



Rev. Abril 2020

**PLAN DE MANEJO DE EMERGENCIA A.R.P.A.
EN CASOS DE VIRUS COMO EL CORONAVIRUS, INFLUENZA Y MICOPLASMA**

INTRODUCCIÓN

Este procedimiento está diseñado con el fin de ayudar a la comunidad en el manejo de cualquier evento que implique riesgo, peligro o situación de emergencia significativa en casos de contagios con virus como el coronavirus, influenza y micoplasma. El contenido del mismo orienta a los guardias de seguridad, residentes y visitantes sobre el protocolo a seguir ante dichas situaciones peligrosas de salud. Tiene el propósito de establecer las medidas necesarias que nos permitan disminuir el impacto de una situación de emergencia colectiva que afecta nuestra salud y calidad de vida. Las directrices que el Plan contiene son de carácter obligatorio para los Guardias de Seguridad de la Urbanización.

OBJETIVOS GENERALES

- I. Establecer las acciones preventivas y de contingencia para evitar y/o atender posibles contagios de virus como coronavirus, influenza y micoplasma mediante tareas operacionales claras y responsabilidades de toda la comunidad involucrada.
- II. Orientar y organizar los recursos humanos que prestan servicios a la comunidad, residentes y visitantes de manera que permitan hacer frente a las emergencias surgidas.
- III. Reducir las posibles pérdidas humanas y económicas bajo la responsabilidad de la Asociación de Residentes Pradera-Almira, Inc.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- A. Establecer un plan de acción para proteger a los guardias de seguridad, residentes y visitantes en casos de virus como el coronavirus, influenza y micoplasma.
- B. Conocer los síntomas de los virus, en que se diferencian, conocer los medios para evitar la propagación del virus y que hacer en caso de tener los síntomas.



PLAN DE MANEJO DE EMERGENCIA A.R.P.A. EN CASOS DE VIRUS COMO EL CORONAVIRUS, INFLUENZA Y MICOPLASMA

I. VIRUS

A. CORONAVIRUS

Los coronavirus son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones o enfermedades, tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan afecciones 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). Aunque no existe un medicamento o vacuna para prevenirla, sus síntomas pueden ser tratados. Una de las familias del virus coronavirus causa la enfermedad del coronavirus COVID-19. Tanto el virus coronavirus como la enfermedad COVID-19 eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en el mes de diciembre de 2019.

Síntomas

1. Fiebre
2. Tos seca
3. Dificultad para respirar
4. Cansancio

Algunos pacientes pueden presentar dolores, congestión nasal, dolor de garganta o diarrea, pérdida del gusto o el olfato. Algunas personas se infectan, pero no desarrollan ningún síntoma. Los síntomas son leves, sobre todo en los niños y los adultos jóvenes. 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 fiebre, tos y dificultad para respirar deben buscar atención médica.

B. INFLUENZA

Es una enfermedad respiratoria contagiosa provocada por los virus de influenza que afecta nariz, garganta y pulmones.

Síntomas

1. Fiebre
2. Tos
3. Dolor de garganta
4. Congestión nasal
5. Dolor muscular
6. Dolor de cabeza



C. MICOPLASMA

Es una enfermedad causada por la bacteria micoplasma pneumoniae y puede provocar neumonía atípica.

Síntomas

1. Tos seca
2. Dolor de garganta
3. Fiebre
4. Dolor de cabeza
5. Cansancio

- **Transmisión del coronavirus, la influenza y el micoplasma**

Se transmite por pequeñas gotas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala, estornuda o habla. También por superficies u objetos contaminados, ya que, si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona contaminada, otras personas sanas pueden contagiarse si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si inhalan las pequeñas gotas que haya esparcido una persona enferma al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 6 pies de distancia de una persona que se encuentre enferma.

- **Medidas preventivas generales:**

1. Lávese las manos a fondo y con frecuencia usando con agua y jabón por espacio de veinte segundos, ya que mata los virus que pueda haber en sus manos.
2. Usar un desinfectante a base de 70% de alcohol (hand sanitizer), ya que mata los virus que pueda haber en sus manos. Importante, si lo utiliza dos (2) veces debe lavar sus manos con agua y con jabón, ya que el desinfectante pierde efectividad.
3. Mantenga una distancia mínima de 6 pies entre usted y cualquier persona que tosa o estornude, ya que cuando alguien tose o estornuda, despiden por la nariz o por la boca unas gotitas de líquido que pueden contener el virus. Si está demasiado cerca, puede respirar las gotitas y con ellas el virus, si la persona que tose tiene la enfermedad.
4. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que 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 causarle la enfermedad.
5. 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 y lavarse las manos, ya que los virus se propagan a través de las gotitas. Al mantener una buena higiene respiratoria está protegiendo a las personas que le rodean.
6. No saludar con besos ni abrazos.
7. Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.
8. Evitar el contacto cercano con personas enfermas.



ASOCIACION DE RESIDENTES PRADERA ALMIRA, INC.
URB. PRADERA, AK 13 CALLE 8, TOA BAJA, PUERTO RICO 00949

info@pradera-almira.org / www.pradera-almira.org



[Asoc. Residentes Pradera-Almira oficial](#)

Teléfono: (787)261-4222

9. Utilizar una mascarilla clínica o casera. Recuerde que las mascarillas desechables solo se pueden utilizar una vez. Si usted está sano puede utilizar una mascarilla casera y de esta manera dejar las mascarillas para los facultativos médicos. Si utiliza las mascarillas caseras, debe lavarlas después de cada uso. Las existencias de mascarillas en el mundo se están agotando, y la OMS insta a utilizarlas de forma sensata.

Conforme a las medidas tomadas actualmente por el Gobierno de Puerto Rico es importante mantener el distanciamiento social y quedarse en casa. Solamente se debe salir si usted tiene que trabajar, buscar medicamentos o alimentos y/o cuidar a algún familiar o tiene alguna emergencia que necesite asistencia médica o de la Policía de Puerto Rico.

- **Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar una mascarilla:**

1. Recuerde que solo deben usar mascarilla los médicos, enfermeras y facultativo médico, los cuidadores y las personas con síntomas respiratorios como fiebre y tos. Una persona sana puede usar una mascarilla casera.
2. Antes de tocar la mascarilla, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
3. Inspeccione la mascarilla para ver si tiene rasgaduras o agujeros.
4. Oriente hacia arriba la parte superior (donde se encuentra la tira de metal).
5. Asegúrese de orientar hacia afuera el lado correcto de la mascarilla (el lado coloreado).
6. Colóquese la mascarilla sobre la cara. Pellizque la tira de metal o el borde rígido de la mascarilla para que se amolde a la forma de su nariz.
7. Tire hacia abajo de la parte inferior de la mascarilla para que le cubra la boca y la barbilla.
8. Después de usarla, quítese la mascarilla; retire las cintas elásticas de detrás de las orejas manteniendo la mascarilla alejada de la cara y la ropa, para no tocar las superficies potencialmente contaminadas de la mascarilla.
9. Deseche la mascarilla en un contenedor cerrado inmediatamente después de su uso.
10. Lávese las manos después de tocar o desechar la mascarilla. Use un desinfectante a base de alcohol o, si están visiblemente sucias, láveselas con agua y jabón.

- **Medidas de acción inmediata cuando usted esté o crea estar contagiado:**

1. Permanezca en casa si no se encuentra bien y evite contacto con otras personas, aunque se trate de síntomas leves como dolor de cabeza, fiebre ligera y tos hasta que se recupere. Si le resulta indispensable salir de casa o recibir una visita póngase una mascarilla para no infectar a otras personas.
2. Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica de inmediato (llame con antelación), ya que podría deberse a una infección respiratoria u otra afección grave. Siga las instrucciones de las brindadas por el Gobierno de Puerto Rico.



ASOCIACION DE RESIDENTES PRADERA ALMIRA, INC.
URB. PRADERA, AK 13 CALLE 8, TOA BAJA, PUERTO RICO 00949

info@pradera-almira.org / www.pradera-almira.org

 [Asoc. Residentes Pradera-Almira oficial](#)

Teléfono: (787)261-4222

3. No se automedique. Los antibióticos no son eficaces contra los virus, solo contra las infecciones bacterianas. La COVID-19 está causada por un virus, de modo que los antibióticos no sirven frente a ella.
- **Medidas de acción inmediata para los guardias de seguridad del control de acceso:**
 1. Cada guardia de seguridad deberá desinfectar su área de trabajo al finalizar su turno.
 2. No se atenderá a ninguna persona en la caseta del guardia de seguridad, cualquier visitante o residente se atenderá por el intercom.
 3. Permanezca en casa si no se encuentra bien y evite contacto con otras personas, aunque se trate de síntomas leves como dolor de cabeza, fiebre ligera y tos hasta que se recupere y notifique a su supervisor de manera inmediata.

Este procedimiento deberá mantenerse en un lugar visible para conocimiento e información de residentes, guardias de seguridad y visitantes.

DIRECTORIO TELEFONICO DE AGENCIAS PERTINENTES:

- Policía Estatal, Precinto de Cataño 787-788-0030
- Policía Municipal de Cataño 787-788-8877
- Bomberos de Puerto Rico, Estación de Cataño 787-788-2330
- Manejo de Emergencias y Emergencias Médicas, Municipal de Cataño 787-788-0028 / 787-275-1618
- Autoridad de Acueductos y Alcantarillados 787-620-2482
- Autoridad de Energía Eléctrica 787-521-3434
- Caseta de Seguridad 787-261-4222
- Caseta de Seguridad de Emergencia 787-692-7727
(cuando falla el sistema)
- Tele-entry de Emergencia 787-975-4059
(cuando falla el sistema)

Si presenta síntomas del COVID-19 como fiebre, tos o dificultad respiratoria llame al **(787) 999-6202**. Solamente visite una sala de emergencia si tiene una emergencia real. Si va a visitar a un médico, por favor llame antes a notificar si tiene síntomas.