



COMITÉ DE SEGUIMIENTO

¿QUÉ HACER EN CASO DE SOSPECHA O ENFERMEDAD COVID-19?

Después de 3 años de una continua atención a las medidas preventivas, nos encontramos en un momento en el que los riesgos han cambiado y la probabilidad de que COVID-19 sea una enfermedad grave ha disminuido considerablemente en la mayoría de las personas. En estas condiciones, en las dependencias y entidades universitarias es necesario atender lo siguiente:

- 1. Es probable que tengas la enfermedad COVID-19**, si presentas tres o más de los siguientes signos o síntomas: fiebre, tos, debilidad general/fatiga, dolor de cabeza, dolor muscular, dolor de garganta, congestión nasal, falta de aire o dificultad para respirar, voz ronca, disminución o pérdida del sentido del gusto o del olfato.
- 2. Si te confirmaron el diagnóstico de COVID-19** con alguna prueba positiva (PCR o prueba rápida de antígeno), no debes presentarte a clases o a tu área de trabajo o escuela para evitar así la transmisión del virus a otras personas. Deberás permanecer en aislamiento durante 5 días contados a partir del primer día de síntomas o de la fecha de la prueba positiva (lo que ocurra primero), con precauciones para evitar contagios en tu domicilio. Si no presentaras síntomas después de este periodo de 5 días, podrás reincorporarte a tus actividades. Ya no es necesario hacer pruebas adicionales para reincorporarse a las actividades.
- 3. Si no te es posible hacer alguna prueba de COVID-19**, después de completar 5 días de aislamiento podrás reincorporarte a tus actividades, siempre y cuando tu condición física sea favorable y mientras que en las últimas 24 hrs no hayas tenido fiebre, dolor de cabeza, garganta o cansancio.
- 4.** Si eres trabajador universitario debes acudir a la clínica del ISSSTE que te corresponda en donde te darán un diagnóstico médico positivo o negativo a la enfermedad y te realizarán la expedición de tu incapacidad por enfermedad, la cual indicara el tiempo que debes permanecer en casa.
- 5.** En todos los casos, la reincorporación a sus actividades deberá ser con estricto cumplimiento de las precauciones generales (uso de cubrebocas, sana distancia, higiene de manos, evitar aglomeraciones, procurar espacios ventilados).
- 6.** Si estás enfermo, tú y cualquier persona con la que convivas deben usar cubrebocas.
- 7.** Durante la enfermedad, en tu casa debes procurar mantener una adecuada ventilación con puertas y ventanas abiertas durante el día. Es recomendable que sólo una persona se encargue de tu cuidado,



COMITÉ DE SEGUIMIENTO

la cual debe estar sana, idealmente vacunada, y mantener poco contacto con los demás habitantes de tu hogar o del exterior.

8. Desde el primer día de aparición de síntomas, le debes comunicar a las personas con las que estuviste en contacto en los últimos 2 días que es probable que tengas COVID-19, para que estén pendientes de posibles contagios. Para protección de la Comunidad Universitaria, deberás informar tu estado de salud al Responsable Sanitario de tu entidad o dependencia vía electrónica o telefónica, para que, de manera confidencial registre la información y dé seguimiento.
9. Si padeces alguna otra enfermedad, no debes suspender tus medicamentos habituales. Con la enfermedad COVID-19 no es conveniente automedicarse. No se deben usar medicamentos que no tienen utilidad contra la enfermedad leve (antigripales, azitromicina, ivermectina, antibióticos, dexametasona, anticoagulantes). Cualquier otro medicamento debe utilizarse bajo supervisión médica.
10. Los trabajadores universitarios, en todos los casos, al reincorporarse a sus labores deberán entregar en su entidad o dependencia la incapacidad por enfermedad emitida por el ISSSTE, la cual justifique todos los días de su inasistencia.

DATOS DE ALARMA PARA ACUDIR A SOLICITAR ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA

En caso de presentar fatiga, falta de aire y/o dificultad para respirar, dolor torácico o presión en el pecho, confusión, incapacidad para hablar o moverte, coloración azulada en los labios o los dedos de pies o manos, fiebre persistente por más de 3 días deberán llamar al 911 o llevarte inmediatamente a recibir atención médica:

- **Alumnas y alumnos: Unidades médicas IMSS**
- **Personal académico y administrativo: Unidades Médicas ISSSTE**

En caso de dudas llamar o escribir a:

- **LOCATEL 55 5658-1111**
- **Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria 800 0044 800**
- **covid19@unam.mx**