

## RECOMENDACIONES PARA EVITAR EL CONTAGIO DE COVID-19 EN LA COMUNIDAD AREANDINA

### ¿Qué es el coronavirus?

Los coronavirus (CoV) son virus que surgen periódicamente en diferentes áreas del mundo y que causan Infección Respiratoria Aguda, que pueden llegar a ser leve, moderada o grave.

El nuevo Coronavirus (COVID-19) ha sido catalogado por la Organización Mundial de la Salud como una pandemia. Se han identificado casos en todos los continentes y, el 6 de marzo se confirmó el primer caso en Colombia.

### ¿Cómo se transmite el COVID-19?

La infección se produce cuando una persona enferma tose o estornuda y expulsa partículas del virus que entran en contacto con otras personas. Este mecanismo es similar entre todas las Infecciones Respiratorias Agudas (IRA).

### ¿Cuáles son los síntomas?

El nuevo Coronavirus causa una Infección Respiratoria Aguda, que puede ser leve, moderada o severa. Puede producir:

- Fiebre de difícil control, mayor a 37.5 grados y por más de 3 días.
- Tos
- Fatiga
- Secreciones nasales
- Malestar General

### Cuál es el tratamiento?

Actualmente no existe tratamiento específico ni vacuna comprobada para ningún coronavirus. El tratamiento es sintomático y en el caso de requerirlo, el manejo se realiza de acuerdo con la gravedad del paciente.

## 1. Recomendaciones para evitar el contagio con el COVID-19

- a) La medida más efectiva para prevenir el COVID-19 es lavarse las manos correctamente, con agua y jabón. Hacerlo frecuentemente reduce hasta en 50% el riesgo de contraer coronavirus. El lavado de manos debe ser de 40 a 60 segundos en especial en los siguientes momentos:
- Al llegar a alguna de las sedes de Areandina.
  - Al salir al descanso antes de ingerir alimentos y bebidas.
  - Antes de entrar nuevamente al salón de clases.
  - Al llegar a casa.
  - Después de cualquier actividad física.
  - Al limpiarse la nariz, después de toser o estornudar.
  - Después de ir al baño.
- b) Evitar el contacto y saludar de mano o beso.
- c) Cuando se estornuda o tose, cubrirse la nariz y boca con el antebrazo.
- d) Usar pañuelos desechables y eliminarlos inmediatamente y proceder al lavado de manos.
- e) Revisar que se mantengan los esquemas de vacunación completos, particularmente para los estudiantes que realizan prácticas en instituciones de salud.
- f) Recomendar a los estudiantes, personal administrativo y docentes NO asistir a la Institución y permanecer en casa ante síntomas respiratorios.
- g) Los colaboradores (docentes y administrativos) que presenten síntomas respiratorios, fiebre, fatiga, secreciones nasales, malestar general; deberán quedarse en casa y reportar su estado de manera inmediata a través de correo electrónico a su jefe directo, en todos los casos con copia al área de Seguridad y Salud en el Trabajo en Sede o Seccional a los siguientes correos:
- Bogotá: [seguridadysalud@areandina.edu.co](mailto:seguridadysalud@areandina.edu.co)
  - Pereira: [seguridadysaludpe@areandina.edu.co](mailto:seguridadysaludpe@areandina.edu.co)
  - Valledupar: [seguridadysaludvpar@areandina.edu.co](mailto:seguridadysaludvpar@areandina.edu.co)

Aplica la misma directriz para quien estando en su puesto de trabajo presente la sintomatología descrita.

Estos colaboradores (docentes y administrativos) mantendrán la prestación de su servicio a la Institución bajo la modalidad de teletrabajo. Para estos casos el jefe directo será responsable de coordinar y monitorear la gestión a cargo del trabajador y de esa manera garantizar la operación de las áreas.

Esta disposición mantiene lo establecido en Reglamento Interno de Trabajo para la gestión de permisos y licencias.

- h) Para los colaboradores (docentes y administrativos) que permanezcan en aislamiento preventivo en casa, el Coordinador de Seguridad y Salud en el Trabajo de Sede o Seccional, realizará el acompañamiento respectivo con el fin de monitorear su estado de salud.
- i) Los estudiantes y colaboradores (administrativos y docentes) que realicen viajes personales internacionales, procedentes de destinos como China, Italia, Francia y/o España, durante marzo y abril deberán permanecer en casa 14 días desde la fecha de regreso, independientemente de que presenten síntomas o no, y desde allí realizar las actividades académicas o laborales por medio de teletrabajo.
- j) Recomendar el uso de tapabocas solo cuando se presentan síntomas respiratorios.
- k) Areandina y la empresa de servicios generales garantizan los procesos de limpieza y desinfección de las diferentes áreas de la institución.
- l) Areandina mantiene los diferentes espacios ventilados, limpios, iluminados y libres de humo.

## 2. Acciones para la identificación de casos del COVID-19 en la Institución

Con el propósito de contribuir con la identificación y contención de casos sospechosos del COVID-19, ante la presencia de fiebre, tos, dolor de garganta, en alguno de los miembros de la comunidad educativa, Areandina procederá a:

- a) Indagar si cuenta con un antecedente de viaje en los últimos 14 días a países donde hay circulación activa del virus o si ha estado en contacto cercano con un caso positivo de COVID-19.
- b) En caso de que esta información sea confirmada, se realizará la notificación inmediata a la Dirección Territorial de Salud para verificar los criterios del caso y recibir orientaciones sobre la consulta en el organismo de salud correspondiente.
- c) Brindar las recomendaciones al estudiante, docente o administrativo para mantenerse aislado en casa y para que reporte su condición de salud al organismo de salud correspondiente.
- d) Areandina estará atenta a la evolución de los casos reportados.
- e) Si de la revisión del caso, se determina que no corresponde a un caso positivo para COVID-19, se podrá retornar a las actividades habituales y regulares en la institución.

Para mayor información se sugiere consultar:

- Ministerio de Salud:  
<https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/Covid-19.aspx>
- Secretaria Distrital de Salud de Bogotá  
<http://www.saludcapital.gov.co/Paginas2/Inicio.aspx>
- Autoevaluación Coronavirus:  
<http://tramitesenlinea.saludcapital.gov.co/covid-19/>
- Enlace Lavado Correcto de manos  
<https://www.youtube.com/watch?v=NMmAj1EKdVo>