

## Prevención y manejo de enfermedades

Oficina Responsable / Office Responsible:	
Fecha de Actualización / Date Document was last updated:	Marzo 2020

## **POLÍTICA INSTITUCIONAL PARA LA PREVENCIÓN Y PROTOCOLO DE ENFERMEDADES**

### **Introducción**

Neo Esthetique European Institute quisiera aprovechar esta oportunidad para expresar nuestra más sincera preocupación por el brote actual del coronavirus (COVID-19). También estaremos trabajando con varias iniciativas de orientación con el fin de educar a nuestra población.

### **Propósito**

Dado a los riesgos para la salud que presenta este y otros virus hemos preparado esta guía de recomendaciones con el propósito de tomar las precauciones necesarias para prevenir el contagio o la propagación del virus y el protocolo a seguir en el caso que se detecte algún caso de COVID-19 en nuestra población.

### **Alcance**

Esta política aplica a todo el personal docente, administrativo y los estudiantes.

## **POLÍTICA DE PREVENCIÓN**

A continuación, se presentan los consejos mas importantes para mantenerse saludable y como puede ayudar a minimizar la propagación de enfermedades.

Precauciones recomendadas:

#### **1. Evitar Contacto Cercano**

- Evite el contacto con personas que están enfermas.
- Si usted está enfermo, manténgase alejado de los demás para evitar que se enfermen también.
- Evite el apretón de mano o el beso en la mejilla; use un golpe de puño, bajar la cabeza, el codo, etc.

#### **2. Quédese en su casa cuando esté enfermo**

- Si es posible, quédese en su casa lejos del trabajo o escuela cuando este enfermo. Esto ayudará a prevenir la propagación de su enfermedad a otros.

## POLÍTICA DE PREVENCIÓN (continuación)

### 3. Cúbrete la boca y la nariz

- Cubra su boca y nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude. Si no tiene un pañuelo, use el codo. La gripe y otras enfermedades respiratorias graves se transmiten por tos, estornudo o manos sucias.

### 4. Lávate las manos

- Lavarse las manos con frecuencia ayudará a protegerlo de los gérmenes. Oriéntese sobre como lavarse las manos correctamente (durante 10-20 segundos). Si no hay agua y jabón disponibles, use desinfectante para manos a base de alcohol.

### 5. Evite tocar sus ojos, nariz o boca

- Los gérmenes a menudo se propagan cuando una persona toca algo contaminado con gérmenes y luego se toca los ojos, la nariz o la boca.
- Use mascararas desechables para evitar tocarse la nariz y/o la boca.

### 6. Evite las multitudes

- Evite los lugares con multitudes, especialmente en espacios mal ventilados. Su riesgo de exposición a virus respiratorios puede aumentar en entornos cerrados y con poca circulación de aire, si hay personas en la multitud que estén enfermas.

### 7. Practique otros buenos hábitos de salud

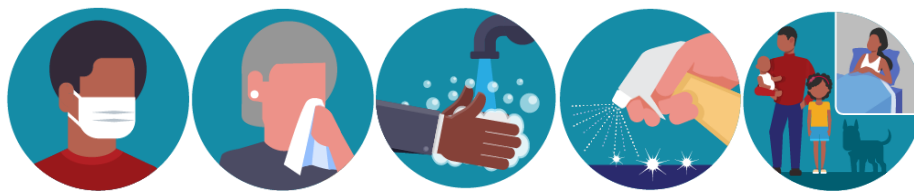
- Limpie y desinfecte las superficies que se tocan con frecuencia en el hogar, lugar de trabajo o estudio especialmente cuando alguien está enfermo.
- Duerma lo suficiente, haga actividad física, controle el estrés, beba mucho líquido, coma alimentos nutritivos y tome vitaminas.
- Abra las puertas con el puño (mano cerrada) o la cadera en los lugares públicos.
- Compre desinfectantes y manténgalos accesibles para ser utilizados cuando toque objetos que puedan estar contaminados (ej: cuando eche gasolina, etc.).

### 8. Manténgase informado y atento

- Le exhortamos a estar atentos y verificar periódicamente las advertencias relevantes actualizadas a medida que la situación y los acontecimientos evolucionen.

### 9. Mantenga la calma

- Aumentar los niveles de estrés y ansiedad puede aumentar la susceptibilidad a la enfermedad.



## **PROTOCOLO PARA SEGUIR SI SE DETECTA UN CASO EN NUESTRA POBLACIÓN INSTITUCIONAL**

Si cree que ha estado expuesto al COVID-19 y/o desarrolla fiebre, tiene síntomas de enfermedades respiratorias (tos o dificultad para respirar) llame a su proveedor de atención médica de inmediato. Llame al 911 si tiene una emergencia médica, notifique al personal de despacho que tiene o está siendo evaluado por COVID-19. Si es posible, póngase una mascarilla antes de que lleguen los servicios médicos de emergencia.

Si siente los síntomas mientras se encuentra en nuestras facilidades, notifíquelo de inmediato y manténgase aislado o alejado de otras personas en lo que puede recibir la atención necesaria. De presentar cualquier síntoma fuera de la institución, favor de notificarlo y no presentarse a las facilidades para prevenir el contagio a sus compañeros.

Puede tomar un permiso de ausencia o tomar clases a distancia en el caso de que se sienta enfermo o este contagiado.

Quédese en casa excepto para recibir atención médica. Las personas que están levemente enfermas con COVID-19 pueden aislarse en su casa durante su enfermedad. Debe restringir las actividades fuera de su hogar, excepto para obtener atención médica. Evite las áreas públicas: no vaya al trabajo, la escuela o las áreas públicas. Evite usar el transporte público, el transporte compartido o los taxis.

Llame con anticipación: si tiene una cita médica, llame al proveedor de atención médica y dígame que tiene o puede tener COVID-19. Esto ayudará a que el consultorio de atención médica tome medidas para evitar que otras personas se infecten o se expongan.

Separarse de otras personas y animales, manténgase alejado de los demás: tanto como sea posible, debe permanecer en una habitación específica y lejos de otras. Además, debe usar un baño separado, si está disponible. Aunque no ha habido informes de mascotas u otros animales que se enfermen con COVID-19, aún se recomienda que las personas enfermas con COVID-19 limiten el contacto con los animales hasta que se sepa más información sobre el virus. Cuando sea posible, haga que otro miembro de su hogar cuide a sus animales mientras esté enfermo.

Siga todas las recomendaciones anteriores de prevención para evitar contagiar a otras personas.

### **Referencia**

Estamos aplicando el consejo de las autoridades de salud pública, dándole prioridad a la salud y la seguridad de todos.

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/steps-when-sick.html>

<https://www.ed.gov/coronavirus>

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>