

**LINEAMIENTOS Y
RECOMENDACIONES A LOS
MIEMBROS DE LA COMUNIDAD
UPAEP ANTE COVID-19**
UPAEP- AGOSTO 2022

DEFINICIONES

ENFERMO: Sujeto con sintomatología respiratoria y prueba positiva para SARS-COV 2.

INFECTADO: Sujeto con prueba positiva sin sintomatología sugestiva de COVID 19.

CONVALECIENTE: Sujeto enfermo sin sintomatología aguda (10 días después de la desaparición de la sintomatología aguda).

SOSPECHOSO: Sujeto con síntomas respiratorios SIN prueba confirmatoria.

CONTACTO SOSPECHOSO: Sujeto que estuvo en contacto con algún ENFERMO pero que no ha desarrollado ningún síntoma.

SÍNTOMAS AGUDOS

Dolor de cabeza, fiebre, malestar general, escurrimiento nasal, dolor de garganta, dolor de cuerpo.

SÍNTOMAS NO AGUDOS

Pérdida de olfato y gusto, dolor espalda, tos seca escasa y esporádica, cansancio, etc.

Si presentas alguno de estos síntomas (SOSPECHOSO)

1. Aíslate de inmediato, incluso hasta de miembros de tu familia.
2. Busca asistencia médica.
3. La prueba más precisa para el diagnóstico de COVID 19 es la PCR y debe realizarse tres días después del inicio de los síntomas, realizarla antes puede dar un falso negativo. La prueba de antígenos se recomienda realizar hasta cinco días después

del inicio de los síntomas. NO SE RECOMIENDA REALIZAR NINGUNA PRUEBA DE RUTINA EN SUJETOS SIN SÍNTOMAS.

4. Avisa de inmediato vía correo electrónico (covid19@upaep.mx o carlosadolfo.mijangos@upaep.mx) detallando con minuciosidad (síntomas, tratamiento establecido, fecha de inicio, miembros de tu familia, asistencia a la universidad y contacto con otros colaboradores y si te has realizado alguna prueba de detección o diagnóstico y si estas vacunado) copiando a tu jefe inmediato.
5. Mantén comunicación para avisar de cambios (empeoramiento o mejoría).

Si ya estás diagnosticado con la enfermedad (ENFERMO), sigue las mismas recomendaciones anteriores. La inmensa mayoría de los enfermos tendrá un curso leve, gracias a la vacuna, la posibilidad de agravamiento es muy rara y de muerte prácticamente nula.

Puedes regresar a tus actividades presenciales DIEZ DÍAS después de la desaparición de los síntomas agudos, SIN MEDIAR NINGUNA PRUEBA DE DETECCIÓN.

La asistencia médica puede ser:

1. Con tu médico de cabecera o confianza.
2. En la Clínica Médica Universitaria (9 poniente 2309, Barrio de Santiago) en el consultorio de RESPIRATORIO, el vigilante y la señorita de la entrada principal te indicará la vía de acceso, el horario de atención es de 8:00 a 17:30 hrs.
3. Por Telemedicina (vía la aplicación Hello Doctor, que tienes que bajar a tu celular)
4. EN LA CLÍNICA NO ATENDEMOS PACIENTES YA DIAGNOSTICADOS CON COVID 19.

Si estuviste en contacto con alguien diagnosticado con COVID 19 (CONTACTO SOSPECHOSO), la posibilidad de que estés contagiado dependerá fundamentalmente de las siguientes variantes:

1. Tiempo y cercanía del contacto.
2. Área física en donde se dio el contacto, tamaño y ventilación.
3. Uso de cubrebocas, gel de alcohol y aseo de superficies.

Aíslate durante 5 días en espera del desarrollo de probables síntomas, de no presentarlos puedes regresar a tus actividades presenciales, si los presentas sigue las recomendaciones de SOSPECHOSO.

Si eres compañero colaborador de un CONTACTO SOSPECHOSO:

NO ES INDISPENSABLE TU AISLAMIENTO, AUNQUE LO RECOMENDAMOS SI TU ACTIVIDAD LABORAL NO ES ESENCIAL.

SI PERMANECES PRESENCIALMENTE DEBES LIMITAR TU CIRCULACIÓN DENTRO DEL CAMPUS Y ESTAR ATENTO AL DESARROLLO DE SÍNTOMAS.

ANTE CUALQUIER DUDA, ENVÍALA A LOS CORREOS CITADOS ARRIBA.