

Just. bienestar sin límites



PROTOCOLO DE PROCEDIMIENTO PARA COVID-19

DURANTE LA JORNADA

Mi nombre es Marianela Gerez, soy médica con una larga trayectoria y estoy a cargo del siguiente protocolo que tiene un sentido puramente práctico, y será redactado de manera clara para que concluyamos en la necesidad de respetarlo y así mantener el fin de la empresa que es cuidarlos en este primer encuentro luego de tanto tiempo.

Como todos sabemos, el 20 de marzo de 2020 la Organización Mundial para la Salud (OMS) declaró Pandemia por un nuevo coronavirus, SARS-CoV-2, que fue descubierto recientemente y causa la enfermedad por coronavirus COVID-19. Entendemos por pandemia a una epidemia que se propaga a escala mundial.

¿Cómo se transmite?

Este es el punto más importante para cuidarnos y evitar la enfermedad y su propagación. Se transmite de una persona a otra a través de las gotas que son despedidas por nariz y boca cuando tosemos, estornudamos o hablamos. De esto se desprende la importancia de las medidas de precaución que debemos mantener de manera continua y que recordaremos más adelante.

¿Por qué debemos cuidarnos?

El virus SARS-CoV-2 cuando nos enferma, si bien en la mayoría de los casos suele ser asintomático o con escasos síntomas, puede producir infecciones respiratorias con posibilidades de evolución a formas graves o muerte del paciente.

¿Por qué es importante vacunarnos?

Las vacunas que se encuentran hoy en el mercado y que fueron aprobadas por diferentes sociedades científicas, no evitan la infección, pero previenen sus expresiones graves o la muerte. Vacunarse nos protege a todos y es por este motivo que exigimos la aplicación de por lo menos una dosis para poder participar de la junta y que sea con un tiempo mínimo ideal de 21 días. Claramente la situación más segura es el plan de vacunación completo.

Sabemos que respecto a este tema se ha desencadenado una serie de controversias y lamentablemente, generaron en algunas personas dudas al



respecto. Pero debemos confiar ya que son científicos, especialistas en virología, que han trabajado incansablemente y con reconocimiento mundial.

¿Qué es el período de incubación y cuánto dura?

El período de incubación es el tiempo que transcurre entre la infección por el virus y la aparición de los síntomas de la enfermedad. Actualmente sabemos que oscila entre 1 y 14 días, con un promedio de 6 días. Por esta razón el tiempo de aislamiento es de 14 días.

¿Cuáles son los síntomas?

Sin bien dijimos que en una gran cantidad de casos se presenta la infección de manera asintomática, pueden aparecer:

- Fiebre de 37.5°C
- Tos
- Dolor de garganta
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Pérdida brusca del gusto (agnosia)
- Pérdida brusca del olfato (anosmia)
- Síntomas gastrointestinales como náuseas, vómitos y/o diarrea

Importante: Si algún participante tiene 2 o más de los síntomas descritos, o bien sólo pérdida brusca del olfato o gusto, deberá comunicarse con los organizadores del evento. Inmediatamente se disparará ante un caso sospechoso de COVID-19 el mismo protocolo que para el caso con test de antígeno que mencione una infección actual.

¿Cómo reducimos la posibilidad de contraer la infección durante la junta?

Desde el momento en que estarán bajo el cuidado de la empresa debemos:

- Mantener el distanciamiento social de 2 metros. Para ello deben respetar las indicaciones de los organizadores, personal del hotel y durante los traslados. La posibilidad de aglomerarse durante registros, desayuno, almuerzo, cena, traslados, etc. no debe existir. Entendemos que durante la junta surgirán encuentros entre personas que se tienen cariño/respeto y que deseen saludar afectuosamente. Lamentablemente estará prohibido todo tipo de contacto físico donde se viole el distanciamiento social. Esto significa abrazos, besos, darse la mano, etc.
- Formación de burbujas que no deben mezclarse. Ingresarán al hotel a su llegada y no se podrá salir de sus instalaciones hasta finalizada la

Just. bienestar sin límites



jornada el día jueves 23 de septiembre. Este punto es de gran importancia y pedimos concientización de los riesgos que se generaría si así no fuese. Dentro de las instalaciones contarán con todo lo necesario, caso contrario se lo harán saber a los organizadores, pero bajo ningún concepto les rogamos que rompan con las burbujas. Obviamente que es para el cuidado de todos.

- Uso de barbijo. La empresa proveerá de barbijos descartables que deben estar colocados correctamente, esto es cubriendo desde el mentón boca y nariz, ajustándose a la cara. Es importante, en aquellos barbijos que poseen un pequeño alambre para amoldar al dorso de la nariz, que lo hagan y de esa manera estarán más protegidos aún.

Están programados recambios de barbijos descartables que no son opcionales, son necesarios para el cuidado de cada uno de ustedes. Su colocación debe ser correcta, pero también debe permitirles respirar sin dificultad. Antes del recambio de barbijo deben higienizarse las manos. El retiro del barbijo anterior deberá ser tomándolo de los elásticos detrás de las orejas y no desde la parte que cubre mentón, boca y nariz. Inmediatamente se colocarán el nuevo barbijo. Los barbijos caseros deberán ser lavados por sus dueños, guardados y no se podrán usar hasta luego de la finalización de la jornada.

El uso del barbijo descartable es permanente. Durante los momentos de las comidas y refrigerios, es de gran importancia mantener el distanciamiento y el retiro del barbijo por el menor tiempo posible. Esto sería, "bajarlo" al mentón sin retirarlo por completo al momento de la incorporación de los alimentos o bebidas, e inmediatamente colocarlo durante el tiempo de la masticación y deglución. Sabemos que no es cómodo, pero debemos hacerlo para cuidarnos.

No podemos permitir el hábito del mate en espacios comunes, por más que sea de manera individual. Lo podrán hacer dentro de las habitaciones donde se alojan, sin compartirlo. El motivo de esto es por la frecuencia del tiempo que deben permanecer sin la protección del barbijo. Estamos seguros de que lo sabrán entender.

- Higiene de manos. Mantendremos la higiene lavándolas regularmente con agua y jabón que estarán disponibles en las toillettes de uso general e individual. También contarán con Hand Gel que se entregará de manera individual al momento del ingreso al hotel, así como Loción Antibacterial de Limón distribuidas en lugares estratégicos. Asimismo, el personal de la organización del evento también proveerá de manera permanente ante situaciones puntuales.

Just. bienestar sin límites



Es importante la higiene de manos antes de tocarse la cara, recuerden que también puede ingresar el virus a través de los ojos. Además, deben hacerlo luego de haber estado en contacto con superficies que se usan con frecuencia como mesas, utensilios durante las comidas y refrigerios, sillas, escritorios, las manijas de las puertas, las barandas, los pasamanos, luego de los traslados, antes de la incorporación de bebidas y/o alimentos, etc.

- Higiene de superficies. Solicitamos mantener de manera periódica las superficies de sus efectos personales limpias utilizando sanitizante y/o alcohol en gel. Nos referimos por ejemplo a celulares, carteras, bolsos, anteojos, etc.
- Ventilación del ambiente. Los espacios contarán con ventilación cruzada de manera permanente. Por este motivo les pedimos que no interfieran cerrando las aberturas destinadas a tal fin. De la misma manera durante los traslados.
- Control de temperatura. Se realizará de manera periódica con termómetro infrarrojo que no requiere el contacto físico con las personas, para evitar que sea un vehículo de infección.
- No compartir. Queremos reforzar el concepto de no compartir vasos, utensilios, elementos personales, mate, etc. Está prohibido el cambio de habitación durante la estadía o visitas a otras habitaciones.

Ingreso al hotel

Al momento de la llegada al hotel, los organizadores de la jornada se encargarán de guiarlos de manera permanente y rogamos respetar sus indicaciones. Se mantendrán los cuidados ya descriptos, en especial evitar la violación del distanciamiento social de 2 metros.

Se les tomará la temperatura con termómetro infrarrojo, indicará la higiene de manos, se les hará entrega de Hand Gel, realizará el intercambio de barbijo por el descartable provisto por la empresa y luego personal especializado procederá a la realización del test rápido para COVID-19.

El objetivo que buscamos con este test es descartar una infección aguda por COVID-19. Todas aquellas personas que no estén en esa situación podrán



continuar con el procedimiento de ingreso. Aquella que el test detecte infección actual, disparará el protocolo siguiente.

Protocolo ante caso sospechoso de COVID-19 por síntomas o por detección de antígenos que informen infección actual

Toda persona que sea considerada caso sospechoso por aparición de síntomas tal como fueron descritos, o bien ante presencia de antígenos que informen infección aguda, esto es actual, se deberá:

- Higiene de manos
- Cambio del barbijo de la manera ya descripta
- Deberá higienizarse las manos nuevamente y se pondrá guantes de latex
- Se lo aislará provisoriamente en un lugar a tal fin
- Se comunicarán con la cobertura de salud del paciente e informarán respecto a la situación. Ellos indicarán como se procederá.

En estos casos se considerará contacto estrecho a su compañero/a de habitación y así deberá informarse a su cobertura médica, quien indicará cómo continuará la atención.

Aclaración importante: En el caso de que la persona presente dificultad respiratoria se comunicarán con la cobertura médica del paciente solicitando ambulancia e informarán que se trata de un "código rojo". De la misma manera lo harán al servicio de emergencias del área protegida del hotel. La codificación mencionada significa una emergencia médica que no puede esperar.

Conclusión

Es importante que nos cuidemos y para ello debemos respetar los protocolos descritos. Cada uno de los pasos fueron explicados claramente y se les fundó a los efectos de concientizar respecto a los riesgos posibles.

Les rogamos no se molesten con los organizadores ni personal del hotel o durante los traslados cuando les recuerden o remarquen los cuidados para evitar infecciones. Los que somos personal de salud entendemos que esta situación se alargó más de lo que creíamos, pero les pedimos un poco más de paciencia. Todo tiene como único fin cuidarlos y deseo que así lo interpreten.

Espero haber cumplido con el propósito de la claridad en conceptos y las conductas que debemos mantener. Los invito a que se manejen con información seria, que no los confunda y no los asuste. Fuentes serias son el

Just. bienestar sin límites



Ministerio de Salud de la República Argentina, la Organización Mundial de la Salud o la Organización Panamericana de la Salud.

Es un placer comunicarme con ustedes y aportar, desde mi profesión, para que este encuentro sea fructífero. Les deseo una excelente junta y un buen regreso al final de la misma. Todos mis respetos.

