

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CÓRDOBA
PROTOCOLO BÁSICO PREVENTIVO



Universidad
Nacional
de Córdoba

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CÓRDOBA

PROTOCOLO BÁSICO PREVENTIVO

TÍTULO: Prevención básica para evitar la propagación de COVID – 19

OBJETIVO: Brindar las pautas básicas de carácter preventivo para aplicar en los lugares y espacios públicos en el ámbito sujeto a jurisdicción de la UNC, a fin de evitar el contagio de personas por exposición al virus SARS-CoV-2 y así contener la propagación de la enfermedad infecto contagiosa del coronavirus (COVID-19) y sus consecuencias sobre el estado de salud.

ALCANCE y APLICACIÓN: Este documento alcanza a los puestos de trabajo y tareas realizadas en aulas, áreas sanitarias, laboratorios, talleres, oficinas técnicas y de gestión, bibliotecas, salas de uso compartido, espacios de recreación, comedores y todo otro lugar de la UNC y debe ser aplicado por todo el personal que realice actividades de modo presencial, continuo o eventual y de carácter académico, científico, administrativo o de vinculación con la comunidad en estos lugares para resguardar y preservar el estado de salud de cada persona y contener la propagación de la Pandemia COVID-19.

El presente Protocolo no reemplaza a ningún otro instructivo específico sobre pautas de prevención que sea propio de cada actividad, sino que lo complementa brindando un marco general básico. En caso de existir procedimientos o recomendaciones legales o normativas con indicaciones más exigentes, prevalecerán estas últimas sobre las expresadas en este documento.

Cada dependencia debe preparar los protocolos específicos de acuerdo a sus actividades.

LINEAMIENTOS:

La gestión preventiva frente a esta pandemia debe contemplar los siguientes lineamientos establecidos por la OMS:

- Promover conductas y medidas de acción individual que reduzcan el riesgo de transmisión del virus, como lavarse las manos, mantener el distanciamiento físico entre personas y usar los elementos de protección personal.

- Adoptar medidas a nivel de la comunidad que reduzcan el contacto entre personas, como la suspensión de actividades no esenciales o postergables, fomentar la actividad remota o virtual, la reducción de concentraciones en espacios públicos y establecimientos educativos y evitar en lo posible la utilización del transporte público;

- Adoptar medidas para la protección para los trabajadores de la UNC, extremando las mismas en el personal más expuesto como los que realizan tareas asistenciales, investigación científica y/o de extensión en el ámbito de la atención sanitaria y grupos vulnerables.

DESARROLLO:

Las pautas y medidas aquí presentadas son de público conocimiento y responden a recomendaciones de la OMS, el Ministerio de Salud de la Nación, la OPS, el Centro de Control de Enfermedades de EEUU y la Superintendencia de Riesgos del Trabajo.

1. PAUTAS GENERALES

MEDIDAS DE CARÁCTER PERSONAL EN LUGARES PÚBLICOS

1.1. Evitar el contacto físico entre personas en especial al saludarse.

1.2. Las personas deben mantener en todo momento una distancia de 1,5 m entre sí y evitar toda aglomeración, debiendo mantener una ocupación de no más de 1 persona por cada 10 metros cuadrados.

1.3. Las personas pertenecientes a grupos vulnerables no deben exponerse a contagio asistiendo a los lugares públicos. Integran este grupo:

- a. personas mayores de 60 años,
- b. personas con enfermedad pulmonar crónica o asma moderada a grave
- c. personas con afecciones cardíacas graves
- d. personas con su sistema inmunitario deprimido o inmunodeprimido
- e. personas con obesidad grave
- f. personas con diabetes
- g. personas con enfermedad renal crónica en tratamiento de diálisis
- h. personas con enfermedad hepática

1.4. Toda persona que presente síntomas parecidos o compatibles con afecciones respiratorias y gripales:

- Tos
- Dificultad para respirar (sentir que le falta el aire)
- Fiebre
- Escalofríos
- Dolor muscular
- Dolor de garganta
- Pérdida reciente del olfato o el gusto

NO debe asistir a su puesto de trabajo habitual, debe avisar de inmediato a sus superiores directos y consultar a su médico.

Algunas personas pueden experimentar además otros síntomas tales como:

- h. congestión nasal,
- rinorrea (goteo nasal),
- j. dolor de garganta,
- k. diarrea

a. Las personas tienen que procurar erradicar el hábito de tocarse la cara, los ojos, la nariz o la boca. En caso de hacerlo debe inmediatamente lavar sus manos con agua y jabón o con soluciones desinfectantes hidroalcohólicas.

b. Al estornudar o toser las personas lo deben hacer sobre el pliego del codo. Si una persona no puede controlar un acceso inesperado de tos o de estornudar y por hábito se tapa la boca o nariz con las manos, no debe tocar ningún objeto ni partes de su cuerpo con las manos y las debe lavar de inmediato con agua y jabón o con soluciones desinfectantes hidroalcohólicas.

c. Las personas deben disponer de un kit para su protección personal el cual debe contener básicamente barbijo o tapaboca, alcohol en gel o solución hidroalcohólica (etanol medicinal) al 70%, pañuelos descartables o servilletas de papel absorbente.

d. Todas las personas deben tener cubierta la boca y la nariz con barbijo o tapaboca.

e. Se debe usar protección facial más barbijo quirúrgico cuando haya riesgo de contagio a través de los ojos a partir de salpicaduras o gotas (por ejemplo: sangre, fluidos del cuerpo, secreciones y excreciones).

f. No se debe compartir elementos de uso personal (vasos, cubiertos, mate, elementos de higiene, etc.). Se deberán utilizar utensilios descartables.

1.5. Se deben reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier condición de exposición. Por ello todas las personas deben realizar una higiene frecuente de las manos, en particular:

a. Antes de comer o manipular alimentos, medicamentos, utensilios de uso personal, herramientas.

b. Después de mover o trasladar basura, desperdicios y materiales utilizados por otras personas.

c. Después de utilizar instalaciones sanitarias.

d. Después de utilizar equipos sospechados de encontrarse contaminados.

e. Después de tocar superficies de uso público tales como mostradores, picaportes, pasamanos, barandas, o manipular tarjetas, dinero, llaves, utensilios y

equipamiento de oficina compartidos por otras personas al terminar de trabajar, al hacer una pausa, al cambiar de actividades o antes de tomar alimentos.

f. Después de terminar de trabajar.

1.6. En el caso de superficies que no sean aptas para la limpieza con soluciones de agua con detergentes o lavandina, como teléfonos celulares y teclados de computadoras entre otros, y de ser aptos a limpieza con alcohol, se puede utilizar solución alcohólica al 70%. En caso de no poder aplicar directamente la solución alcohólica limpiar utilizando un paño humedecido con dicha solución. De lo contrario utilizar productos aptos para ese fin. En caso de no poder aplicar ningún producto desinfectante, después de su uso lavar de manera inmediata sus manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica al 70%.

1.7. La desinfección de manos debe hacerse siempre, aunque se vean limpias a simple vista. En el caso del lavado de manos por estar sucias o manchadas, primero se deben lavar para retirar la suciedad previa y, luego, hacer un segundo lavado con agua y jabón por al menos 30 segundos para higienizarlas, a fin de eliminar el virus. En caso de no poder lavarse las manos se debe utilizar alcohol en gel o alcohol líquido en solución al 70% (aproximadamente 1 parte de agua y 3 partes de alcohol).

NOTA: En los ANEXOS 1 y 2 se presentan afiches donde se explica el modo de realizar una correcta higiene de manos.

2. PAUTAS DE LA ORGANIZACIÓN

2.1. Todas las medidas de índole preventiva y de gestión en cada dependencia tienen que ser estudiadas, acordadas e implementadas por un comité de emergencia conformado por la máxima autoridad de esa dependencia o su representante y las personas de su gestión que considere relevantes para el manejo de esta situación en la dependencia. El/la asesor/a de Seguridad y Salud Ocupacional de la dependencia formará parte de ese comité.

2.2. Este comité analizará las actividades que se desarrollan en su dependencia y elaborará un plan de acción tomando como base alguna de las medidas propuestas en este documento. Estas deben comprender al menos:

a. acciones de índole técnica tales como la provisión de recursos específicos,
b. medidas de índole administrativo que implica la confección de instructivos de trabajo seguro ITS específicos, la entrega de Equipos de Protección Personal y su registro.

c. acciones de sensibilización a través de capacitación del personal, difusión de pautas por medios electrónicos y señalización mediante cartelería.

2.3. Los encargados de supervisar las actividades tanto administrativas, académicas de investigación, extensión y de servicios deben planificarlas de tal manera de realizar los trabajos ordinarios con la menor dotación de personal posible a fin de minimizar el riesgo de contagio, sin que ello implique exponer a los trabajadores o terceras personas a nuevos riesgos o aumente el nivel de los riesgos existentes de las tareas habituales. Deben ser evaluados con el Asesor de Seguridad y Salud ocupacional de la dependencia correspondiente.

2.4. A los trabajadores/as se les debe proveer de los elementos de protección personal que correspondan a sus puestos de trabajo que sean adecuados para el desarrollo de la tarea. Su especificación será preparada por los asesores/as de Seguridad y Salud Ocupacional.

2.5. En los lugares de pública concurrencia se debe gestionar el ingreso de docentes, no docentes, proveedores, pacientes, alumnos, o terceras personas de manera de garantizar una distancia de separación mínima de 1,5 m entre cada individuo.

2.6. Se deben limpiar todas las superficies de trabajo que se encuentren sin suciedad previa con una solución de lavandina o soluciones desinfectantes correspondientes.

En el caso de pisos se eliminará la suciedad previa (polvos, pelusa, papeles), luego se hará limpieza húmeda con agua y detergente, para la primera limpieza y luego

con solución de lavandina al 0,5% para desinfectar o soluciones desinfectantes correspondientes.

2.7. Se debe contar con suficientes dispositivos dispensadores de alcohol en gel o alcohol líquido al 70 % según la necesidad lo indique. Para ello se tendrá en cuenta la cantidad de lugares con asistencia de personas. En aquellos lugares de mayor concurrencia se debe tener en cuenta el consumo y evitar la falta de este desinfectante.

2.8. Se deben prever los recursos para que las rutinas de limpieza realizadas por el personal asignado a estas tareas en los establecimientos, cubran las necesidades de higienización de acuerdo a las recomendaciones dadas por la autoridad sanitaria. El ordenamiento de estas rutinas debe ser coordinado por los comités locales.

2.9. Se debe colocar suficiente información gráfica en todos los espacios que refuerce las recomendaciones para el cuidado individual y colectivo. Esta gráfica es la que provee el Ministerio de Salud de la Nación y la Superintendencia de Riesgo del Trabajo.

2.10. En todos los ambientes de pública concurrencia y puestos de trabajo se debe mantener ventilados, asegurando una renovación permanente de aire.

2.11. Se deben disponer de suficientes recipientes de residuos acordes a las rutinas de limpieza para evitar que permanezcan llenos sin ser retirados.

3. PAUTAS DE HIGIENE Y DESINFECCIÓN DEL AMBIENTE DE TRABAJO Y LOS TRABAJADORES

3.1. Se deberá disponer de una planilla donde se registre el DNI, nombre y apellido de cada una de las personas que ingresan al edificio diariamente.

3.2. En casos en que fuera posible, se realizará control de temperatura antes del ingreso.

3.3. Se sugiere un esquema de horario diferenciado para ingresos y egresos.

3.4. Deberán higienizarse las manos al momento de ingresar y egresar del edificio con elementos dispuestos a tal fin en las entradas y salidas.

3.5. Se debe mantener y reforzar las medidas de higiene y desinfección de los locales de trabajo y de atención al público o proveedores, de consultorios de pacientes o de relación con terceras personas, incrementando la limpieza de mostradores, pasamanos, picaportes, entrega de materiales, ventanillas de atención, pisos, picaportes y toda otra superficie con la que el trabajador o público pueda entrar en contacto.

3.6. El personal debe desinfectar las herramientas y equipos de trabajo, en particular cuando este es compartido por otra persona.

3.7. Se debe realizar la limpieza e higienización del sector antes y después de realizar el trabajo. Una propuesta es disponer de recipientes con gatillo spray en cada oficina con alcohol líquido al 70% para aplicar este producto sobre las superficies de trabajo

3.8. El personal de limpieza debe contar con todos los elementos de protección personal necesarios para controlar y minimizar la exposición. Su definición estará a cargo de los Asesores de Seguridad y Salud Ocupacional. A modo genérico comprenderá al menos guantes de nitrilo

3.9. El personal encargado de realizar la limpieza debe conocer y respetar las rutinas de higienización establecidas por los comités locales, basadas las recomendaciones de las autoridades sanitarias, según las características los establecimientos y sus actividades. Su ejecución debe quedar registrada.

3.10. Antes de un relevo o cambio de turno del personal que opera maquinaria, equipamiento, o instalaciones, se deben limpiar y desinfectar los puntos

de comando y manipulación (controles, teclado, mouse, pantallas, herramientas, pisos, pasamanos, picaportes, llaves, interruptores, ascensores, etc.)

3.11. Se debe evitar el uso compartido de vehículos de asistencia técnica o de prestación de servicios (camionetas, furgones), pero en el caso de ser inevitable el uso compartido, se deben desinfectar de manera regular (volante, tablero, puertas y picaportes, espejos, etc.).

3.12. Se debe evitar la acumulación de material innecesario o de uso diferido en los lugares de circulación de personas. Se debe cuidar el orden y el aseo de los espacios comunes, por un lado, para reducir las superficies donde se puede depositar el virus y otro lado, para no sobrecargar al personal de limpieza en tareas que no sean las específicas de limpieza para evitar la propagación del COVID-19.

4. PAUTAS DE ATENCIÓN Y DESPLAZAMIENTO DE PERSONAS

4.1. Se debe priorizar el teletrabajo en todos los casos.

4.2. Se debe priorizar la atención o asistencia de manera virtual, envío de documentación por vías digitales (WhatsApp, vía e-mail, entre otros). En los demás casos, se recomienda trabajar con sistema de turno o cita previa.

4.3. Todas las actividades que impliquen la atención de personas deben planificarse, si es factible, de modo reducir en la medida de lo posible la aglomeración de aquellas.

4.4. Instalar donde, a criterio del comité de emergencia de la dependencia lo indique, separadores de material transparente rígido para ser utilizados como elemento de protección en las mesas de entrada, espacios, oficinas, boxes, dependencias que realicen tareas de atención al público. En forma complementaria, las personas que atiendan deben utilizar protección facial.

4.5. En caso de ser necesario el acercamiento por atención de docentes o no docentes, alumnos, pacientes, proveedores o entregar materiales equipos o

documentación, se debe señalar en el piso la distancia de 1 metro a la mesa, ventanilla o mostrador. El ingreso de personas debe ser racional, a fin de que se mantenga la distancia de seguridad.

4.6. Se debe colocar cartelería en el ingreso de lugares que indiquen las medidas preventivas y distancia entre personas, y en caso de ser necesario, indicar que las personas deberán esperar fuera del recinto.

4.7. En aquellas dependencias donde existan ascensores es recomendable que sean ocupados de manera que se respete la distancia mínima de 1.5 metros entre personas.

4.8. El personal debe evitar la circulación innecesaria por las oficinas o el cambio de zonas de trabajo.

4.9. Una vez terminadas las actividades programadas es recomendable que las personas se retiren a fin evitar, de ser posible, las aglomeraciones.

4.10. Es recomendable que las personas en viajes cortos intenten caminar o utilizar bicicleta, para así dejar espacios libres en el transporte público a quienes no tienen otra opción de traslado.

4.11. Si las personas presentan síntomas de los ya mencionados o tiene la sospecha de tener enfermedad respiratoria, no debe utilizar el transporte público.

4.12. En la parada del colectivo se debe mantener la distancia preventiva recomendada. Además, es muy importante mantener filas ordenadas para no obstaculizar el paso a otras personas en la vereda.

4.13. En el colectivo no se deben utilizar los asientos próximos al chofer, y se debe procurar mantener la distancia de separación recomendada.

4.14. Al subir al colectivo se debe tener puesto el tapabocas o barbijo.

4.15. Si las personas utilizan su vehículo automotor particular es recomendable que se lo mantenga ventilado para procurar la higiene y desinfección de su interior.

5. PAUTAS DE USO DE COMEDORES Y SANITARIOS

5.1. Se deberán reforzar las condiciones de higiene de los espacios comunes particularmente comedores y sanitarios, aumentando la frecuencia de higiene y desinfección de las mesas, mostradores y pisos.

5.2. Se debe minimizar la cantidad de personas que utilicen estas instalaciones en forma simultánea.

5.3. La permanencia en el comedor y la ocupación de mesas estará supeditada a lo que establezcan las autoridades sanitarias.

5.4. Los platos, vasos, cubiertos, mate, deben ser individuales para cada persona y no se deben compartir. Se recomienda el uso de vajilla descartable.

5.5. Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios que no sean descartables se pueden lavar con agua caliente y detergente como se realiza habitualmente.

5.6. Los lugares donde se expendan alimentos, deben contar con controles bromatológicos y habilitaciones correspondientes.

6. PAUTAS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE ESPACIOS

6.1. Las superficies que se tocan con frecuencia, las superficies del baño y el inodoro deben ser limpiadas y desinfectadas diariamente con un producto comercial de uso doméstico que contenga lavandina diluida preparado el mismo día que se va a utilizar. La concentración depende del punto a higienizar.

6.2. La limpieza consta de dos etapas: primero la **limpieza seca**, mediante remoción con escobillones, con el fin de extraer partículas y material sólido (polvo,

tierra, pelusas, papeles), teniendo mucho cuidado de NO levantar polvo para que no sea aspirado por las personas.

6.3. Una vez realizada la anterior se procede con la **limpieza húmeda** usando soluciones jabonosas con agua y detergente de uso comercial.

6.4. La limpieza húmeda es efectiva mediante el uso de agua y detergente siempre que se realice la apropiada fricción y se elimine todo material o suciedad visible, como acto previo a la limpieza para desinfección.

6.5. El procedimiento de limpieza húmeda consta de dos pasos utilizando dos baldes.

- a. Limpieza inicial: En el balde N° 1, se agrega agua y detergente.
- b. Se debe sumergir el trapo N° 1 en balde N° 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, instrumental de trabajo etc.). Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.
- c. Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.
- d. Desinfección: En otro balde, el N° 2 (limpio) agregar agua, colocar lavandina, sumergir trapo N° 2, escurrir y friccionar en las superficies.
- e. Enjuagar con trapo N° 2 sumergido en balde N° 2 con agua.
- f. Dejar secar

Todo el líquido extraído debe ser desechado de modo seguro en desagües previstos previamente definidos por los comités de cada dependencia

6.6. Una desinfección efectiva requiere preparación de soluciones acuosas de hipoclorito de sodio en concentraciones de **0,05%** para las superficies de contacto manual y de **0,5%** para pisos, superficies de tránsito, mesadas, cocinas y artefactos sanitarios. Esas concentraciones dependen de las concentraciones de cloro de las lavandinas comerciales que se utilicen.

Una concentración efectiva de $C_E = 0,05\%$ se obtiene de las siguientes proporciones para una cantidad de 10 litros (10000 mililitros) de agua

Concentración de cloro en lavandina comercial		Volumen de agua en el recipiente (balde)	Volumen de lavandina a echar en el recipiente (balde)	
g Cl/litro	%	litros	mililitros	volumen aproximado
100 -110	10 -11	10	50	½ tacita de café
50 - 60	5 – 6	10	100	1 tacita de café
25	2,5	10	200	2 tacitas de café

Una concentración efectiva del $C_E = 0,5\%$ se obtiene de las siguientes proporciones

Concentración de cloro en lavandina comercial		Volumen de agua en el recipiente (balde)	Volumen de lavandina a echar en el recipiente (balde)	
g Cl/litro	%	litros	mililitros	volumen
100 -110	10 -11	10	500	medio litro
50 - 60	5 – 6	10	1000	1 envase de 1 litro
25	2,5	10	2000	2 envases de 1 litro

NOTA: Para obtener la cantidad de lavandina a diluir en un volumen de agua se aplica la expresión:

$$V_{lav} [ml] = \frac{C_E [\%] \times V_r [ml]}{C_C [\%]}$$

Donde:

V_{lav} es la cantidad de mililitros de lavandina comercial de concentración C_C en % que hay que agregar a la cantidad puesta en el recipiente V_r

C_C es la concentración % de cloro por litro que tiene la lavandina comercial.

C_E es la concentración en % de cloro por litro que resulta efectiva para desinfectar.

V_r es la cantidad de agua que se tiene en el recipiente (balde).

6.7. La solución de lavandina, en cualquier concentración, debe ser preparada en el momento de ser aplicada y debe usarse agua fría ya que el agua caliente inactiva rápidamente la acción del cloro.

6.8. Al ser aplicada en superficies debe dejarse actuar por lo menos un minuto para que sea efectiva la desinfección

6.9. Antes de preparar la solución se debe leer la etiqueta de envase comercial de lavandina.

6.10. No mezclar lavandina con detergentes ni con soluciones de amoníaco pues desprenden gases tóxicos.

6.11. En el caso de tener que utilizar alcohol, solo se puede aplicar sobre personas y utensilios de uso personal. No es aplicable sobre superficies ya que el alcohol se evapora rápidamente.

6.12. Para preparar las diluciones (por ejemplo, de alcohol 70%) a partir de alcohol etílico comercial al 95%, prepara 3 partes de alcohol más 1 parte de agua.

NOTA: Para el caso de preparación en 100 ml se puede aplicar la siguiente expresión:

$$V_{alcohol} [ml] = \frac{C_E [\%] \times V_r [ml]}{C_C [\%]} = \frac{0,70}{0,95} \times 100 ml \approx 74 ml$$

O sea, $\frac{3}{4}$ partes de alcohol y $\frac{1}{4}$ parte de agua

Donde:

$V_{alcohol}$ es la cantidad de mililitros de alcohol a agregar

C_C es la concentración % de alcohol comercial.

C_E es la concentración en % alcohol a obtener.

V_r es el volumen a preparar en el recipiente (100 ml)

6.13. Para la aplicación de solución de alcohol en superficies limpias y sobre útiles se puede usar recipiente plástico con gatillo atomizador, y frotar con papel absorbente de cocina.

6.14. Para el uso de personas se debe tener dispositivo dispensador con alcohol en gel en lugares definidos por cada dependencia.

7. PAUTAS DE ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

7.1. Los EPP serán seleccionados de acuerdo a la actividad y tarea a desarrollar por el trabajador, y se deberá tener en cuenta que:

a. Son individuales, por lo que no se deben compartir.

b. Los elementos de protección contra el coronavirus deben ser preferentemente descartables y no deben interferir con los EPP necesarios para desarrollar la tarea habitual en forma segura.

c. Los EPP y la ropa de trabajo deberán ser resistentes a la penetración de microorganismos, a las roturas y el desgaste prematuro.

d. Se deberá realizar la higiene y desinfección de los guantes descartables en forma frecuente para evitar la transmisión del virus, sobre todo cuando hay interacción con pacientes o intercambio de objetos (manejo de efectivo, tarjetas de crédito, manipulación de productos, materiales, herramientas, equipos o documentación, etc).

e. El trabajador debe estar capacitado específicamente sobre el uso, estado, conservación, retiro y descarte de los EPP.

f. La entrega y recepción de EPP por el trabajador debe quedar registrada.

8. PAUTAS PARA AUTOMÓVILES OFICIALES y VEHÍCULOS DE SERVICIO

8.1. Antes del inicio de cada jornada y con una frecuencia de cada dos horas, las personas que conducen los vehículos oficiales se deben proceder a su limpieza y desinfección con paño húmedo con solución de alcohol al 70% sobre manijas de puertas internas y externas, manija y botones de levanta cristales, llaves de encendido, volante y perilla de palanca de cambios, como así también todos los comandos y superficies que se vayan a manipular durante el uso (adelante y atrás).

8.2. Cada vehículo debe estar provisto con alcohol en gel para uso personal y solución de alcohol al 70% para limpieza de superficies.

8.3. El chofer de cada unidad debe usar barbijo y, en caso de ser necesario, guantes de látex. Debe higienizarse regularmente cada dos horas o en caso de dejar la unidad y volver a entrar o luego de manipular objetos que no tenga la certeza de haberlos desinfectado.

8.4. Es obligación que todo pasajero que suba a los vehículos oficiales usar barbijo o cubreboca recomendando. Deben reducirse al máximo los ocupantes de

vehículos, manteniendo la mayor distancia posible entre ellos, (viajar en el asiento trasero).

9. EN CASO DE PRESENTARSE SÍNTOMAS

9.1. En caso de que alguna persona tenga sospecha de estar enfermo con COVID-19 se deben seguir los siguientes pasos:

a. Debe permanecer en el hogar. La mayoría de las personas con COVID-19 tienen una enfermedad leve y pueden recuperarse en su casa sin atención médica. No deben salir de su casa, excepto para buscar atención médica. No deben concurrir a áreas públicas.

b. La persona debe tomar contacto con su médico si los síntomas incluyen fiebre y tos, llamando al profesional antes de recibir atención médica.

c. Debe dar parte a sus superiores directos. Se debe realizar la investigación epidemiológica para verificar si el contagio se ha realizado en dependencias de la UNC a fin de realizar la trazabilidad de los contactos.

d. Ante un posible caso por síntomas se debe llamar al teléfono: **0 800 122 1444** e informar al operador qué síntomas tiene, o si cree que podría tener COVID-19. De ser posible, debe colocarse barbijo o tapaboca de tela para cara antes de que llegue el personal de servicios médicos.

e. Por otro lado, en caso de trabajadores de la UNC, se debe dar aviso a la ART, ya que de acuerdo al Decreto 367/2020 la enfermedad COVID-19 producida por el coronavirus SARS-CoV-2 se considerará presuntivamente una enfermedad de carácter profesional. Para ello la persona debe:

i. Contar con un certificado médico que acredite haber contraído la enfermedad COVID-19

ii. Llamar a al **0-800-3333-1400** y denunciar la Enfermedad Profesional (tener todos los datos necesarios para agilizar la DENUNCIA). El Centro Operativo Médico que los atienda les indicará los pasos a seguir.

iii. Avisar al área de personal de su dependencia (si aún no lo ha hecho) para comunicar la enfermedad, la denuncia a la ART y brindar los datos necesarios a fin de poder proseguir el trámite.

f. La dificultad para respirar es un síntoma más grave por lo que debe asegurarse de obtener atención médica cuanto antes. De igual manera si tiene algún otro signo que considere que se trata de una emergencia.

a. Debe descansar y mantenerse hidratado/a.

b. Debe evitar, en la medida de lo posible, el uso de transporte público colectivo, los vehículos compartidos, taxis o remises.

c. En la medida de lo posible, debe permanecer en una misma habitación y alejada de otras personas. También debería usar otro baño, si tiene uno disponible.

d. Si necesita estar con otras personas dentro o fuera de su casa, debe usar una cubierta de tela para cubrir nariz, boca y mentón.

e. En todo momento debe seguir las instrucciones de cuidado de su médico y departamento de salud. Las autoridades de salud locales le brindarán indicaciones sobre cómo verificar sus síntomas y notificar la información.

9.2. Se debe solicitar atención médica de emergencia si la persona presenta signos de advertencia de emergencia debido a COVID-19, que incluyen:

a) Dificultad para respirar

b) Dolor o presión persistente en el pecho

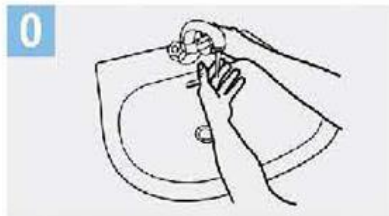
c) Confusión o dificultad para estar alerta que no haya tenido antes

d) Coloración azulada en los labios o el rostro

10. ANEXOS

ANEXO 1:

FORMA CORRECTA DE HIGIENIZAR LAS MANOS
LAVADO DE MANOS CON AGUA Y JABÓN



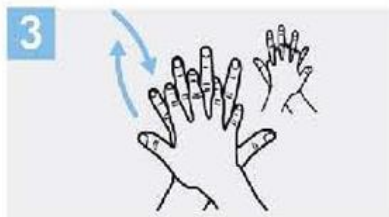
0 Mójese las manos con agua;



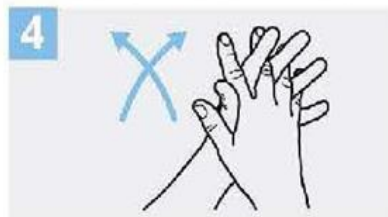
1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



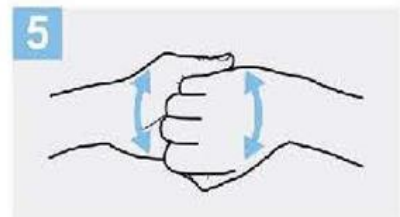
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



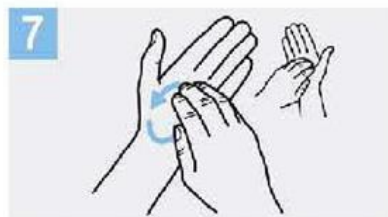
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



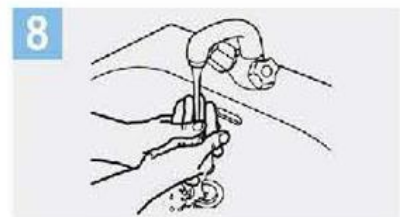
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



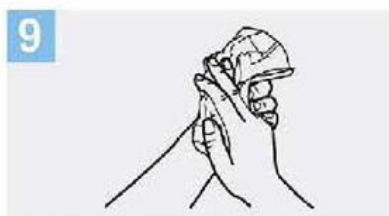
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



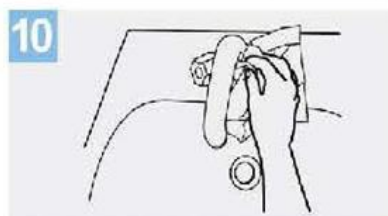
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



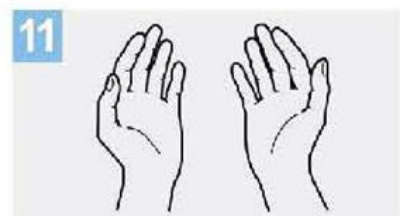
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



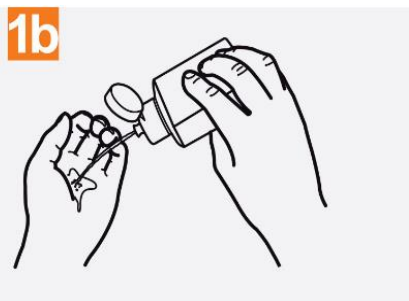
11 Sus manos son seguras.

ANEXO 2

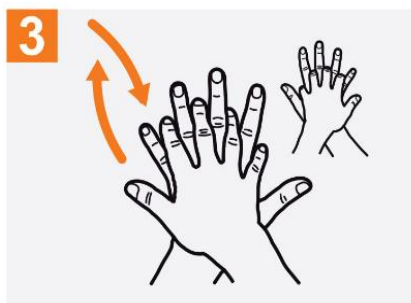
FORMA CORRECTA DE HIGIENIZAR LAS MANOS HIGIENE DE MANOS CON ALCOHOL (SOLUCIÓN ACUOSA AL 70%)



1a Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.



2 Frótese las palmas de las manos entre sí.



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



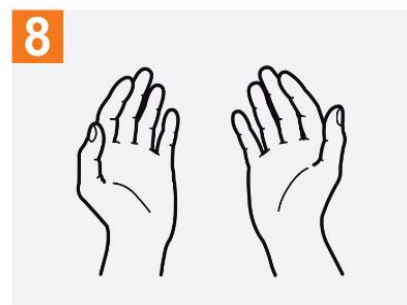
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.



8 Una vez secas, sus manos son seguras.