



**Documento:**  
**CONCIENTIZACIÓN, PREVENCIÓN Y**  
**CONTENCIÓN DEL COVID-19 EN**  
**NUESTRA UNIVERSIDAD**

**Bolivia – 2020**

**“CONCIENTIZACIÓN, PREVENCIÓN Y CONTENCIÓN DEL COVID-19 EN NUESTRA  
UNIVERSIDAD”  
CARRERA DE TECNOLOGÍA MÉDICA**

**Objetivo:** Concientizar a los estudiantes, docentes y administrativos en acciones correspondientes para la prevención y contención de la situación sanitaria de la Universidad y las medidas adoptadas por el Gobierno Nacional.

**Contenido:** Respuesta de la Universidad ante la pandemia del COVID-19 – Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus – Medidas de protección para todas las personas – Recomendaciones.

**Coordinación y Revisión:**

Dr. Juan Carlos Medrano Barreda

Director de la Carrera de Tecnología Médica de la UMSA

**Autores:**

Dr. Juan Carlos Barrantes Costas

Dr. Germán Choque Carrillo

Dra. Silvia Eugenia Mita Kille

## **Contenido**

<b>Concientización, prevención y contención del COVID-19 en Nuestra Universidad .....</b>	<b>4</b>
I. Introducción .....	4
II. Antecedentes .....	4
III. Respuesta de la Universidad ante la pandemia del COVID-19 .....	5
IV. Objetivo .....	5
V. Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19).....	5
VI. Medidas de protección para todas las personas.....	6
VII. Recomendaciones .....	8
VIII. Bibliografía .....	8

# **Concientización, prevención y contención del COVID-19 en Nuestra Universidad**

## **I. Introducción**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha evaluado que el COVID-19 (coronavirus) es una pandemia y que el virus se ha propagado ya en muchos países y territorios. Mientras el COVID-19 se siga propagando, es importante que las comunidades tomen medidas para prevenir una mayor transmisión, reducir los efectos del brote y promover medidas de control.

La protección de los niños, adolescentes y de los centros educativos es especialmente importante. Es necesario tomar precauciones para prevenir la potencial propagación del COVID-19 en los entornos académicos. Sin embargo, hay que tener cuidado y evitar estigmatizar a los estudiantes y a los miembros del personal que hayan podido estar expuestos al virus. El COVID-19 no entiende de fronteras, etnias, condiciones de discapacidad, edad o género.

Nuestra casa superior de estudios no está exenta a esta realidad a nivel mundial y cumple lo establecido por el Gobierno acatando la cuarentena.

El propósito de este documento es proporcionar directrices claras y prácticas para garantizar la seguridad de las operaciones a través de la prevención, la detección temprana y el control del COVID-19 en nuestra querida Facultad de Medicina. Si se actúa adecuadamente será posible promover la salud pública.

## **II. Antecedentes**

En diciembre de 2019, la provincia de Hubei en Wuhan, China, se convirtió en el epicentro de un brote de neumonía de causa desconocida, desde entonces, y con inusitada rapidez, se ha difundido por el mundo lo que ahora se conoce como la pandemia de COVID-19.

En Bolivia el primer caso se reportó el 10 de marzo de 2020, a partir de ese momento la enfermedad se propaga por diferentes regiones del país, situación que obligó al gobierno declarar un estado de emergencia sanitaria desde el 22 de marzo hasta el 15 de abril (con una ampliación hasta el 30 de abril).

Las medidas incluidas en dicha declaratoria están relacionadas con: el cierre de los centros educativos, la prohibición de concentraciones de personas, la restricción en la deambulaci3n, el cierre total de fronteras, la prohibici3n de la circulaci3n de veh3culos p3blicos y privados.

En la actualidad el n3mero de casos en Bolivia sigue en ascenso, registr3ndose hasta el 26 de abril de 2020 un n3mero de 866.

Así mismo según estimaciones del Comité Operativo de Emergencias de la Universidad Mayor de San Andrés (COE-UMSA) el número básico de reproducción de la infección (también llamado ritmo básico de reproducción, ratio reproductiva básica o  $r_0$ ) al 20 de abril de 2020 era de 1,32, lo cual establece que la infección puede aún propagarse situación que no permite aun levantar las medidas de confinamiento social.

### **III. Respuesta de la Universidad ante la pandemia del COVID 19**

En el marco del D.S. N° 4199, en fecha 27 de marzo del presente el Comité Ejecutivo del Honorable Consejo Universitario emite la Resolución No. 001/2020 mediante el cual acata y apoya la cuarentena total dictada por el Gobierno Nacional y así mismo autoriza el desarrollo de la formación a distancia.

### **IV. Objetivo**

Concientizar a los estudiantes, docentes y administrativos en acciones correspondientes para la prevención y contención de la situación sanitaria de la Universidad y las medidas adoptadas por el Gobierno Nacional.

### **V. Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19)**

#### **¿Qué es un coronavirus?**

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19.

#### **¿Qué es la COVID-19?**

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

#### **¿Cuáles son los síntomas y signos de la COVID-19?**

Los síntomas y signos más comunes de la COVID-19 son fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden presentar dolores, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea, pérdida del olfato y del gusto. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas se infectan pero no desarrollan ningún síntoma y no se encuentran mal. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar

ningún tratamiento especial. Alrededor de 1 de cada 6 personas que contraen la COVID-19 desarrolla una enfermedad grave y tiene dificultad para respirar. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave. En torno al 2% de las personas que han contraído la enfermedad han muerto. Las personas que tengan la clínica descrita líneas arriba deben buscar atención médica.

### **¿Cómo se propaga la COVID-19?**

Una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala. Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si inhalan las gotículas que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1 metro (3 pies) de distancia de una persona que se encuentre enferma.

La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre las formas de propagación de la COVID-19 y seguirá informando sobre los resultados actualizados.

### **¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con una persona que no presente ningún síntoma?**

El riesgo de contraer la COVID-19 de alguien que no presente ningún síntoma es bajo. Sin embargo, muchas personas que contraen la COVID-19 solo presentan síntomas leves. Esto es particularmente cierto en las primeras etapas de la enfermedad. Por lo tanto, **es posible contagiarse de alguien que, por ejemplo, solamente tenga una tos leve y no se sienta enfermo.**

## **VI. Medidas de protección para todas las personas**

Manténgase al día de la información más reciente sobre el brote de COVID-19, a la que puede acceder en el sitio web de la OMS y a través de las autoridades de salud pública pertinentes a nivel nacional y local. La mayoría de las personas que se infectan padecen una enfermedad leve y se recuperan, pero en otros casos puede ser más grave. Cuide su salud y proteja a los demás a través **de las siguientes medidas:**

- **Lávese las manos a fondo y con frecuencia** *usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.*

**¿Por qué?** Lavarse las manos con agua y jabón o usando un desinfectante a base de alcohol mata los virus que pueda haber en sus manos.

- **Mantenga una distancia mínima de 1 metro** entre usted y cualquier persona que tosa o estornude.

**¿Por qué?** Cuando alguien tose o estornuda, despiden por la nariz o por la boca unas gotículas de líquido que pueden contener el virus. Si está demasiado cerca, puede respirar las gotículas y con ellas el virus de la COVID-19, si la persona que tose tiene la enfermedad.

- **Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca**

**¿Por qué?** Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus. Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca. Desde allí, el virus puede entrar en su cuerpo y causar la enfermedad.

- Tanto usted como las personas que les rodean deben asegurarse de mantener **una buena higiene de las vías respiratorias**. Eso significa cubrirse la boca y la nariz con el codo doblado o con un pañuelo de papel al toser o estornudar. El pañuelo usado debe desecharse de inmediato.

**¿Por qué?** Los virus se propagan a través de las gotículas. Al mantener una buena higiene respiratoria está protegiendo a las personas que le rodean de virus como los del resfriado, la gripe y la COVID-19.

- **Permanezca en casa si no se encuentra bien**. Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica y llame con antelación. Siga las instrucciones de las autoridades sanitarias locales.

**¿Por qué?** Las autoridades nacionales y locales dispondrán de la información más actualizada sobre la situación en su zona. Esto también le protegerá a usted y ayudará a prevenir la propagación de virus y otras infecciones.

- **Si está usted sano**, solo necesita estar con barbijo si usted está cerca de alguien en quien se sospeche la infección por el COVID-19. Lleve también barbijo si tiene tos o estornudos. La OMS recomienda el barbijo N95, ya que evita el paso de pequeñas partículas.

**¿Por qué?** Los barbijos solo son eficaces si se combinan con el lavado frecuente de manos con una solución hidroalcohólica o con agua y jabón. Si necesita estar con barbijo aprenda a usarla y eliminarla correctamente.

**Para quitarse el barbijo: quítesela por detrás (no toque la parte delantera del barbijo); deséchela inmediatamente en un recipiente cerrado; y lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.**

- **Los guantes pueden ser perjudiciales**, sino se toma los resguardos necesarios para su utilización

**¿Por qué?** Si bien la persona protege sus manos, suele pasar que con los guantes puestos, pensamos que estamos protegidos y sin darnos cuenta nos tocamos la cara y así podría pasar el virus, entonces no debemos tocarnos la cara cuando estemos utilizando los guantes.

- **Usar lentes de protección cuando estén en contacto directo con persona**, es muy importante aplicar todas las medidas preventivas que puedan ser útiles para evitar el contagio.

**¿Por qué?** En los ojos se encuentran el conducto lagrimal que es una de las principales vías de entrada del COVID-19, en nuestro organismo, de ahí la insistencia de las autoridades sanitarias para que evitemos tocarnos la cara y para que nos lavemos las manos con regularidad.

## **VII. Recomendaciones**

Las instituciones académicas son un lugar de mucha congruencia de personas, es así que en nuestra universidad es importante que se evite los contactos con otras personas y evitar la propagación.

Hasta la fecha, no hay ninguna vacuna ni medicamento antiviral específico para prevenir o tratar la COVID-2019, hasta el desarrollo de la misma es importante evitar su propagación. Sin embargo, los afectados deben recibir atención de salud para aliviar los síntomas.

Las formas más eficaces de protegerse a uno mismo y a los demás frente a la COVID-19 son: lavarse las manos con frecuencia, cubrirse la boca con el codo o con un pañuelo de papel al toser y mantener una distancia de al menos 1 metro.

Es muy importante el hecho que podamos asimilar la situación actual en la parte académica y se continúe con el proceso de enseñanza aprendizaje utilizando las herramientas digitales e ingresar a la educación virtual

Así mismo recomendamos a la comunidad estudiantil tomar conciencia sobre la situación que se vive; que al tener contacto con otras personas podríamos contagiarnos y así repercutir de inmediato a nivel personal, familiar y social.

## **VIII. Bibliografía**

### **Enlaces para obtener más información**

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>

<https://www.unicef.org/es/informes/mensajes-y-acciones-clave-para-prevencion-y-control-covid-19-en-escuelas>

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>