



PROTOCOLO DE
PREVENCIÓN Y RESPUESTA
ANTE INFECCIONES
CAUSADAS POR **COVID-19**

ANÁHUAC PUEBLA

Definición

COVID-19, es la enfermedad infecciosa causada por un coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

Objetivo general

Este manual se realizó en concordancia con las publicaciones realizadas por la OMS, con apoyo de los manuales de la Universidad Anáhuac Xalapa y las recomendaciones internacionales de preparación y respuesta ante la emergencia de salud pública de importancia internacional por COVID-19; con el objetivo de dar a conocer las medidas de prevención y control de infecciones para disminuir el riesgo de transmisión de virus respiratorios emergentes a nivel de la Universidad Anáhuac Puebla.

Información general

Transmisión de COVID-19

Una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose, exhala o habla. Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si inhalan las gotículas que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1 metro (3 pies) de distancia de una persona que se encuentre enferma.

Otras posibles formas de contagio

A pesar de que no se ha confirmado el posible origen animal de la COVID-19, como medida de protección al visitar mercados de animales vivos o en otras situaciones parecidas, debe evitarse el contacto directo con los animales y las superficies que estén en contacto con ellos. Es necesario asegurarse de que en todo momento se observen prácticas adecuadas de higiene de los alimentos. Manipular con cuidado la carne, la leche o los órganos crudos de animales para evitar la contaminación de alimentos no cocinados y se debe evitar el consumo de productos animales crudos o poco cocinados.

Los estudios realizados (incluida la información preliminar disponible sobre el virus de la COVID-19) indican que los coronavirus pueden subsistir en una superficie desde unas pocas horas hasta varios días. Este tiempo puede variar en función de las condiciones ambientales (por ejemplo, el tipo de superficie, la temperatura o la humedad del ambiente). Si se cree que una superficie puede estar infectada, debe limpiarse con un desinfectante común para matar el virus, posteriormente lavarse las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón evitando tocarse los ojos, la boca o la nariz con las manos.

Síntomas

De acuerdo a los reportes del Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades en los Estados Unidos (CDC, por sus siglas en inglés) en este momento los síntomas del COVID-19 podrían aparecer en un periodo de entre 2 y 14 días después de la exposición. En los casos confirmados de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19), los síntomas pueden incluir fiebre ($>37.5^{\circ}\text{C}$), tos, y dificultad para respirar. En caso más severos, la infección puede causar neumonía, síndrome respiratorio agudo severo, e insuficiencia renal. Se recomienda que las personas que tengan fiebre, tos y dificultad para respirar busquen atención médica.

Definiciones operacionales

Caso sospechoso: Persona de cualquier edad que presente enfermedad respiratoria aguda y que cuente con el antecedente de viaje a lugares de alto contagio como China, Corea del Sur, Irán, Italia, Japón, Hong Kong, Singapur, Taiwan, Tailandia, Vietnam y algún otro país que empiece a reportar casos activos, o haber estado en contacto con un caso confirmado o bajo investigación hasta 14 días antes del inicio de síntomas.

Caso confirmado: Persona que cumpla con la definición operacional de caso sospechoso y cuente con diagnóstico confirmado por laboratorio emitido por el Instituto de Diagnóstico y Referencia Epidemiológicos (InDRE).

Nota aclaratoria: Las definiciones operacionales podrán estar sujetas a cambios y serán actualizados de acuerdo con la disponibilidad de información adicional únicamente por el Comité Nacional para la Vigilancia Epidemiológica (CONAVE).

Medidas de Prevención para la Comunidad Anáhuac

1. Lavarse las manos de manera frecuente. Protocolo de lavado de manos. Figura 1



Figura 1

2. Evitar saludos de mano y/o beso.
3. En caso de observar estudiantes u otro personal con sintomatología referirlos al Consultorio Médico de la universidad ubicado atrás de las canchas de fútbol, para su valoración oportuna.
4. Aplicar etiqueta de estornudo, que se refiere a usar la parte interna del codo para cubrir el área de la boca y nariz cuando estornude o tosa y así evitar la propagación de gotículas. Figura 2



Figura 2

5. Evitar la automedicación y acudir a la unidad médica correspondiente en caso de presentar síntomas respiratorios.
6. Evitar tocarse boca, nariz y ojos con las manos.
7. Observar una alimentación balanceada, rica en alimentos con vitamina C (naranjas, guayabas, limones) y abundantes líquidos.

Cuándo usar mascarilla

- En el caso de pacientes sanos, solo se necesita llevar mascarilla si atiende a alguien en quien se sospeche la infección por el COVID-19.
- También es necesario el uso de la mascarilla si tiene tos o estornudos.
- Las mascarillas solo son eficaces si se combinan con el lavado frecuente de manos con una solución hidroalcohólica o con agua y jabón.

Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar una mascarilla

- Antes de ponerse una mascarilla, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Cúbrase la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrese de que no haya espacios entre su cara y la máscara.

- Evite tocar la mascarilla mientras la usa; si lo hace, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Cámbiese de mascarilla tan pronto como esté húmeda y no reutilice las mascarillas de un solo uso.
- Para quitarse la mascarilla: quítesela por detrás (no toque la parte delantera de la mascarilla), deséchela inmediatamente en un recipiente cerrado y lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón

Acciones institucionales para la prevención y control de infecciones respiratorias

Se implementan las siguientes disposiciones:

- Impartir por parte de la Escuela de Medicina una plática sobre la información general y medidas de prevención en el Campus.
- Publicar en página oficial de la Universidad Anáhuac Puebla información clara, puntual y precisa sobre las recomendaciones de prevención y control.
- Limpiar y desinfectar cotidianamente con alcohol, toallitas desinfectantes o solución clorada, superficies de contacto frecuente al menos 3 veces al día.
- Habilitar dispensadores con desinfectante para manos a base de alcohol con concentración entre 60% y 80% o clorhexidina en cada edificio y áreas de oficinas.
- Garantizar el 100% de los insumos de agua y jabón en los sanitarios.
- Uso de cubrebocas de partículas N95 con certificación NIOSH o mascarillas FPP2 o FPP3 por parte del personal encargado del Consultorio Médico, lo mismo en el caso de las personas que presentan síntomas de la enfermedad por COVID-19.
- Resulta relevante señalar que en personas asintomáticas no se requiere una mascarilla médica, ya que no hay evidencia disponible sobre su utilidad para proteger a las personas no enfermas.

Alumnos/personal de regreso de zona de transmisión

Para las personas detectadas que regresan de zonas de transmisión activa o son contactos de casos sospechosos de COVID-19, se recomienda permanecer en el domicilio por 14 días (después del último contacto), aún cuando se encuentren asintomáticos.

Para este grupo poblacional, de manera adicional se recomienda llevar un registro de las personas con las que tenga contacto de manera cotidiana y contactar de manera inmediata a la DGE a través de la Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria (UIES) (teléfono 5337-1845 o al 800 0044 800 y al correo: ncov@dgepi.salud.gob.mx) en caso de dudas, desarrollo de síntomas o datos de alarma.

Lineamientos para las oficinas

Si me siento mal o tengo resfriado, ¿debo ir a la oficina?

Como ya es habitual, si presentas síntomas de enfermedad o te sientes mal, incluso a causa de un resfriado común o influenza, no asistas a la oficina. Por favor ponte en contacto también con el área de Capital Humano.

Si te sientes lo suficientemente bien como para trabajar, siempre y cuando te sea posible, trabaja desde casa hasta que te mejores y por lo menos 24 horas después de que hayan desaparecido síntomas como la fiebre.

¿Qué debo hacer si presento síntomas de Coronavirus o si no presento síntomas, pero me preocupa haber estado recientemente en contacto con alguna persona contagiada?

Debes seguir las recomendaciones del sector salud. Por favor ponte en contacto también con el área de Capital Humano.

¿Cómo estamos protegiendo nuestras oficinas?

Hemos instalado varios despachadores adicionales de gel antibacterial en las oficinas. Permite que se realice la limpieza de tu lugar trabajo de manera periódica.

¿Cómo saco mi laptop si mi oficina está infectada?

Por el momento, les recomendamos que se lleven sus laptops a su casa todos los días, si les es posible y factible, para que puedan trabajar si se llegara a producir un brote del virus en su ubicación.

¿Qué debemos preguntar a las personas que visiten nuestras oficinas?

Al programar reuniones con clientes, entrevistas de trabajo con candidatos u otras personas externas que visiten las oficinas de la universidad, pregúntales amablemente si, en los últimos 14 días, hicieron algún viaje a China, Hong Kong, Macao, Corea del Sur, Japón o a alguna de las áreas restringidas del norte de Italia. Si la respuesta es sí, pídeles de la manera más atenta que lleven a cabo la reunión por teleconferencia o videoconferencia en vez de reunirse en persona.

Protocolo de atención a síntomas respiratorios

1. En caso de presentar sintomatología respiratoria se deberá acudir a la enfermería de la universidad, donde el médico de primer contacto deberá realizar el interrogatorio y atención del caso, bajo medidas de precaución estándar y por gotas, en un cubículo aislado bien ventilado y manteniendo la puerta cerrada. Figura 3

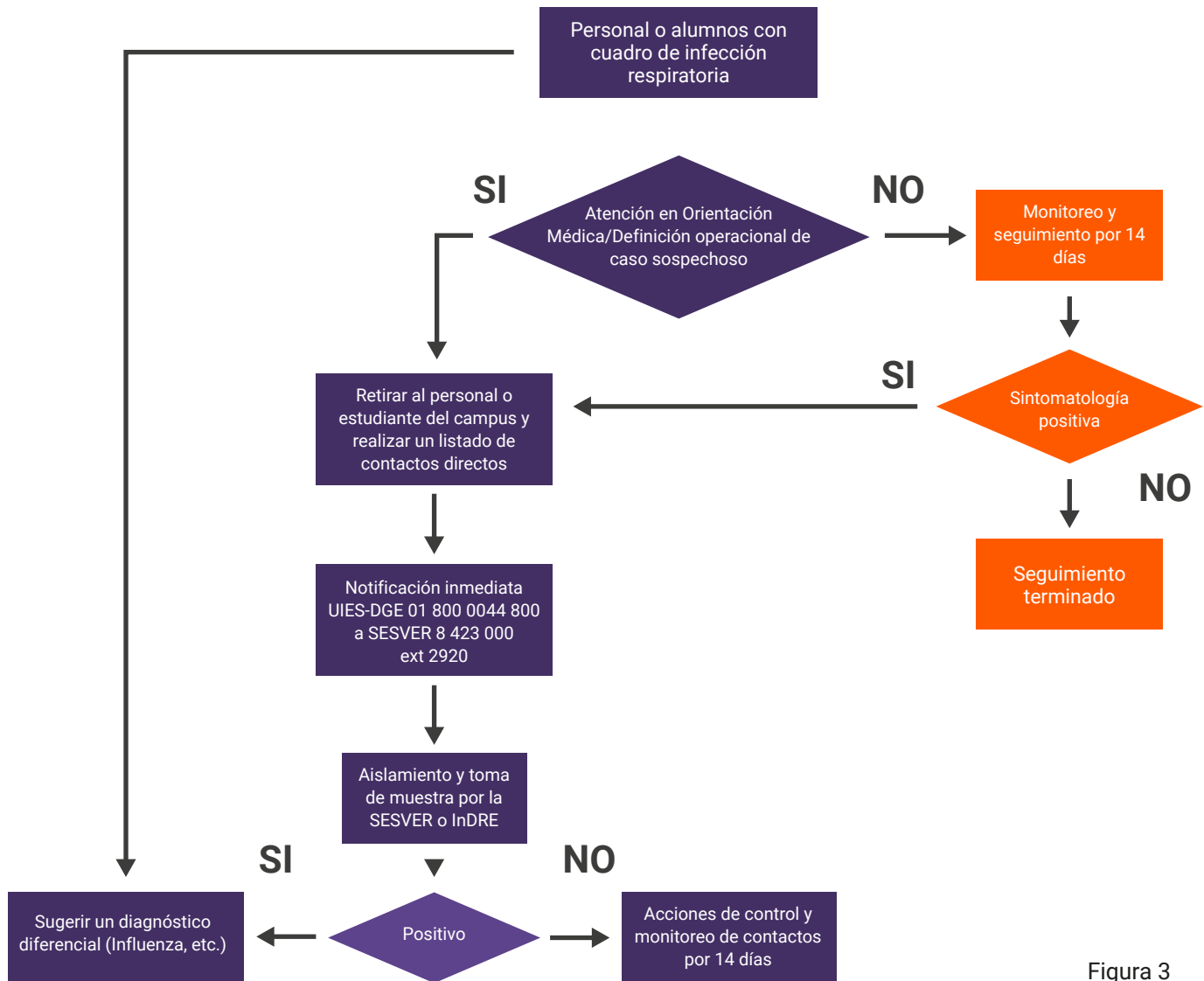


Figura 3

2. Verificar estrictamente que se cumpla la definición operacional de caso sospechoso.
3. Si el paciente presenta síntomas respiratorios, se deberá proporcionar una máscara médica (cubrebo-cas) al paciente y pedir que lo use tanto como sea posible.
4. Los pacientes deberán recibir atención a la salud para aliviar los síntomas.
5. El responsable de la unidad médica notificará de inmediato (en menos de 24 horas), que cumpla con la definición operacional de caso sospechoso a la Coordinación de la Escuela de Medicina y a la Dirección Académica para su notificación a la Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria (UIES) al 800 004 4800 y al correo ncov@dgepi.salud.gob.mx.

Mitos del coronavirus, según la OMS (2019-nCov)

¿Se puede matar el coronavirus en 30 segundos con un secador de manos como los de los baños públicos?

No. Los secadores de manos no matan el 2019-nCoV. Para protegerse contra el nuevo coronavirus (2019-nCoV), lávese las manos frecuentemente con un gel hidroalcohólico o con agua y jabón. Una vez limpias, séqueselas bien con toallitas de papel o con un secador de aire caliente.

¿Se puede matar el coronavirus rociando el cuerpo con alcohol o con cloro?

No. Rociar todo el cuerpo con alcohol o cloro no sirve para matar los virus que ya han entrado en el organismo. Pulverizar estas sustancias puede dañar la ropa y las mucosas (es decir, los ojos, la boca, etc.). Tanto el alcohol como el cloro pueden servir para desinfectar las superficies, siempre que se sigan las recomendaciones pertinentes.

¿Es seguro recibir una carta o un paquete procedentes de China o zonas con casos de COVID-19 confirmados?

Sí. Las personas que reciben paquetes de China y otras entidades con registros confirmados no corren riesgo de contraer el coronavirus. Gracias a estudios realizados anteriormente, sabemos que los coronavirus no sobreviven mucho tiempo en objetos como las cartas y los paquetes.

¿Pueden los animales de compañía propagar el coronavirus (2019-nCoV)?

Por el momento, no hay ninguna prueba de que el coronavirus infecte a animales de compañía como los perros y los gatos.

Las vacunas contra la neumonía, ¿protegen contra el coronavirus?

No. Las vacunas contra la neumonía, como la neumocócica y la vacuna contra Haemophilus influenzae de tipo B (Hib), no protegen contra el coronavirus.

Aunque las vacunas contra la neumonía no son eficaces contra el 2019 nCoV, es muy conveniente vacunarse contra las enfermedades respiratorias para mantener una buena salud.

El coronavirus, ¿afecta solo a las personas de edad o también puede afectar a las más jóvenes?

El coronavirus (2019-nCoV) puede infectar a personas de todas las edades, si bien se ha observado que las personas mayores y las que padecen algunas enfermedades (como el asma, la diabetes o las cardiopatías) tienen más probabilidades de enfermarse gravemente cuando adquieren la infección.

La OMS aconseja a las personas de todas las edades que tomen medidas para protegerse del virus.

¿Son eficaces los antibióticos para prevenir y tratar la infección por el coronavirus?

No. Los antibióticos son eficaces contra las bacterias, pero no contra los virus.

El coronavirus (2019-nCoV) es un virus, no deben utilizarse antibióticos ni para prevenir ni para tratar la infección.

Sin embargo, si resulta usted infectado por este virus y le hospitalizan, es posible que le administren antibióticos para que no contraiga infecciones bacterianas.

¿Hay algún medicamento para prevenir o tratar la infección por el coronavirus?

Por el momento, no se recomienda ningún medicamento específico para prevenir o tratar la infección por el coronavirus (2019-nCoV).

Sin embargo, es necesario atender adecuadamente a las personas infectadas por este virus para aliviar y tratar los síntomas y procurar medidas de apoyo optimizadas a los que presenten síntomas graves.