

# PLAN DE CONTINGENCIA POR CORONAVIRUS COVID - 19

Medidas preventivas para las actividades  
presenciales en territorio.

**CSEAM**  
**Julio 2020**



## Introducción

Ante la emergencia sanitaria en nuestro país a consecuencia de la enfermedad Covid-19 causada por el virus SARS CoV-2, y basadas resoluciones adoptadas por la UdelaR y el Ministerio de Salud Pública, desde la Comisión Sectorial de Extensión y Actividades en el Medio, se presentan las siguientes orientaciones para actividades en territorio.

Actualmente transitamos en el país, la fase correspondiente al nivel 3 de respuesta, nivel de respuesta coordinada multisectorial nacional.

Es importante tener en cuenta que el COVID-19 es un nuevo tipo de virus, de una familia ya conocida los Coronavirus.

Este virus fue detectado por primera vez en diciembre de 2019 en China. Existiendo casos actualmente en diferentes países del mundo, entre ellos Uruguay.

Los Coronavirus, son una extensa familia de virus, sólo algunos de ellos son capaces de pasar de una especie a otra, en humanos algunos de estos virus causan infecciones respiratorias más graves, entre ellos están el virus del Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (MERS), el Síndrome Agudo Respiratorio Severo (SARS) y el virus actual denominado SARS-CoV -2. que causa la enfermedad COVID -19.

Los virus necesitan a las células para poder reproducirse. Son agentes infecciosos que tienen el genoma viral, que contiene información genética para replicarse independientemente. En las células que infectan, producen copias de sí mismos. El sistema inmunológico humano utiliza diferentes mecanismos para combatirlo.

### Las vías de transmisión de este virus son:

1. De persona a persona, por las secreciones transmitidas a través de la tos (transmisión por gota). Podrán ser infectadas si el virus entra en contacto con la mucosa nasal, ocular o bucal.
2. Por contacto, a través de las manos o superficies contaminadas.
3. Mediante la generación de aerosoles en procedimientos respiratorios.

### Manifestaciones clínicas:

Las manifestaciones más comunes son las respiratorias:

1. Fiebre
2. Tos
3. Dificultad para respirar
4. Rinitis (secreciones nasales)
5. Odinofagia (dolor de garganta)

Otros síntomas asociados que pueden estar presentes son: alteración del olfato (hiposmia, anosmia) y/o alteración del gusto, síntomas digestivos específicamente diarrea.

También se presentan en la evolución manifestaciones cutáneas.

## Preparación/planificación de la salida de campo.

### 1. Antes de realizar la salida a campo.

Se recomienda formular acuerdos con las instituciones acerca de la forma y condiciones de retorno de las actividades prácticas en territorio. Ello incluye acordar las medidas de prevención a aplicar para garantizar el cumplimiento de los protocolos establecidos en el marco de la pandemia por COVID 19.

El/la docente y los/as estudiantes al momento de planificar la jornada de campo deberán conocer los protocolos de la Udelar y de los lugares donde se realizarán las actividades y las medidas básicas de prevención de la infección por COVID 19.

- Desarrollar una capacitación con los estudiantes que deberá contemplar Información sobre la infección por el nuevo coronavirus SARS- CoV-2, causante de la enfermedad COVID-19, síntomas frecuentes y qué hacer si se confirma un caso de infección por COVID-19 en el lugar de trabajo.

1. Comunicarse previamente de forma telefónica o por correo electrónico con el grupo u organización con la cual trabajarán. En esa comunicación:
2. coménteles el objetivo de la actividad, la dinámica que se utilizará y los recaudos sanitarios que deberán tenerse en cuenta
3. Acuerde previamente que la actividad podrá realizarse en un lugar adecuado de acuerdo a las recomendaciones de este documento
4. Consulte sobre la disponibilidad de insumos y accesorios tales como tapabocas y alcohol en gel de forma de preverlos para el desarrollo de la actividad.
5. En caso de realizar la actividad en una sala cerrada, prevea y acuerde la desinfección posterior a la realización de la misma.

Evite coordinar actividades presenciales con población con alta susceptibilidad a presentar complicaciones en el curso de una infección por coronavirus: diabéticas, asmáticas, que sufren broncoespasmo o enfermedades respiratorias, las personas mayores de 65 años, personas gestantes (embarazo), personas en lactancia, hipertensas, obesas, con patologías cardiovasculares y cerebrovasculares, con Epoc, con inmunodepresión, con vitíligo y en tratamiento de quimioterapia. (MSP,2020)



## 2. CHEQUEOS PREVIOS A LA SALIDA

Tanto los docentes como los estudiantes deberán realizar una autoevaluación para no comprometer la salud de otras personas y la suya propia. Realice los siguientes chequeos y evite concurrir a una actividad presencial:

1. Registro de la asistencia de docentes y estudiantes
2. Repasar con el docente las condiciones previas de ingreso a trabajo de campo
3. De haber estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o haber compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19, no deberá concurrir a la actividad. Consulte a su prestador de salud y siga las indicaciones que éste le indique.
4. En caso de presentar sintomatología (dolor de garganta, tos, fiebre, dificultad para respirar, pérdida de olfato, pérdida del gusto, diarrea) deberá regresar a su domicilio y consultar con su prestador de salud.
5. Si el estudiante se encuentra dentro de los grupos de riesgo, debe comunicarlo a su docente y no participar de actividades presenciales.
6. Recordar mantener las medidas sanitarias en el uso del transporte público o particular (uso de tapabocas e higiene de manos una vez que descienda del mismo)

## 3. DURANTE LA SALIDA A CAMPO

### ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE

1. Evitar las aglomeraciones en todo momento.
2. No saludar con la mano, beso o abrazo. Puede saludar con otro gesto.
3. Mantener una distancia en el espacio interpersonal de 2 metros
4. Utilizar tapabocas de forma permanente (ver recomendaciones de uso)
5. Aumentar la frecuencia de la higiene de manos.
6. No compartir artículos personales. Tampoco alimentos y/o bebidas (incluido mate).
7. Medidas respiratorias: Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar, y desecharlo en forma adecuada. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.



8. Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
9. Tiempo de duración de las actividades: hasta 2 horas
10. Llevar registro de los participantes en la actividad
11. Llevar en la salida de campo/actividades todo lo necesario evitando de esta forma tener que realizar compras o visitas a comercios en territorio.
12. Descarte adecuado de residuos.

## ACTIVIDADES EN ESPACIOS CERRADOS

En el caso que las actividades se desarrollen en edificios de la UdelaR, respetar los protocolos de cada servicio. El número de docentes y estudiantes que pueden concurrir a cada lugar será previamente coordinado y acordado con la institución en cuestión de forma de garantizar el distanciamiento físico. El responsable de la actividad deberá llevar un registro completo con los y las participantes con lugar y fecha.

En el caso de concurrir a otras instituciones o espacios comunitarios:

- Respetar las normas y los protocolos de las instituciones u organizaciones en las que se participa.

*En el caso en que la institución u organización barrial no tenga protocolos se sugieren los siguientes cuidados:*

1. Evitar las aglomeraciones en todo momento.
2. Mantener los ambientes ventilados durante la actividad
3. Mantener una distancia en el espacio interpersonal de 2 metros
4. Utilizar tapabocas de forma permanente (ver recomendaciones de uso)
5. Aumentar la frecuencia de la higiene de manos.
6. No compartir artículos personales. Tampoco alimentos y/o bebidas (incluido mate).
7. Medidas respiratorias: Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar, y desecharlo en forma adecuada. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos
8. Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
9. Tiempo de duración de las actividades: hasta 2 horas
10. Se sugiere llevar registro de los participantes en la actividad
11. Garantizar la higiene y ventilación del lugar una vez finalizada la actividad. Se deberá poner especial énfasis en la limpieza de las superficies de alto contacto como puertas, pestillos, mesadas, escritorios, computadoras, teléfonos,

interruptores. A su vez, se aconseja aumentar la frecuencia normal de limpieza de aquellas zonas de alto tránsito y baños.

12. Descarte adecuado de residuos.

## ACTIVIDADES DOMICILIARIAS

No se recomiendan por el momento.

## ACTIVIDADES CON PERSONAS EN SITUACIÓN DE RIESGO

No se recomiendan las actividades con población en situación de riesgo. Valorar en cada caso la necesidad de realizar las actividades en forma presencial.

### Referencias

Recomendaciones de buenas prácticas sanitarias para el reintegro de la actividad laboral en organismos públicos contexto pandemia covid-19(MSP,2020)

Disponible en:

[https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/sites/ministerio-salud-publica/files/documentos/noticias/MSP\\_REINTEGRO\\_ACTIVIDAD\\_LABORAL\\_ORGANISMOS\\_PUBLICOS.pdf](https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/sites/ministerio-salud-publica/files/documentos/noticias/MSP_REINTEGRO_ACTIVIDAD_LABORAL_ORGANISMOS_PUBLICOS.pdf)

Instituto Pasteur, Monitor COVID-19 disponible en:

<http://pasteur.uy/monitor-covid-19/informacion.html>

Protocolo general para la realización de actividades en los edificios universitarios- Udelar-CDC 2020 Dist. 294.20

Guía de medidas de protección Para extensionistas del proyecto Ganadería y Clima durante las visitas a predios participantes. (2020) Ministerio de Ganadería Agricultura y Pesca, F. Agronomía, Instituto Nacional de Investigación Agrícola, Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura FAO, Global Environment Facility.