



UNIVERSIDAD  
**CUAUHTÉMOC**



# LINEMIENTOS PARA RETORNO A ESPACIOS PRÁCTICOS CONTINGENCIA COVID-19

**-ODONTOLOGÍA Y FISIOTERAPIA-**

**UNIVERSIDAD CUAUHTÉMOC PLANTEL QUERÉTARO**

# **«INTRODUCCIÓN Y LINEAMIENTOS»**

RETORNO CONTINGENCIA COVID-19

**MÓDULO 1**



# COMITÉ DE BIOSEGURIDAD, CONTINGENCIA **POR COVID-19** EN LA ESCUELA DE ODONTOLOGÍA

L. O. E. C. AGUSTÍN GUILLERMO DE LA ISLA ESPINOZA.  
DIRECTOR DE LA ESCUELA DE ODONTOLOGÍA.

L. O. E. E. BLANCA ISABEL ORTEGA HERNÁNDEZ.  
COORDINADORA DE CLÍNICAS.

C. D. E. O. ELVIRA JAZMÍN ESQUIVEL JUÁREZ.  
COORDINADORA DE IMAGENOLOGÍA.

L. O. JUAN JAVIER VILLALOBOS HERNÁNDEZ.  
JEFE DE CLÍNICAS.

L. O. PRISCILLA HERNÁNDEZ CORONA.  
COORDINADORA DE DIPLOMADOS.

L. O. E. O. MARÍA GUADALUPE JIMÉNEZ DÍAZ.  
COORDINADORA DE UNIDAD DENTAL MÓVIL.

## OBJETIVO

El propósito es establecer procedimientos **para disminuir el riesgo de contagio por SARS-CoV-2**, basado en evidencia científica disponible hasta el momento sobre el **COVID-19**, conocimientos y recomendaciones de odontólogos, médicos, académicos de diferentes universidades y asociaciones de salud, así como autoridades gubernamentales.



# CAPACITACIÓN

Difundir información acerca de la enfermedad COVID-19, mecanismo de transmisión, promover la importancia de los cuidados hacia las demás personas y para uno mismo, adecuarnos a la nueva normalidad.

**¡Todos debemos contar con el material necesario para la protección personal!**



**Procedimientos de protección durante su estancia en las instalaciones.**



**Autocuidarse (limpieza y desinfección constante).**



## RESPONSABLES

- **La responsabilidad es compartida**

Entre todos los miembros de la comunidad universitaria (estudiantes, profesores, trabajadores, pacientes y visitantes).

- **La violación o incumplimiento del Manual de Bioseguridad**

De la Universidad Cuauhtémoc Plantel Querétaro, Contingencia COVID-19, se hará acreedor a una o varias sanciones, según lo dictaminen:

- **El Comité de Bioseguridad de la Escuela de Odontología.**
- **El Comité de Seguridad e Higiene.**
- **El Comité de Honor y Justicia de la UCQ.**



# INTRODUCCIÓN

Los coronavirus (CoV) son una familia de virus que pueden causar diversas afecciones en el sistema respiratorio, existen:

Coronavirus de baja patogenicidad

- **HCoV-229E**
- **HCoV-NL63**
- **HCoV-OC43**

Coronavirus de alta patogenicidad

- **SARS- CoV**
- **MERS- CoV**
- **SARS-CoV-2** (produce la enfermedad COVID-19)



# INTRODUCCIÓN

**COVID-19** es enfermedad infecciosa que se transmite por:

- **Contacto directo mano/mucosas** (oral, nasal, ocular) con otra persona que esté infectada por el virus.

- **Gotas respiratorias** (gotitas de flügge) a través de tos y estornudo (hasta 2 metros).

\* También si estas gotas caen sobre objetos y/o superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas puedan tocar estos objetos o superficies y luego tocarse los ojos, nariz o la boca.

- **Micropartículas** a través del habla y suspensión en el aire por algunas horas.

- Probable **vía oro-fecal.**



# INTRODUCCIÓN

- El **periodo de incubación** promedio es de **5-6 días**, sin embargo, hay casos con oscilación de entre **2-14 días**.
- De su patogenia se sabe que cada fase dura aproximadamente 1 semana, donde la carga viral es mucho mayor en la primera semana. En casos más graves a partir de los 7-10 días puede aparecer la neumonía viral y en pocos casos desencadena una respuesta inflamatoria masiva y fallo respiratorio.



## SIGNOS Y SÍNTOMAS

### ● COMUNES

### ● GRAVES

### ● DE EVOLUCIÓN RÁPIDA

## COMUNES

- **Fiebre** (escalofríos).
- **Cefalea** (dolor de cabeza).

- **Tos seca**
- **Odinofagia** (dolor al tragar o ardor de garganta).

- **Artralgias** (dolor de articulaciones).
- **Mialgias** (dolor muscular, dolor de cuerpo).

- **Conjuntivitis** (ojos irritados, enrojecidos o llorosos).

- **Rinorrea** (flujo nasal o congestión nasal).
- **Anosmia** (pérdida del olfato y del gusto).
- **Náuseas o vómito.**
- **Pérdida del apetito.**



## GRAVES



- **DISNEA** (dificultad para respirar o falta de aire).
- **DOLOR U OPRESIÓN EN EL PECHO.**



- **HEMOPTISIS** (expectoración de sangre proveniente de los pulmones o bronquios).



- **DISMINUCIÓN DEL ESTADO DE ALERTA O CONFUSIÓN.**



- **DIARREA** (con más de 5 evacuaciones al día).



- **SOMNOLENCIA - DELIRIUM** (inatención, fluctuación del estado mental).



- **CIANOSIS** (cambio de coloración a azul o morado en labios o cara).

## DE EVOLUCIÓN RÁPIDA



- Choque séptico.

- Neumonía.  
- Síndrome de insuficiencia respiratoria aguda.

- Insuficiencia renal.  
- Falla orgánica múltiple

- Muerte

(especialmente en adultos mayores o personas con comorbilidades).

# SIGNOS Y SÍNTOMAS

## SIGNOS Y SÍNTOMAS LEVES O COMUNES

- Tos seca.
- Fiebre (escalofríos).
- Cefalea (**dolor de cabeza**).  
En menores de 5 años de edad, la irritabilidad puede sustituir al dolor de cabeza.
- Dolor de garganta.
- Dolor abdominal.
- Artralgias (**dolor de articulaciones**).
- Mialgias (**dolor muscular, dolor de cuerpo**).
- Odinofagia (**dolor al tragar o ardor de garganta**).
- Astenia (**fatiga o cansancio**).
- Rinorrea (**flujo nasal o congestión nasal**).
- Diarrea con menos de 5 evacuaciones diarias.
- Conjuntivitis (**ojos irritados, enrojecidos o llorosos**).
- Pérdida del apetito.
- Anosmia (**pérdida del olfato y del gusto**).
- Náuseas o vómito.
- Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies.

## SIGNOS Y SÍNTOMAS GRAVES

- Disnea (**dificultad para respirar o falta de aire**).
- Dolor u opresión en el pecho.
- Diarrea con más de 5 evacuaciones al día.
- Hemoptisis (**expectoración de sangre proveniente de los pulmones o los bronquios**).
- Disminución del estado de alerta o confusión.
- Cianosis (**cambio de coloración a azul o morado en labios o cara**).
- Somnolencia.
- Delirium (**inatención, fluctuación del estado mental**).

## PUEDE EVOLUCIONAR RÁPIDAMENTE

- Neumonía.
- **Síndrome de insuficiencia respiratoria aguda.**
- Choque séptico.
- Insuficiencia renal.
- **Falla orgánica múltiple.**
- **Muerte, especialmente en adultos mayores o con comorbilidades.**

# INTRODUCCIÓN

De acuerdo al documento emitido por el Gobierno de México “**Criterios para las poblaciones en situación de vulnerabilidad que pueden desarrollar una complicación o morir** por COVID-19 en la reapertura de actividades económicas en los centros de trabajo”:

- Infantes **menores de 05 años.**
- Personas adultas **mayores de 60 años.**
- Personas con **enfermedades crónicas** (cardiorrespiratorias, diabetes mellitus descontrolada, hipertensión arterial sistémica (HAS) descontrolada, obesidad mórbida (IMC  $\geq$  40kg/m<sup>2</sup>), enfermedad renal crónica.
  - Enfermedad cardiovascular o cerebrovascular.



# INTRODUCCIÓN

- Personas con **inmunosupresión** (cáncer, VIH, trasplante de órganos, mujeres en tratamientos de fertilidad, entre otros).
- **Asma moderada.**
- **Fumadores crónicos** (EPOC-Enfermedad pulmonar obstructiva crónica).
- **Mujeres embarazadas** (se consideraran igual que en la influenza).
- **Lactancia materna** (durante la incapacidad por maternidad).
- **Combinaciones de comorbilidades.**



# ¿CUÁNTO DURA EL CORONAVIRUS EN LOS OBJETOS?

Mantenga limpias las superficies de su lugar de **trabajo** y en su hogar.

La estabilidad del **SARS-CoV-2** depende de factores como la **temperatura, humedad, estado del material y carga viral.**

## HORAS

Aerosoles

3 horas

Cobre

4 horas

Aluminio

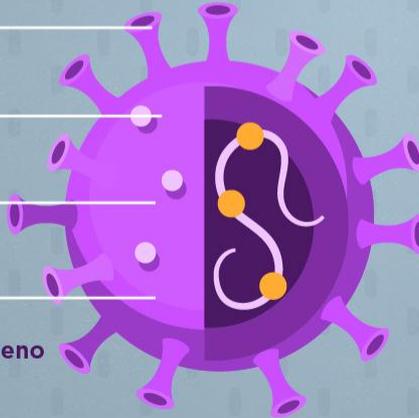
2-8 horas

Guantes quirúrgicos

8 horas

Material de polipropileno

16 horas.



## DÍAS



Ropa

1 día



Cartón

1 día



Acero



Cristal o vidrio



Madera



Billetes / papel moneda



Papel



Plástico

4 días

5 días

## RECOMENDACIONES

- Se recomienda medirse la **temperatura** antes de salir de casa, si **excede a 37.3 °C no asistir a la UCQ**, notificarlo al personal correspondiente, jefe de su área y/o comité correspondiente.
- Usar **calzado impermeables** a los fluidos, que puedan ser fácilmente descontaminados.
- Mantener la sana distancia o **distanciamiento social de 1.8 metros**.
- No saludar de mano, no abrazos, ni besos (**saludo alternativo**).

**Uñas cortas y sin esmalte.**



## LINEAMIENTOS GENERALES

- **Desinfectar periódicamente los accesorios personales como el teléfono celular.**
- **No favorecer las multitudes,** empleo de careta, uso de cubrebocas o mascarilla sin filtro.
- Respetar el tránsito o **desplazamiento designado** por la universidad.
- Al hacer uso de los ascensores emplear correctamente el cubrebocas o mascarilla y evitar el contacto directo con botones.



## LINEAMIENTOS GENERALES

- **No tocarse la cara** (nariz, boca y ojos) con las manos sucias o contaminadas.
- **Modificación de hábitos** (no compartir alimentos, evitar encuentros cara a cara).
- **Respetar los horarios alternados para baños y actividades** cotidianas para reducir el contacto entre personas.



# EVITAR ESPARCIR EL VIRUS SARS-COV-2.



**Evite escupir**



**Estornudar y toser  
cubriéndose con el antebrazo**  
(región anterior del codo)  
**o pañuelo desechable**



**Evite tocarse  
los ojos, nariz y boca.**

## LINEAMIENTOS GENERALES

- **Estornudo de etiqueta** (ángulo interno del brazo) o emplear un pañuelo desechable (meterlo en una bolsa de plástico, atar, tirar a la basura y lavarse las manos manteniendo este orden).
- **No escupir.**
- **Cambio de ropa** según su puesto de trabajo.  
Ejemplo: cambiar ropa de calle por uniforme institucional al inicio y final de la jornada.



## LINEAMIENTOS GENERALES

- **Desinfectar** en cada cambio de turno el área de trabajo.
- **Lavado frecuente y correcto de manos** con agua y jabón, finalizando con alcohol en gel al 70%.
- Mantener las **áreas de trabajo ventiladas** de manera natural y permitir la entrada de luz solar.
- **Evitar el consumo de alimentos, bebidas, dulces, frituras y gomas de mascar** al interior de las oficinas, áreas administrativas, bodegas, aulas, laboratorios y espacios clínicos.



1

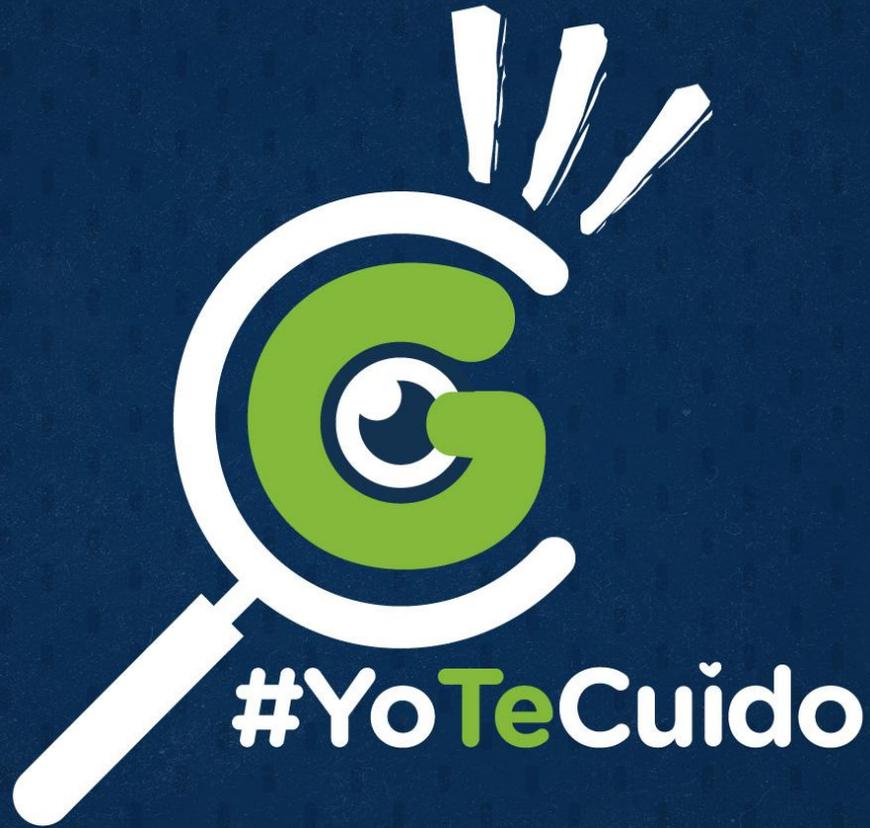
## CONTROL DE INGRESO Y EGRESO

El personal de vigilancia y servicio médico es el primer filtro de supervisión.

**Acatar las indicaciones de los módulos de supervisión**, en la entrada de cada inmueble o en cada punto de acceso a la universidad puede haber uno.

- Recorrido a cargo de los guerreros vigilantes.





#YoTeCuido

## 2

# CONTROL DE INGRESO Y EGRESO

- **Bitácora de registro de entrada y salida** (*fecha y hora de entrada, nombre completo, empresa o área laboral*). La universidad ya cuenta con los registros de números telefónicos de contacto y correos electrónicos de cada miembro Cuauhtémoc (alumno, docente y personal administrativo).
- Comunidad UCQ: registro de entrada y salida empleando la credencial institucional.



### 3

## CONTROL DE INGRESO Y EGRESO

- **No podrán ingresar a las instalaciones personas con signos de enfermedad respiratoria** (tos, flujo nasal o dificultad para respirar), la persona involucrada debe respetar el **aislamiento voluntario para disminuir el riesgo de contagio.**
- **Si se detecta algún caso con fiebre y síntomas respiratorios,** se debe **remitir a su unidad clínica** como derechohabiente o al servicio **médico más cercano,** la remisión al servicio médico institucional será para primeros auxilios.



**Servicio  
Médico**



# 4

## CONTROL DE INGRESO Y EGRESO

- **Tapete sanitizante** en la entrada, humedecer por completo la suela del calzado y crear fricción por cuatro segundos.
- **Toma de la temperatura**, no mayor a 37.3 °C, el termómetro puede ser digital, infrarrojo o tiras plásticas.

### PREVENCIÓN

Uso de tapete sanitizante, aplicación de alcohol en gel al 70%, toma de temperatura.



Desinfecte su calzado al entrar y salir del área

.....



No pase sin control de temperatura



5

**CONTROL  
DE INGRESO  
Y EGRESO**

- **Verificar el uso adecuado de cubrebocas o mascarilla sin válvula.**
- **Alcohol en gel al 70% para las manos.**



# 6

## CONTROL DE INGRESO Y EGRESO

- **Solución clorada para mantener limpio y desinfectado.**
- **Bote de basura** grande con tapa dura para los desechos.
- Para entrar deben llenar **cuestionarios de detección de signos y síntomas.**
- Brindar **información sobre las medidas de mitigación del COVID-19** y ubicación del **servicio médico.**





UNIVERSIDAD  
**CUAUHTÉMOC**