

Coronavirus COVID-19

RRHH - Servicio Médico - CSA

Versión 10: enero 2022

- 1.** ■ ¿Qué es el CORONAVIRUS COVID-19?
- 2.** ■ Síntomas
- 3.** ■ Contagio
- 4.** ■ Higiene Personal y Buenas Prácticas
(Cómo prevenir)
- 5.** ■ Grupos de Riesgo - Retorno
- 6.** ■ Casos Sospechosos – Tratamiento
- 7.** ■ Protocolo de limpieza y desinfección
(Anexo)
- 8.** ■ Referencias legales

1. ¿Qué es el CORONAVIRUS COVID-19?

- Los coronavirus son un grupo de virus, alguno de los cuales pueden causar diversas enfermedades humanas que van desde el resfriado común hasta el SARS (síndrome agudo respiratorio severo).
- Reciben ese nombre ya que al microscopio se los observa con forma de corona.
- En este caso, el coronavirus que estamos describiendo recibe el nombre de COVID-19

2. Síntomas

Si tiene dos o más de los siguientes síntomas:

<p>Fiebre mayor a 37.5°C</p>	<p>Tos</p>	<p>Dolor de garganta</p>
<p>Dificultad respiratoria</p>	<p>Rinitis/ congestión nasal</p>	<p>Dolor Muscular</p>
<p>Cefalea</p>	<p>Diarrea / Vomito</p>	<p>Perdida brusca de olfato</p> <p>Nota: De tener este síntomas se deberá aislar preventivamente</p>

- En casos más graves, la infección puede causar neumonía, síndrome respiratorio agudo severo, insuficiencia renal e incluso la muerte.

3. Contagio

VIA DIRECTA:

- Entre las personas que tienen contacto cercano entre ellas, mediante gotitas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda.
- Estas gotitas pueden llegar a la boca, ojos o nariz de las personas que se encuentran cerca.

VIA INDIRECTA:

- Es posible que una persona contraiga el COVID-19 al tocar una superficie u objeto que tenga el virus y luego se toque la boca, nariz o los ojos.

4. Higiene Personal y Buenas Prácticas

a. Cómo prevenir

- Lavar las manos regularmente preferiblemente con agua y jabón o alcohol en gel (elementos de higienización). En este último caso, secar con toallas descartables.
- Lavarse las manos antes y después de manipular objetos, especialmente aquellos ubicados en sitios comunes, como los bidones de agua, bolígrafos y documentos.
- Cubrirse nariz y la boca con un pañuelo descartable o con el pliegue del codo al toser o estornudar. Lavarse las manos inmediatamente después.
- Evitar compartir artículos personales, tocarse la cara, ojo, boca o nariz. De hacerlo, lavarse las manos antes y después.
- No compartir mates u otras bebidas que impliquen utilizar el mismo vaso.
- Evitar saludos con las manos y mejillas.
- Evitar sitios concurridos.
- Favorecer la ventilación cruzada en los lugares mediante la apertura de puertas y ventanas.
- Mantener limpias las superficies de trabajo y pisos con agua y jabón, solución con lavandina o alcohol al 70 % mediante cronograma de limpieza definido.
- Utilizar, conservar y descartar los EPPV (elementos de protección personal virales) de acuerdo a la actividad y tarea a desarrollar.
- Durante el traslado entre el domicilio particular y el lugar de trabajo, y al regresar a sus domicilios deben lavarse las manos antes y después. Si el traslado es mediante vehículo propio, debe estar ventilado garantizando higiene y desinfección. No utilices asientos próximos a chofer de colectivos, evitando aglomeraciones y manteniendo una distancia de 2 m.
- No utilizar transporte público si estás enfermo o con síntomas de COVID-19
- En caso de salir a la calle (trabajo, supermercado, trámites bancarios, etc.) utilizar cubre boca - nariz de prevención en antes de salir de su domicilio.

b. Conservar la distancia social

- Mínimo 2 metros de distancia a otras personas.
- En caso de tener que entregar o recibir algún elemento, evitar hacerlo mano a mano. Se depositará en el lugar asignado y, luego de que las persona se distancien 2 metros, se podrá tomarlo.
- En el transporte público verifique que cuente con las condiciones de ventilación y mantenga la distancia entre pasajeros
 - De ser posible, promover el uso conjunto de automóvil particular para evitar el transporte público. En lo posible no viajar más 2 personas por vehículo, manteniendo las ventanillas bajas y evite hablar en el viaje.

c. Uso de EPPV (elementos de protección personal virales)

- Los EPPV constituyen una barrera física entre el agente de riesgo y el trabajador, generando un bloqueo de las 3 vías de entrada (ojos, nariz y boca).
- Los EPPV deben colocarse antes de iniciar cualquier actividad probable de causar exposición y ser retirados únicamente después de estar fuera de la zona de exposición. Se debe evitar que los EPPV sean una fuente de contaminación, por ejemplo, dejándolos sobre superficies del entorno una vez que han sido retirados, los EPPV una vez desechado deben colocarse en los recipientes adecuados (residuos patogénicos).
- Antes de iniciar el proceso de colocación de un EPPV lávese las manos con agua y jabón, o con alcohol en gel o alcohol al 70%. Es fundamental garantizar la higiene y desinfección de las manos.
- Según el tipo de actividad los EPPV son los siguientes:
 - ✓ Guantes de látex (servicio médico y comedor) a solicitud de los empleados
 - ✓ Ropa de trabajo
 - ✓ Protector respiratorio y/o cubre boca – nariz

Sector/ Actividad	EPP
Operativas/ Oficinas/ seguridad/ proveedores y visitas	Cubreboca/nariz lavable o descartable
Servicio Médico – atención general	Cubreboca/nariz lavable o descartable
Servicio médico – Casos sospechosos	Mameluco o camisolín, barbijo quirúrgico, protección ocular/ facial, guantes de látex
Servicio de limpieza oficinas y áreas comunes	Cubreboca/nariz lavable o descartable / Guantes de látex
Servicio de limpieza – Sector de aislamiento	Mameluco o camisolín, barbijo quirúrgico, protección ocular/ facial, guantes de látex
Limpieza consultorio - Baños	Cubreboca/nariz lavable o descartable / Guantes de látex/ mascarilla o anteojos de seguridad

Nota: las buenas prácticas en el uso de EPPV están informadas en carteleras de cada sector operativo

- *En casos de síntomas de COVID-19, el trabajador se debe comunicar con el servicio médico celular 1131 893369 fijo 1141313400 int 660*
- O con el sistema de salud nacional:*
 - *Provincia de buenos aires: 148*
 - *CABA: 107*
 - *Santafé: 08005556549*
 - *Córdoba: 08001221444*
 - *Tucumán: 08005558478*

5 ■ Grupos de Riesgo

a. Definición de grupos de riesgo

- Personas mayores de 60 años.
- Embarazadas.
- Personas con patologías preexistentes como:
 - *Enfermedades Cardíacas.*
 - *Enfermedades Oncológicas.*
 - *Diabetes.*
 - *Enfermedades Respiratorias.*
 - *Enfermedades Inmunodepresoras.*
 - *Personas con IMC > 40 kg/m² (Obesidad Clase III)*
 - *Trasplantados*

b. Retorno para Grupos de Riesgo

PRINCIPALES ACCIONES PARA PROTEGER A LOS GRUPO DE RIESGO:

- Los trabajadores que retornen a las actividades deben presentar la primera dosis trascurridos los 14 de inoculación y un test de antígenos negativo
Antes de iniciar las actividades se debe capacitar al todo el personal que pertenece al grupo de riesgo
- La persona deberá tener un mail y teléfono del referente CELSUR para comunicarse.

6 ■ Casos Sospechosos

a. Se definen como casos sospechosos

Toda persona que presente 2 o más de los siguientes síntomas:

CRITERIO 1

- Fiebre 37,5°C o superior,
- Tos
- Dolor de garganta
- Dificultad para respirar
- Cefalea
- Dolor Muscular
- Diarrea / Vomito *
- Rinitis / Congestión Nasal*
- O pérdida de gusto o de olfato en ausencia de cualquier otra causa identificada

Sin otra etiología que explique completamente la presentación clínica Este criterio incluye toda infección respiratoria aguda grave.

*Los signos o síntomas separados por una barra (/) deben considerarse como uno solo.

CRITERIO 2

Toda persona que:

- Haya recibido un esquema de vacunación completo contra COVID-19, y hayan pasado al menos 14 días desde la segunda dosis, o
- Sea trabajador de salud, o
- Resida o trabaje en instituciones cerradas o de internación prolongada*o
- Sea personal esencial**o
- Resida en barrios populares o pueblos originarios***, o
- Sea contacto estrecho de caso confirmado de COVID-19, dentro de los últimos 14 días

Y Presente uno o más de los siguientes signos o síntomas:

- Fiebre (37.5°C o más),
- Tos,
- Dolor de garganta),
- Dificultad respiratoria,
- rinitis/congestión nasal****

* Penitenciarias, residencias de adultos mayores, instituciones neuropsiquiátricas, hogares de niñas y niños

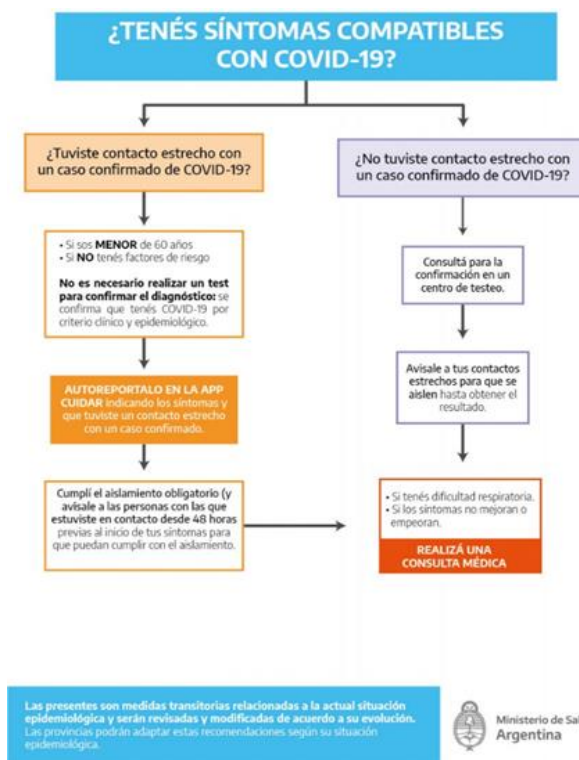
** Se considera personal esencial: Fuerzas de seguridad y Fuerzas Armadas; Personas que brinden asistencia a personas mayores

*** Se considera barrio popular a aquellos donde la mitad de la población no cuenta con título de propiedad, ni acceso a dos o más servicios básicos. Fuente: Registro Nacional de Barrios Populares.

**** Los signos o síntomas separados por una barra (/) deben considerarse como equivalentes.

Si Sos caso sospechoso de covid

- Aíslate hasta confirmar o descartar la sospecha
- Avísale a las personas con las que hayas tenido contacto 48 horas previas al inicio de síntomas ya que también deben aislarse
- Si se descarta la infección y no presentas síntomas podés suspender el aislamiento
- Si se confirma el diagnostico debes mantenerte aislado hasta obtener el alta médica y seguir con las recomendaciones del equipo de salud



b. Caso confirmado

- Toda persona con síntomas que haya obtenido un resultado positivo por técnicas moleculares (PCR; LAMP) o test de antígenos para el diagnóstico del Covid-19
- Toda persona asintomática que haya obtenido un resultado positivo para el diagnóstico de Covid 19 por técnicas moleculares (PCR; LAMP) o test de antígenos.
- Toda persona **asintomática que haya estado expuesta a un contacto de riesgo** (ser contacto estrecho de un caso confirmado, haber concurrido a un evento en el que se registraron casos positivos, etc.) y que haya obtenido un resultado positivo por **test de antígenos**.
- Toda persona que presente síntomas compatibles con COVID-19 y haya tenido un contacto estrecho con un caso confirmado dentro de los 10 días previos al comienzo de los síntomas será considerado un caso confirmado por criterio **clínico-epidemiológico**, sin necesidad de un test diagnóstico.

Si tenés un diagnóstico de COVID-19 y tenés el esquema inicial de vacunación completo (con menos de cinco meses de haber completado el esquema inicial o aplicada la dosis de refuerzo):

- Aisláte durante 7 días desde la fecha de inicio de síntomas (o desde la fecha de diagnóstico si sos asintomático),
- Avisale a las personas con las que hayas tenido contacto desde las 48 horas previas al inicio de los síntomas (o, si sos asintomático, dos días antes del diagnóstico) ya que deben realizar cuarentena.
- Si al séptimo día ya no presentás síntomas desde al menos 48hs antes, podés levantar el aislamiento, manteniendo los siguientes cuidados durante los tres días siguientes:
 - No concurrir a eventos masivos o sociales,
 - Usar barbijo correctamente -tapando nariz, boca y mentón, bien ajustado a la cara- de forma permanente en lugares cerrados o en lugares abiertos con presencia de otras personas,
 - Mantener la distancia social.
 - Evitar el contacto con personas con factores de riesgo.
 - Seguí todas las indicaciones del equipo de salud.

Si tenés un diagnóstico de COVID-19 y no estás vacunado o no completaste todavía tu esquema primario de vacunación:

- Aisláte durante 10 días desde la fecha de inicio de síntomas (o desde la fecha de diagnóstico si sos asintomático),
- O
- Aisláte 7 días y realiza un test a partir del séptimo día.
- Avisale a las personas con las que hayas tenido contacto desde las 48 horas previas al inicio de los síntomas (o, si sos asintomático, dos días antes del diagnóstico) ya que deben realizar cuarentena.
- Si el test al séptimo día te da negativo y no presentás síntomas, podés levantar el aislamiento, manteniendo los siguientes cuidados durante los tres días siguientes:
 - No concurrir a eventos masivos o sociales,
 - Usar barbijo correctamente -tapando nariz, boca y mentón, bien ajustado a la cara- de forma permanente en lugares cerrados o en lugares abiertos con presencia de otras personas,
 - Mantener la distancia social.
 - Evitá el contacto con personas con factores de riesgo.
 - Seguí todas las indicaciones del equipo de salud.



c. Situaciones de contacto estrecho:

Todas las personas que hayan permanecido a una distancia menor a 2 metros con un caso confirmado mientras este presentaba síntomas, o durante las 48 horas previas al inicio de síntomas, durante al menos 15 minutos.

Los contactos estrechos tienen más riesgo de contraer la infección. Por eso, si tuviste un contacto estrecho con un caso de COVID-19 es fundamental que, aunque no tengas síntomas, tomes las siguientes medidas:

Si sos contacto estrecho, no tenés síntomas y tenés el esquema completo de vacunación (con menos de cinco meses de haber completado el esquema inicial o aplicada la dosis de refuerzo) observá las siguientes indicaciones:

- Permanecé en aislamiento por cinco (5) días, desde el último contacto con un caso confirmado (si es posible aislate también de tus convivientes).
- Prestá mucha atención a la aparición de síntomas. Ante la presencia de cualquier síntoma, consultá al sistema de salud.

Si pasados los 5 días no tuviste síntomas, podés levantar el aislamiento tomando los siguientes cuidados durante los 5 días subsiguientes (hasta completar 10 días desde el contacto de riesgo):

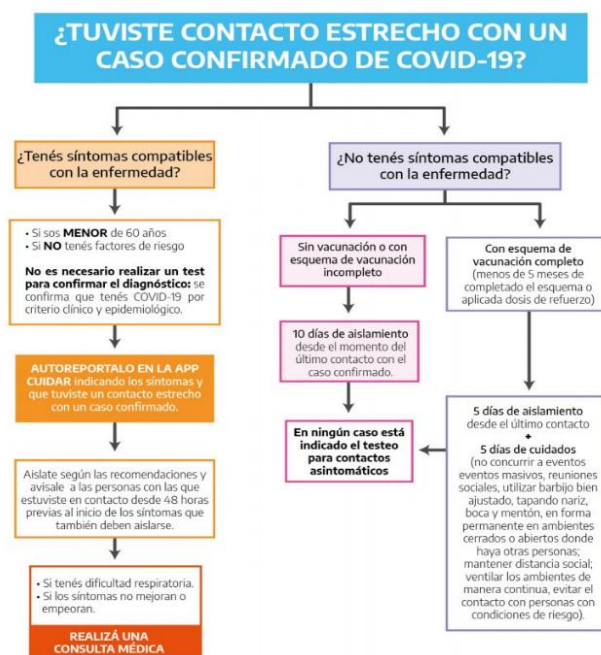
- Prestar atención a la aparición de síntomas y, ante su aparición aislate y consultar con el servicio médico celular 1131 893369 fijo 1141313400 int 660
- No concurrir a eventos masivos o sociales.
- Usar barbijo correctamente -tapando nariz, boca y mentón, bien ajustado a la cara- de forma permanente en lugares cerrados o en lugares abiertos con presencia de otras personas.
- Mantener la distancia social.
- Evitar el contacto con personas con factores de riesgo.

Si sos contacto estrecho asintomático sin vacunación o con esquema incompleto:

- Permanecé en aislamiento por diez (10) días, o
- Permanecé en aislamiento por siete (7) días desde el último contacto con un caso confirmado (si es posible aislate también de tus convivientes) y realizate un test para el diagnóstico de COVID-19 a partir del séptimo día.
- Prestá mucha atención a la aparición de síntomas comunicate con Servicio Médico. celular 1131 893369 fijo 1141313400 int 660.

Si pasados los 7 días no tuviste síntomas y el resultado del test fue negativo, podés levantar el aislamiento tomando los siguientes cuidados durante los 3 días subsiguientes (hasta completar 10 días desde el contacto de riesgo):

- Prestar atención a la aparición de síntomas y, ante su aparición aislarse y consultar al sistema de salud.
- No concurrir a eventos masivos o sociales.
- Usar barbijo correctamente -tapando nariz, boca y mentón, bien ajustado a la cara- de forma permanente en lugares cerrados o en lugares abiertos con presencia de otras personas.
- Mantener la distancia social.
- Evitar el contacto con personas con factores de riesgo.
- En todos los casos:
- Si convivís con otras personas, debés mantener el aislamiento en tu domicilio y no tener contacto con ninguna de las personas que viven con vos. Si no es posible hacerlo y presentás síntomas o el resultado del test es positivo, las personas que viven con vos deberán realizar cuarentena.
- Ante la aparición de alguno de los siguientes síntomas: fiebre (37,5º C o más), tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, dolor de cabeza, dolor muscular, diarrea/vómitos; o ante la pérdida repentina del gusto o del olfato comunicate con servicio médico celular 1131 893369 fijo 1141313400 int 660.



Las presentes son medidas transitorias relacionadas a la actual situación epidemiológica y serán revisadas y modificadas de acuerdo a su evolución. Las provincias podrán adaptar estas recomendaciones según su situación epidemiológica.

7 ■ Protocolo de limpieza y desinfección

Ver Anexo 1

8 ■ Referencias legales

- Res. 135/2020 – *Ministerio de Trabajo Prov. Bs.As. Protocolo de Higiene y Seguridad en el Trabajo COVID-19*
- Res. 29/2020 - *Ministerio de Trabajo, empleo y seguridad social – Superintendencia de riesgos del trabajo.*
- Dec. 297/2020 – *Aislamiento Social y Preventivo*
- Disp. 05/2020 - *Superintendencia de riesgos del trabajo Gerencia General.*
- Res. 207/2020 – *Ministerio de Trabajo, empleo y seguridad social – Superintendencia de riesgos del trabajo.*
- Disp. 28/2020 – *Comisión Nacional de Regulación del Transporte. Anexo I*
- Res. 60/20 – *Protocolo Sanitario Transporte Automotor de Cargas Generales*
- Res.151/20 *Protocolo de Preparación para la respuesta ante la contingencia de enfermedad COVID-19 Provincia de Buenos Aires*
- Res. Conjunta 10/2020 – *Ministerio de Salud y Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social.*
- Res. conjunto 4/2021
- Dec 678/2021 *Medidas generales de prevención*
- *Medidas ante casos y contactos 29/12/2021*
- *Actualización de casos sospechosos, confirmados y contactos estrecho 6/01/2022- Ministerio de salud*

Versión	Descripción Cambio o Revisión
Versión 00 (Marzo 2021)	Creación del Documento.
Versión 01- 10 (Enero 2022)	Actualizaciones de acuerdo a las disposiciones legales en relación a la pandemia Covid-19