gesetze-und-verordnungen/guv-19-lp/coronaeinreisev.html)

Si sospecha que podría haberse contagiado con el coronavirus (véase "Síntomas de una infección con SARS-CoV-2"), sométase inmediatamente a una prueba (véase "Prueba del coronavirus").

## Otras fuentes de información

### En Baviera:

Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege  
[stmgp.bayern.de/coronavirus](https://stmgp.bayern.de/coronavirus)

Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit  
[lgl.bayern.de/gesundheits/infektionsschutz/infektionskrankheiten\\_a\\_z/coronavirus/faq.htm](https://lgl.bayern.de/gesundheits/infektionsschutz/infektionskrankheiten_a_z/coronavirus/faq.htm)

Bayerisches Staatsministerium des Innern – Katastrophenschutz (Protección civil)  
[corona-katastrophenschutz.bayern.de](https://corona-katastrophenschutz.bayern.de)

Kassenärztliche Vereinigung Bayern – Arztsuche für Test (Búsqueda de médicos para pruebas)  
<https://dienste.kvb.de/arztsuche/app/suchergebnisse.htm?hashwert=a126d5d04b692b87be6ccbe3b2717826&lat=48.1351253&lng=11.5819805&zeigeKarte=true>

Integrationsbeauftragte der Bayerischen Staatsregierung – Información multilingüe  
[integrationsbeauftragte.bayern.de/downloads](https://integrationsbeauftragte.bayern.de/downloads)

### En Alemania:

Robert Koch-Institut (RKI) – Pandemie aktuell  
[rki.de/DE/Content/Infekt/PandemieAktuell/aktuell\\_node.html](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/PandemieAktuell/aktuell_node.html)

Robert Koch-Institut (RKI) – Información sobre vacunas de ARNm en más de 20 idiomas  
[rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html)

Robert Koch-Institut (RKI) – Información sobre vacunas de vector viral en más de 20 idiomas  
[rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html)

Das Auswärtige Amt – Seguridad de los viajes  
[auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit](https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit)

Bundesministerium für Gesundheit – Notificación de entrada  
[einreiseanmeldung.de/#/](https://www.bmg.bund.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html)

Bundesministerium für Gesundheit – Zusammen gegen Corona (Juntos contra el coronavirus)  
[zusammengegencorona.de](https://www.zusammengegencorona.de)

Integrationsbeauftragte der Bundesregierung – Información multilingüe  
[integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona/coronavirus-wir-informieren-in-mehreren-sprachen-deutsch--1874222](https://integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona/coronavirus-wir-informieren-in-mehreren-sprachen-deutsch--1874222)

BZgA – Información multilingüe  
[infektionsschutz.de/mediathek/printmaterialien/printmaterialien-zum-coronavirus.html](https://www.infektionsschutz.de/mediathek/printmaterialien/printmaterialien-zum-coronavirus.html)

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V. – COVID Alliance Multi-Lingual-Info  
[corona-ethnomed.sprachwahl.info-data.info](https://corona-ethnomed.sprachwahl.info-data.info)

## Impressum (Aviso legal)

### Herausgeber:

MiMi Zentrum für Integration in Bayern  
Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.  
Zenettiplatz 1 – 80337 München  
E-Mail: bayern@mimi.eu – mimi.bayern

### Gefördert durch:

Bayerisches Staatsministerium  
für Gesundheit und Pflege  
Haidenauplatz 1 – 81667 München  
Gewerbemuseumsplatz 2 – 90403 Nürnberg  
stmgp.bayern.de

### Unterstützt durch:

MSD Sharp & Dohme GmbH  
Levelingstraße 4a – 81673 München

**Presseanfragen:** bayern@mimi.eu

© 2021 Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

**Stand:** 15.06.2022 | Version 003

**Layout:** eindruck.net, Hannover

**Sprachen:** Verfügbar in verschiedenen Sprachen

**Übersetzungen:** Dolmetscherdienst –  
Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

**Abbildungen:** iStock.com

### Quellen:

Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege, LGL, BMG, RKI, BZgA, KVB,  
StMUK, StMI, StMAS, EMZ-COVID Alliance

### URL-Verweise:

Für Inhalte externer Seiten, auf die hier verwiesen  
wird, ist der jeweilige Anbieter verantwortlich.

### Datenschutzerklärung

V.i.S.d.P.: Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.