

*Universidad de Puerto Rico*  
*Recinto Universitario de Mayagüez*  
*Decanato de Artes y Ciencias*



*Informe Anual 2019-2020*

DEPARTAMENTO DE ENFERMERIA

*Sometido por:*  
*Dra. Abigail Matos Pagan*  
*Directora Interina*

---

*20 de agosto de 2020*

**Información General del Decanato y Unidades Adscritas**

*A. Misión y Visión*

- a. Misión y Visión del Decanato o CID*
- b. Misión y Visión de unidades adscritas al Decanato, CID o Rectoría*

*B. Descripción y Funciones*

- a. Descripción y Funciones del Decanato o CID*
- b. Descripción y Funciones de las unidades adscritas al Decanato, CID o Rectoría*

*C. Estructura Organizacional*

- a. Organigrama del Decanato o CID*
- b. Organigramas de las unidades adscritas al Decanato, CID o Rectoría*

*D. Perfil del Decanato y Departamentos*

- a. Programas académicos*
- b. Matrícula subgraduada y graduada por programa académico*
- c. Grados otorgados por programa académico*
- d. Personal docente y no docente*

**Informe de iniciativas, actividades y logros de acuerdo al Plan Estratégico**

- **Resumen Ejecutivo**

El Departamento de Enfermería ha mantenido un programa robusto en el mantenimiento de su gestión académica, desarrollo de competencias profesionales y servicio comunitario, aun en presencia de una reducción sustancial de su presupuesto operacional. El compromiso de su facultad al programa, estudiante, comunidad y profesión se puede constatar en la calidad de la educación y los servicios ofrecidos. El apoyo del Colegio de Artes y Ciencias ha permitido que aun con la reducción de plazas se pueda reclutar personal competente y especializado que abonan al desarrollo del estudiante como Enfermeros Generalistas. Durante este año académico 2019-2020, el Departamento de Enfermería, con su facultad y estudiantes han contribuido en el bienestar de nuestra sociedad ofreciendo cuidados en refugios del área sur, participando en actividades de colección de fondos y recolectando materiales de primera necesidad para estas comunidades. La facultad con estudiantes ofreció vacunaciones masivas para la Influenza, en cada refugio establecido en el área Sur de PR, incluyendo pueblos del área Oeste colaborando con el Departamento de Salud de Puerto Rico. Esta iniciativa no recibió fondos externos para su realización con la excepción de aportaciones del costo de gasolina ofrecido por CONCID (Coalición de Enfermería para Comunidades en Desastres).

Las métricas del Departamento evidencian que durante la pandemia de COVID-19, se lograron múltiples actividades de prevención por los estudiantes y profesores, actividades profesionales de respuesta y peritaje en coordinación con el Departamento de Salud de Puerto Rico, FEMA y el Departamento de Salud Federal. Se desarrollaron protocolos y guías para Poblaciones Vulnerables afectadas por el COVID-19, en coordinación con el Departamento de Salud Pública Federal. A su vez, se está trabajando con dos investigaciones que impactan la salud del estudiante y empleados del Recinto y los hospitales que atienden pacientes de COVID-19. Profesores especialistas en el área de Salud Pública y Desastres ofrecieron su peritaje a organizaciones y agencias gubernamentales, publicas y privadas en la prevención, detección y manejo de COVID19, haciendo que el Departamento de Enfermería participara del heroísmo de profesionales de la salud en servicio a Puerto Rico y la Nación Americana.

- **Misión del Departamento de Enfermería**

Preparar profesionales de Enfermería altamente cualificados que participen de la promoción y mantenimiento de la salud, prevención y manejo de enfermedades, rehabilitación, etapa terminal de la vida en todos los niveles de prestación de servicios a una sociedad diversa y que contribuyan a la política pública del cuidado salud.

Las métricas del Departamento de Enfermería demuestran iniciativas, actividades y logros que apoyan la misión de Decanato de Artes y Ciencias y del Recinto.

- **Institucionalizar una cultura de Planificación Estratégica y Avalúo**

- Se mantuvo la actualización de las métricas departamentales en cuanto a servicio, investigación y educación (Métricas OPIMI 2019-2020)
- El Comité de Evaluación de Departamento realizó todas las evaluaciones de cursos, competencias y resultados esperados, según requerimientos de la Agencia Acreditadora y expectativas de excelencia del Programa.
- Se realizó evaluación curricular para disminuir número de créditos. Se considera flexibilizar el currículo e incluir cursos de educación a distancia
- Se mantienen los resultados esperados de cursos y programa en perspectiva con los diseños de prontuarios y cambios significativos en la prestación de servicios de salud y programas académicos.
- Todos nuestros esfuerzos están dirigidos a la re-acreditación ACEN del Programa en el 2021.

- **Estar a la vanguardia de la educación superior en Puerto Rico garantizando que nuestros alumnos reciben la mejor educación**

- Se hacen reuniones con las agencias afiliadas para determinar las necesidades de patronos con relación a los cambios emergentes de salud
- Se trabaja un Programa curricular moderno, flexible y a tono con los cambios emergentes de salud y educativos. Se comenzará con cambios menores en el currículo durante este próximo año.
- Se desarrollan dos cursos electivos para el servicio multidisciplinario y de interés actual (Geriatría y Manejo de Emergencias y Salud en Desastres)
- Se incorporan actividades de promoción de salud comunitaria en los cursos de maternidad, pediatría, salud mental y psiquiatría.
- Estudiantes de traslado interno (35), recibiendo de Departamentos de Biología (microbiología), Química, Ingeniería, Administración de Empresas, Psicología, Inglés, Artes, Agricultura, Kinesiólogía y Ciencias Sociales. Estos

estudiantes cumplieron con los requisitos establecidos por el Programa y aportan una variedad e intelecto multidisciplinario que abona a los resultados esperados del Programa.

- Completaron el Programa de BSN unos 75 estudiantes en mayo 2020.
  - Se establecieron acuerdos colaborativos con las agencias que proveen experiencias clínicas, Departamento de Educación, Centros de Cuidado Prolongado, Hospitales, AMSCA y Migrant Health.
  - Tuvimos la visita de varias agencias de E.U. en busca de talento profesional para internados y empleos.
  - La compañía Johnson & Johnson se reunió con estudiantes graduandos para ofrecimiento de oportunidades en EU
  - El Departamento de Prisiones Federales, hizo una presentación a los estudiantes graduando ofreciendo oportunidades de empleo en EU.
  - Facultad del Departamento se adiestro en cursos de educación a distancia y desarrollaron alternativas creativas de desarrollo de destrezas clínicas para ofrecer en línea durante el periodo de cierre por Pandemia COVID19.
  - Actualmente trabajan con aplicaciones y evaluaciones de simulaciones virtuales en la eventualidad que agencias afiliadas no permitan la entrada a estudiantes en escenarios clínicos.
  - Se desarrolló una propuesta para Laboratorios virtuales con software aprobados por la Agencia Acreditadora y *National Council of State Boards of Nursing*.
  - El comité de Currículo compartió con toda la facultad, 128 artículos de educación asistidas por tecnología, actividades creativas y de motivación durante el proceso de clase asistidas por tecnología.
  - Se realizaron actividades virtuales para la orientación y ayuda a profesores en su preparación de clases asistidas por tecnología.
- ***Aumentar y Diversificar las Fuentes de Ingreso de la Institución***

El Departamento de Enfermería sometió su propuesta al Departamento de Salud para re-acreditación de su Programa como Proveedor de Educación Continua a los profesionales de la Salud. Esta fue aprobada para las Juntas de Tecnólogos Radiológicos, Sonógrafo, Terapia Física/Asistentes, Tecnólogos Médicos, Farmacéuticos/Técnicos de Farmacia, Consejeros en Rehabilitación, Técnico en Emergencias Médicas, Tecnólogo Dental y Junta Examinadora de Enfermería.

Lo cursos de educación continua se proveerán mediante la educación en Línea, y mediante módulos instruccionales. Esto ayudara a mantener el

servicio a profesionales de la salud que requieren de créditos de educación continua para renovación de licencias.

- **Implementar Procesos Administrativos Ágiles y Eficientes**

Los procesos administrativos ágiles y eficientes se mantienen con la comunicación, promoviendo la colaboración y mediante la participación activa de la facultad y administrativos en la toma de decisiones.

Se fortalecen métodos alternos de comunicación con facultad y estudiantes mediante el uso de Wassap, chats, Meet, teams, hangout y google classroom.

Permanecen las alternativas previamente mantenidas por medio de e-courses Información por email colectivo – identificando personal administrativo encargado de los estudiantes y otro de los profesores.

- **Fortalecer la Investigación y Labor Creativa Competitiva**

El Departamento de Enfermería tiene a la Dra. Rose M Méndez como co-Investigadora de un proyecto comunitario en conjunto con la Prof. Luisa Seijo donde recibe 3 créditos de descarga: *OVW 2019 Grant to Reduce Sexual Assalut, Domestic Violence, Dating Violence, and Stalking on Campus Program.*

Proyecto de Cernimiento y Censo Colegial Covid-19 (CCCCovid-19), La doctora Gloribell Ortiz es PI de ese proyecto. Mayo 2020 (corriente) Participa un estudiante y dos profesores como asistentes.

Dr. Abigail Matos: A registry of current hospital care patterns to evaluate the safety and observational effectiveness of COVID-19 practices and to determine the variations in practice across hospitals. June 2020 ungoing – Sociedad de Cuidado Critico. Colaboradora para PR.

14 de febrero de 2020 Actividad Servicio Comunitario con Asociación Americana de Pediatría y Capitulo de PR en el refugio de afectados Head Start, Guánica, Participación de 25 estudiantes.

El 18 de enero de 2020 Vacunación masiva contra influenza y entrega de material educativo a afectados por los terremotos en el pueblo de Cabo Rojo, PR

organizado por la profesora Marilyn Pérez Valentín. Participación de 2 estudiantes.

El 16 de enero de 2020, La profesora Marilyn Pérez Valentín visitó a refugios criollos, entrega de artículos de primera necesidad a los pueblos de Guánica y Yauco, con la doctora Abigail Matos Pagán.

El 5 de mayo de 2020, La profesora Marilyn Pérez Valentín entrega equipos de protección a los profesionales de enfermería, como respuesta ante el Covid-19 (Policlínica de San Sebastián y Hospicio de Santa Rita.

La Asociación de Estudiantes de Enfermería (AEE) se llevó a cabo el 21 de noviembre de 2019, la feria de salud gratuita para el beneficio de educar a la comunidad universitaria organizado por la doctora Solangie Pagán. 15 estudiantes participaron.

### **Conferencias ofrecidas a la comunidad por solicitud**

Fecha: Sábado, 10 de agosto de 2019  
Hora: 8:00AM- 2:30PM  
Título: Hermanasky-Pudlak Syndrome Network Inc.  
Profesor: Dra. Clara Valderrama Fuquen

Fecha: Sábado, 24 de agosto de 2019  
Hora: 8:30AM- 2:00PM  
Título: Endometriosis  
Profesor: Dra. Clara Valderrama Fuquen y Prof. Elba Caballero  
100 participantes Profesionales de la Salud

Fecha: Octubre 2019  
Hora:  
Lugar: Hospital Bella Vista  
Título: Prevención de Caidas  
Profesor: Prof. Sheila Mercado  
Participaron 50 personas

Fecha: 4 de octubre de 2019  
Hora: 9:00AM  
Lugar: Hospital Bella Vista  
Título: Cuidando con amor  
Profesor: Prof. Sheila Mercado  
15 pacientes y cuidadores

Fecha: 11 de noviembre de 2019  
Hora: 1:00PM  
Lugar: Hospital Bella Vista

Título: Manejo de Estrés y Conflictos en el Equipo  
Participaron 12 personas  
Profesor: Prof. Sheila Mercado

Fecha: 23 de agosto de 2019  
Hora: 8:00AM-12:00PM  
Lugar: Departamento de Enfermería, RUM  
Título: Agresión Sexual Doméstica  
Profesor: Dra. Rose Marie Méndez

Fecha: 26 de septiembre de 2019  
Hora:  
Lugar: Departamento Estudios Hispánicos, RUM  
Título: La Violencia Sexual en Puerto Rico  
Profesor: Dra. Rose Marie Méndez

Fecha: 13 de junio de 2019  
Hora:  
Lugar: Departamento Estudios Hispánicos, RUM  
Título: Agresión Sexual: La Enfermería Forense y la Problemática de la Violencia Sexual en Puerto Rico  
Profesor: Dra. Rose Marie Méndez

Fecha: 30 de agosto de 2019  
Hora: 8:00AM-12:00PM  
Lugar: Departamento de Enfermería, RUM  
Título: Desórdenes Hemorrágicos en el Embarazo  
Profesor: Prof. Lizbeth Román Sanoguet

Fecha: 11 de septiembre de 2019  
Hora: 8:00AM-12:00PM  
Lugar: Departamento de Enfermería, RUM  
Título: Secuelas del Suicidio: La Prevención es la Regla  
Profesor: Dra. Madeline Delgado Caraballo

Fecha: 20 de septiembre de 2019  
Hora: 8:00AM-12:00PM  
Lugar: Departamento de Enfermería, RUM  
Título: Control de Infecciones: Sida, Hepatitis, Tuberculosis  
Profesor: Dra. Clara Valderrama Fuquen

Fecha: 27 de septiembre de 2019  
Hora: 7:30AM-12:00PM  
Lugar: Anfiteatro de Enfermería, RUM  
Título: Esclerosis Múltiple  
Profesor: Prof. Migdalia Ríos Morales

Fecha: 4 de octubre de 2019  
Hora: 8:00AM- 12:00PM  
Lugar: Anfiteatro de Enfermería, RUM  
Título: Inteligencia Emocional en el Area Laboral  
Profesor: Dra. Marilyn Pérez Valentín

Fecha: 18 y 25 de octubre de 2019  
Hora: 8:00AM-3:00PM  
Lugar: Laboratorio de Detrezas y Simulación, Dept. de Enfermería, RUM  
Título: Fundamentos de Flebotomía  
Profesor: Dra.Yvonne Laracuenta Bernat

Fecha: 8 de noviembre de 2019  
Hora: 7:30AM-4:00PM  
Lugar: Hotel Villa Confresi, Rincón  
Título: Seminario de Actualización: Avanzando en el Manejo de Emergencias  
Pediátricas  
Profesor: Prof. Elba Caballero, Dra. Clara Valderrama Fuquen

Fecha: 6 de diciembre de 2019  
Hora: 8:00AM-12:00PM  
Lugar: Departamento de Enfermería  
Título: Control de Infecciones: Sida, Hepatitis, Tuberculosis  
Profesor: Dra. Solangie Pagán Lugo

Fecha: 19 de septiembre de 2019  
Hora:  
Lugar: Escuela Maria Dolores Faria, Mayagüez PR  
Título: Bullying  
Profesor: Dra.Marisol Santiago y Prof. Maria Santiago  
Participaron 61 estudiantes

Fecha: octubre 2019  
Hora: 8:30AM-12:00PM  
Lugar: Recinto Universitario de Mayagüez  
Título: Autoexamen, Prevención y Detención Temprana del Cáncer del Seno  
Participaron 60 personas

Fecha: 6 de marzo de 2020  
Hora: 9:00AM  
Lugar: Hospital Bella Vista  
Título: Ronda por Hora Intencionada  
Profesor: Prof. Sheila Mercado

Fecha: 11 de febrero de 2020

Hora: 9:00AM

Lugar: Hospital Bella Vista

Título: Protocolo de Prevención de Tromboembolismo Venoso y Manejo de Pacientes en Riesgo

Profesor: Sheila Mercado

Fecha: 20 de febrero de 2020

Hora: 8:00AM-10:30AM

Lugar: Club de Leones, Hormigueros

Título: Diabetes

Profesor: Dra. Celia Colón

***Proyectos atendidos por peritaje interno:***

21 de febrero de 2020 la actividad de primeros auxilios y CPR ofrecido a los maestros del Departamento de Educación con la profesora Elba Caballero por el acuerdo de acuerdo de desarrollo profesional a través de la UPR.

10 de marzo de 2020 Actividad de Primeros Auxilios a Estudiantes de la Escuela Intermedia Luis Muñoz Rivera ofrecida por la profesora Elba Caballero.

La profesora Elba Caballero presentó a los Profesionales de la Salud: El Manejo de Paciente Pediátrico con Sospecha de Covid-19. Se orientó a los siguientes hospitales:

Hospital Perea, Mayagüez

Hospital San Antonio, Mayagüez

Manatí Medical Center

Hospital Pediátrico de San Juan. Además, que se hizo accesible a la comunidad a través de varias páginas y grupos de Facebook.

La profesora Elba Caballero orientó a personas de comunidad de cómo preparar la mochila de emergencia y se compartió en las redes sociales.

Dra. Abigail Matos - Plan estratégico a respuesta de COVID19- Washington DC - HHS Marzo, 2020 (Departamento de Salud Federal)

Dra. Abigail Matos - Plan estratégico a respuesta de COVID19- Departamento de Salud de PR - abril, 2020 (Departamento de Salud Federal - Departamento de Salud PR) Coordinadora

Dra. Abigail Matos - Evaluación de poblaciones vulnerables en centros de Cuidado prolongado COVID 19 - Baltimore Maryland, mayo 2020 Assistance Secretary of Preparedness and Response

Dra. Abigail Matos - Plan de evaluation a poblaciones vulnerables ante el COVID 19 - Wahington, DC - Public Health Service, Department of Health and Human Services.

Dra. Abigail Matos- Respondiendo a COVID19 - DSPR - Comité de Respuesta operacional enlace del Departamento Salud Federal

Dra. Abigail Matos- Registry COVID19 VIRUS A registry of current hospital care patterns to evaluate the safety and observational effectiveness of COVID-19 practices and to determine the variations in practice across hospitals discussion group

- **Impactar a Nuestra Sociedad Puertorriqueña**

<i>FECHA</i>	<i>ACTIVIDAD</i>	<i>Asistentes</i>
<i>Jueves 12 de febrero</i>	<i>Participación en “Foro Colegial” del RUM. Orientación y discusión sobre medidas de prevención de Covid-19. Participó también la Dra. Gloribell Ortiz</i>	<i>Oyentes y seguidores de “Radio Colegial”</i>
<i>Miércoles 11 de marzo</i>	<i>Educación sobre COVID-19 y medidas de prevención. Mujeres Altrusas. Hotel Villa Cofresí, Rincón. Participaron también la Dra. Gloribell Ortiz y la Profa. Lourdes Ramírez.</i>	<i>35 personas aprox</i>
<i>Miércoles 11 de marzo</i>	<i>Grabación cápsula educativa “Que es el Coronavirus” Prensa RUM. Se compartió por redes sociales: Facebook.</i>	<i>Comunidad Universitaria y público general</i>
<i>Sábado 14 de marzo</i>	<i>Educación sobre Covid-19 y medidas de prevención “Comunidad La Playa, Añasco, PR. Participaron también la Dra. Gloribell Ortiz y Prof. Lourdes Ramírez.</i>	<i>30 personas aprox</i>
<i>Lunes 16 de marzo</i>	<i>Preparación de booklet educativo de seis (6) hojas sobre Covid-19 Publicado en redes sociales: Facebook (Ver apéndice 1)</i>	<i>Comunidad y público en general</i>
<i>Jueves 19 de marzo</i>	<i>Entrevista de radio WPRA 990 (7:30 am - 8:30) Educación sobre Covid-19 y medidas de prevención. Participó también Dra. Gloribell Ortiz.</i>	<i>Audiencia de WPRA</i>
<i>Domingo 22 de marzo</i>	<i>Preparación de Flyer educativo con información para Embarazadas. (Ver apéndice 2)</i>	<i>Comunidad y público en general</i>
<i>Jueves 2 de Abril</i>	<i>Conferencia COVID-19 Grabada en MEET y difundida a través de WhatsApp a los miembros de la comunidad del “Consejo Comunitario de Miradero” y en su página de Facebook. (Ver apéndice 3)</i>	<i>Comunidad y público en general</i>

*Otras actividades relacionadas:*

1. jueves 12 de febrero - Orientación en Radio Colegial sobre las medidas de prevención de Covid-19 junto con la Dra. Clara Valderrama
2. Miércoles, 4 de marzo - Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención empleados Hotel Villa Cofresí Rincón aproximadamente 50 empleados
3. Miércoles, 4 de marzo Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención Iglesia Tabernáculo de Restauración Casa de Paz Aguada - aproximadamente 70 personas
4. Miércoles, 11 de marzo Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención mujeres y Altrusas de Rincón se llevó a cabo en el Hotel Villa Cofresí en Rincón - 35 personas (aquí participaron Dra. Clara Valderrama y Prof. Lourdes Ramírez)
5. Viernes 13 de mayo Taller sobre métodos de enseñanza - Iglesia Tabernáculo de Restauración Casa de Paz Aguada - aproximadamente 10 personas
- . Sábado 14 de marzo- Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención Comunidad La Playa en Añasco - aproximadamente 30 personas (aquí participaron Dra. Clara Valderrama y Prof. Lourdes Ramírez)
7. Prepare un video demostrativo de lavado de manos y lo comparti en las plataformas sociales (facebook y twiteer)
8. jueves 19 de marzo - Participación en la radio en WPRA 990 (7:30 am - 8:30) Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención (participó Dra. Clara Valderrama)
9. Educación a través de las redes sociales, profesionales de enfermería y personas en la comunidad sobre cómo cuidar el enfermo con Covid 19 en el hogar (preparé presentación y lo subí a las redes sociales).
10. jueves 12 de febrero - Orientación en Radio Colegial sobre las medidas de prevención de Covid-19 junto con la Dra. Clara Valderrama
11. miércoles, 4 de marzo - Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención empleados Hotel Villa Cofresí Rincón aproximadamente 50 empleados
12. miércoles, 4 de marzo Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención Iglesia Tabernáculo de Restauración Casa de Paz Aguada - aproximadamente 70 personas
13. miércoles, 11 de marzo Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención mujeres y Altrusas de Rincón se llevó a cabo en el Hotel Villa Cofresí en Rincón - 35 personas (aquí participaron Dra. Clara Valderrama y Prof. Lourdes Ramírez)
14. viernes 13 de mayo Taller sobre métodos de enseñanza - Iglesia Tabernáculo de Restauración Casa de Paz Aguada - aproximadamente 10 personas

15.. Sábado 14 de marzo- Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención Comunidad La Playa en Añasco - aproximadamente 30 personas (aquí participaron Dra. Clara Valderrama y Prof. Lourdes Ramírez)

16. Se preparó un video demostrativo de lavado de manos y lo compartí en las plataformas sociales (facebook y twiteer)

17. jueves 19 de marzo - Participación en la radio en WPRA 990 (7:30 am - 8:30) Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención (participó Dra. Clara Valderrama)

18. Educación a través de las redes sociales, profesionales de enfermería y personas en la comunidad sobre cómo cuidar el enfermo con Covid 19 en el hogar

19. jueves 12 de febrero - Orientación en Radio Colegial sobre las medidas de prevención de Covid-19 junto con la Dra. Clara Valderrama

20. miércoles, 4 de marzo - Educación sobre Covid 19 y medidas de prevención empleados Hotel Villa Cofresí Rincón aproximadamente 50 empleados

21. Educación a través de las redes sociales, profesionales de enfermería y personas en la comunidad sobre cómo cuidar el enfermo con Covid 19 en el hogar

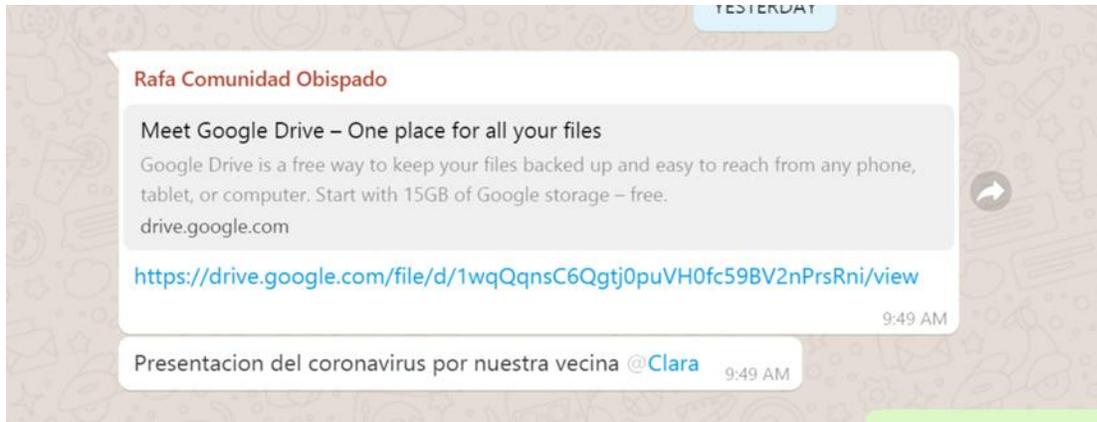
- *Fortalecer el Sentido de Pertenencia y “Orgullo Colegial”*

La Asociación de Estudiantes de Enfermería, La Coalición de Enfermería para Comunidades en Desastres y la Sigma Theta Tau Internacional han fomentado actividades de servicio a la comunidad, orientación y promoción del Programa de Enfermería en escuelas de nivel superior e intermedia.

Los estudiantes de la Asociación de Enfermería han coordinado actividades con otras organizaciones estudiantiles para el servicio de la comunidad.

Varias actividades programadas fueron canceladas debido a la Pandemia.

Anejo: Fotos y material creado Preparados por estudiantes y facultad



## CUIDE SU SALUD



Lave sus manos frecuentemente por lo menos durante 20 segundos, frotando las palmas, muñecas, dorso dedos y uñas.



Si no tiene jabón, use un gel desinfectante que contenga por lo menos un 60% de alcohol, siguiendo el mismo procedimiento. Se recomienda no hacerlo más de dos veces corridas.



Cubra su tos y estornudos con el codo, NO con sus manos o su camisa.



Limpie y desinfecte las superficies como mesones, electrodomésticos, perillas de puertas, escritorios, computadoras y teclados tanto en casa como en el trabajo.

Dra. Clara Valderrama, RN

## SI SE ENFERMA

Si usted presenta:

- Fiebre mayor de 38° C ó 101 F
- Dolor de garganta
- Tos seca, sin secreciones

**Permanezca en su casa.**

Monitoree los síntomas

Si la dificultad respiratoria empeora y siente dolor opresivo y persistente en el pecho al respirar, confusión y debilidad severa.

Llame al 9-1-1 ó al (787) 999-6202

Veteranos: 1-877-741-3400.

Acuda a una sala de emergencias.

Dra. Clara Valderrama, RN

## MANTÉNGASE INFORMADO



Considere de dónde obtiene su información

Revise autor y cuándo se publicó



Lea el artículo completo con detenimiento

Verifique las fuentes de información



Elaborado: Dra. Clara Valderrama, RN

Fuentes:

- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index-sph.htm>
- <https://coronavirus.jhu.edu/>
- <https://www.who.int/es>

## ELABORE UN PLAN



1

Asegure quién le va a cuidar en casa si se enferma

2

Comuníquese con su médico para saber si necesita alguna medicina extra y téngala a mano

3

Tenga comida y elementos de limpieza en casa suficiente para al menos dos semanas.

Dra. Clara Valderrama, RN

## COVID - 19

### RECOMENDACIONES PARA EMBARAZADAS

No existe evidencia científica que demuestre que las mujeres embarazadas tengan un mayor riesgo que la población en general. Sin embargo, los cambios en su cuerpo pueden hacerlas susceptibles a algunas infecciones respiratorias. Por lo tanto, se deben tomar algunas precauciones para protegerse.

#### PRECAUCIONES GENERALES

1. **Lave sus manos frecuentemente por 20-30 segundos con agua y jabón**
2. **Mantener distancia física (3-6 pies)**
3. **Evitar tocarse la cara, ojos y boca con las manos**
4. **Cubrir la tos y estornudos con el codo**
5. **Quedarse en casa, evitar visitas y contacto con personas enfermas**
6. **Si tiene fiebre, tos o dificultad respiratoria, llame a su médica.**
7. **Acuda a sus citas prenatales**



#### Seguro y recomendable

- **Hacerse la prueba. Si es positiva, necesitará cuidados especiales.**
- **No hay evidencia científica de que el virus pase de la madre al feto durante el embarazo**

#### Si Tiene COVID -19

- **Su bebé podrá nacer en forma natural**
- **Si necesita cesárea será por justificación médica y por decisión individual.**

#### Al Nacer

- **Podrá tocar, sostener a su bebé en brazos, pegarlo a su piel y compartir la misma habitación.**

#### Para lactar a su bebé

- **Use mascarilla**
- **Lave sus manos antes y después de lactar**
- **Limpiar y desinfectar todas las superficies**

#### Si No desea Lactar

- **Extraer la leche**
- **Donarla**
- **Relactar**



*Elaborado por: Dra. Clara I. Valderrama RN DSN  
Fuente: Organización Mundial de la Salud, 2020*