

**UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO
RECINTO UNIVERSITARIO DE MAYAGUEZ
DECANATO DE ESTUDIANTES
DEPARTAMENTO DE SERVICIOS MEDICOS**

**RECOMENDACIONES PARA PERSONAS QUE HAN TENIDO
CONTACTO CON PACIENTES CONFIRMADOS COMO POSITIVOS
A COVID19:**

- 1. Mantenerse en aislamiento o distanciamiento físico y social en su residencia, así como de otras personas por un mínimo de 14 días. Periodo de incubación establecido por CDC es 14 días (www.cdc.gov).**
- 2. Monitorear su estado de salud, pendiente a síntomas como: tos, fiebre dificultad al respirar, cansancio, diarreas y vómitos. El tiempo promedio estimado para la manifestación de síntomas es de entre 5 a 6 días luego del contagio.**
- 3. De presentar la persona o algunos de sus familiares tres o más de los síntomas mencionados, debe comunicarse con su médico o llamar al Departamento de Salud 787-999-6202 para informar y recibir orientación. Si los síntomas son severos y toma la decisión de ir a una Sala de Emergencia, debe llamar a la sala antes de acudir a ella. Seguir instrucciones médicas.**
- 4. Recordar que la persona contagiada no necesariamente puede presentar síntomas, pero aun así puede contagiar, por lo que las medidas de higiene deben estar presentes en todo momento, esto es, lavar las manos con agua y jabón frecuentemente por lo menos por 20seg., usar pañuelo desechable al toser o estornudar y desechar inmediatamente, mantener de 3 a 6 pies de distancia de otra persona, mantener objetos, utensilios personales, ropa y ropa de cama separada, entre otras.**
- 5. Recordar que el distanciamiento social y físico es imprescindible.**

1-04-2020

DSM-UPRM