

Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



**Lineamientos Generales para Embajadas
y Consulados en el marco de la Alerta
Sanitaria por COVID-19**

Costa Rica

Versión 2 - 12 de marzo 2020

Contenido

<i>Presentación</i>	3
<i>Características generales</i>	4
<i>Recomendaciones Generales a la población</i>	5
<i>I. Acciones generales para ejecutar por las Embajadas y Consulados de Costa Rica</i>	6
1. Responsabilidad de la Embajada o Consulado:	6
2. Medidas para la implementación de las acciones:	6
3. Medidas de divulgación.....	7
4. Medidas de control	7
5. Mantenimiento y limpieza de las instalaciones:.....	8
6. Conductas y comportamientos recomendados:	8
<i>II. Lineamientos específicos</i>	10
1. Repatriaciones	11
<i>Anexo</i>	12

Presentación

Los coronavirus (CoV) son una amplia familia de virus, algunos de ellos causan enfermedad que se manifiesta desde un resfriado común hasta enfermedades mucho más severas como el MERS-CoV y SARS-CoV. El coronavirus nuevo (2019-nCov) es un virus que no había sido identificado previamente en humanos y está causando una enfermedad nueva a nivel mundial (COVID-19), por lo que aún se desconoce cómo se va a comportar.

En este contexto, las autoridades del Ministerio de Salud consciente de la enorme responsabilidad que tenemos como rectores y, en conjunto con otras instituciones como Caja Costarricense de Seguro Social, Inciensa, Ministerio de Relaciones exteriores, entre otras y con los organismos internacionales como OPS/OMS y de socios estratégicos de todos los sectores, estamos realizando el mayor esfuerzo, poniendo a la disposición los Lineamientos según escenarios. En este caso el Lineamiento Oficial para Embajadas y Consulados, con esto solicitamos la colaboración, para que lidere las acciones que deben realizarse en la organización bajo su responsabilidad, informe y apoye a su personal y, mediante el trabajo coordinado y efectivo con todos ellos, se llegue a toda la población.

Si juntos logramos que la población practique comportamientos saludables, acuda oportunamente a los servicios de salud y asuma una actitud responsable frente a los demás, las consecuencias de esta amenaza se verán altamente limitadas. Solo así contribuiremos limitar, en nuestro país, la circulación masiva del virus que está provocando esta alerta sanitaria internacional y disminuir la cantidad y severidad de los casos que se presenten en nuestro territorio.

Características generales

Los coronavirus (CoV) son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV).

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite 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 habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).



Recomendaciones Generales a la población

Actualmente no existe una vacuna para prevenir la enfermedad por Coronavirus (COVID-19). La mejor manera de prevenir enfermedades es evitar exponerse a este virus. Sin embargo, como recordatorio, se recomiendan acciones diarias para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias, que incluyen:

- Evitar el contacto cercano con personas que están enfermas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Quédese en casa cuando esté enfermo.
- Cúbrase cuando tose o estornude con un pañuelo desechable, luego tírelo a la basura o utilice el protocolo de estornudo en caso de que no cuente con pañuelos desechables.
- Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia con un spray desinfectante, con alcohol o paño de limpieza doméstico.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
 - Si no hay agua y jabón disponibles, use un gel hidroalcohólico o desinfectante para manos a base de alcohol de un grado de al menos 70°.
 - Siempre lávese las manos con agua y jabón si las manos están visiblemente sucias.
- Infórmese de fuentes oficiales y no difunda información falsa o de fuentes no confiables.

I. Acciones generales para ejecutar por las Embajadas y Consulados de Costa Rica

1. Responsabilidad de la Embajada o Consulado:

- Garantizar que se divulgue la información a todo el personal y a las personas que utilicen sus servicios.
- Implementar y dar seguimiento a las acciones de prevención y contención del Coronavirus.
- Reportar oportunamente la información requerida por las autoridades de salud con base en las directrices oficiales emitidas por las Autoridades de Salud del país donde se encuentre la embajada o consultado y del Ministerio de Salud de Costa Rica.

2. Medidas para la implementación de las acciones:

- Identificar un coordinador y/o grupo de trabajo que brinde la atención ante esta alerta internacional.
- Identificar y caracterizar grupos de interés sobre todo aquellos con necesidades especiales, incorporar los requerimientos de estas personas de acuerdo a sus necesidades.
- Proveer la información oficial referentes a las medidas a tomar ante la emergencia sanitaria.
- Facilitar al personal de la Embajada o Consulado el acceso a los servicios de salud si presentan síntomas respiratorios (fiebre, tos, congestión nasal, dolor de garganta, etc)

3. Medidas de divulgación

- Elaborar un plan efectivo de comunicación con las autoridades de salud y los medios de transporte públicos.
- Informarse diariamente sobre el estado de la situación de este nuevo virus, consultando la información oficial disponible en la página web de Ministerio de Salud de Costa Rica y de la Autoridad Sanitaria del país en que se encuentre la embajada o consulado.
- Reunir periódicamente al personal, para darle seguimiento al cumplimiento del plan, valorar el desempeño del grupo de trabajo integrado para este fin e informar a todos (as) sobre el estado de la situación de este nuevo virus.
- Colocar en lugares visibles los afiches “Cómo lavarse las manos con agua y jabón” y “Forma correcta de toser y estornudar”.
- Realizar acciones informativas y educativas con el personal de la Embajada y Consulado.

4. Medidas de control

- Verificar que el personal de la Embajada o Consulado cumpla con las responsabilidades asignadas.
- Identificar e indicarles a los miembros del personal y a los usuarios de la Embajada o Consulado que presenten síntomas de “gripe” o “resfrío” que consulten en los centros de salud.
- Las embajadas y consulados deben limitar los viajes de los funcionarios y no realizar o participar de actividades de concentración de personas.
- En los países donde haya circulación activa de la enfermedad COVID-19, se debe promover el teletrabajo en aquellos puestos que sea posible.

- Si las personas que están “resfriadas” tanto trabajadores como usuarios de las oficinas, refieren que han estado en contacto con personas que fueron diagnosticadas como casos sospechosos, probables o confirmados de COVID-19 o que 14 días antes visitaron áreas de riesgo de transmisión de este virus^a indíqueles que acudan al centro médico más cercano para hacerse la valoración médica respectiva.

5. Mantenimiento y limpieza de las instalaciones:

- Disponer en todos los baños de: papel higiénico, jabón para manos y papel toalla desechable o secadora eléctrica de manos.
- Limpiar y desinfectar con un desinfectante eficiente al menos dos veces al día, todas las perillas de las puertas, manillas de los laboratorios, inodoros e instrumentos y equipos de trabajo de la empresa (teléfonos, teclados, mouse, materiales y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente)
- Mantener los lugares de trabajo ventilados, sin crear corrientes bruscas de aire.
- Asegurarse que los productos de limpieza estén disponibles en las instalaciones, incluyendo limpiador doméstico y desinfectante, así como los insumos para la higiene de los trabajadores y clientes.

6. Conductas y comportamientos recomendados:

- Garantizar que no se desarrollen actitudes xenofóbicas o discriminatorios sobre personas que presentan o han presentado síntomas de “gripe” o

^a https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=1239:epidemiological-alerts-updates&Itemid=2291&lang=es

“resfrío” o que hayan sido diagnosticados como casos de Coronavirus (COVID-19).

- Recomendar que se mantenga una buena alimentación para mejorar las defensas del organismo.
- No fumar.
- No visitar personas enfermas o con síntomas de gripe o resfrío.
- Externar las medidas de lavado de manos:
 - Antes y después de comer, de atender un enfermo y de cambiar pañales.
 - Después de tocar objetos como: teléfonos, celulares, carros de supermercado, viajar en autobús, uso de computadoras, tocar dinero o llaves, entre otras.
 - Después de tirar la basura o tocar animales, entre otros.
 - Después de volver de la calle.
 - Después de toser o estornudar.
 - Recordar que el tiempo adecuado para un lavado de manos eficaz, siguiendo el protocolo adecuado, es de 40-60 segundos, el mismo que se tarda cantando la canción “Cumpleaños Feliz”.
- Utilizar toallas de papel o papel higiénico al estornudar o toser.
- Si no se tiene toallas desechables utilizar el antebrazo al toser.
- Limpiar frecuentemente las superficies que puedan contaminarse con secreciones respiratorias.
- No escupir en el suelo.
- Las personas con síntomas deben seguir todas las indicaciones que el personal de salud o la autoridad sanitaria del país donde se encuentre le indiquen.

II. Lineamientos específicos

Recomendar a los (as) viajeros hacia Costa Rica, que deben revisar la página web del Ministerio de Salud para informarse sobre los protocolos sanitarios de embarque, traslado e ingreso al país.

Ofrecer información general a los (as) turistas y/o residentes sobre la situación del COVID-19 en el país, así como de la organización y cobertura de los servicios de salud en Costa Rica.

Identificar los servicios de salud a los que puedan ser remitidos los (as) turistas y/o residentes que presenten síntomas sospechosos del virus, teniendo disponible los números telefónicos, las direcciones y los medios de transporte que podrían prestar el servicio.

Todas las oficinas deben estar atentas a las recomendaciones oficiales de los Ministerios de Salud del país donde se encuentren.

Reportar Ministerio de Salud de Costa Rica, la siguiente información:

- Personal de la Embajada y/o Consulado que ha sido diagnosticado como sospechoso, probable o confirmado de caso de COVID-19.
- Ausentismo del personal por “gripe” o “resfrío”.

1. Repatriaciones

La embajada o consulado debe proceder a comunicar al Ministerio de Salud la información sobre la persona valorada para el proceso.

Reportar cuando sea requerido, durante el tiempo que se mantenga esta alerta sanitaria, la siguiente información referente a los costarricenses en el extranjero que regresaran a Costa Rica en la modalidad de repatriación:

- a. Nombre completo, número de pasaporte, dirección de destino, zona de procedencia, ocupación, edad, factores de riesgo y/o condiciones especiales, entre otros.
- b. Itinerario de viaje desde país de origen hasta el ingreso a Costa Rica, incluyendo sí fue sujeto de medidas sanitarias en el país de origen o países de tránsito.
- c. Las personas que presentan manifestaciones que hagan sospechar el diagnóstico por COVID-19 no deben viajar hasta superar la condición.
- d. Asegurar que las Autoridades Sanitarias del país de procedencia tengan conocimiento sobre la condición de salud de la persona que se va a trasladar.

Anexo

Higiene de manos

El siguiente es un ejemplo del tipo de afiches que deben colocarse en los centros de trabajo, para la educación de los trabajadores, en lugares visibles y estratégicos como los baños, comedores, etc.

¿Cómo lavarse las manos?

DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES

- Humedezca las manos con agua y cierre el tubo
- Aplique suficiente jabón
- Frote sus manos palma con palma
- Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa
- Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados
- Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos
- Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa
- Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa
- Enjuague abundantemente con agua
- Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable
- Use la toalla para cerrar la llave

Ministerio de **Salud**

¿Cuándo hay que lavarse las manos?



- Antes de tocarse la cara
- Antes de preparar y comer los alimentos
- Después de ir al baño
- Antes y después de cambiar pañales
- Después de toser o estornudar
- Después de visitar o atender una persona enferma
- Después de tirar la basura
- Después de utilizar el transporte público
- Después de estar con mascotas
- Luego de estar en zonas públicas
- Después de tocar dinero o llaves
- Después de tocar pasamanos o manijas de puertas

Técnicas de higiene respiratoria

Las técnicas de higiene respiratoria deben ser practicadas por los colaboradores de las empresas y deben estar disponibles en lugares visibles para la educación tanto del personal de trabajo como de los usuarios, los mensajes deben ser:

- Cubrir la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar.
- Utilizar un cesto de basura con tapa con apertura de pedal, para desechar los pañuelos utilizados, así como las mascarillas.
- Si no tiene pañuelo de papel, tosa y estornude con el codo doblado.

 **Forma correcta de toser y estornudar**



1 CUBRA SU BOCA Y NARIZ CON LA PARTE SUPERIOR DEL BRAZO, HACIENDO UN SELLO PARA EVITAR SALIDA DE GOTITAS DE SALIVA

2 O CÚBRASE CON UN PAÑUELO DESECHABLE

3 DEPOSITE EL PAÑUELO EN EL BASURERO, NO LO LANCE AL MEDIO AMBIENTE

4 NUNCA SE TOQUE LA CARA SI NO SE HA LAVADO LAS MANOS CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!

¡PREVENGA EL CORONAVIRUS (COVID-19) EXTREMANDO LAS MEDIDAS DE HIGIENE!

1 Recuerda que la duración del lavado de manos es de 30 segundos o lo que durás en cantar cumpleaños dos veces

2 Utilice papel desechable al estornudar o toser.

3 Si no se tiene papel desechable, utilice el antebrazo al toser y estornudar.

4 Limpie frecuentemente las superficies que puedan contaminarse con secreciones respiratorias.




Este material está disponible en la página web del Ministerio de Salud en el siguiente link:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms/4575-protocolo-de-estornudo/file>

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms/4668-no-se-toque-la-cara/file>

COVID-19



CONÓCELO.

COVID-19 es una enfermedad respiratoria nueva que se identificó por primera vez en Wuhan, China. Actualmente, la propagación se da principalmente **de persona a persona**.

SÍNTOMAS COMUNES

- GOTEO NASAL
- TOS
- DOLOR DE GARGANTA

CASOS GRAVES

- FIEBRE ALTA
- NEUMONÍA
- INSUFICIENCIA RESPIRATORIA AGUDA

*Los síntomas podrían aparecer de 1 a 12 días después de la exposición al virus.






¿Quiénes están en mayor riesgo de enfermarse gravemente?

- Adultos mayores de 60 años.
- Personas con enfermedades preexistentes como diabetes o cardiopatías.





¿Cómo se transmite?

- Por gotitas de saliva esparcidas por personas infectadas al toser y estornudar.
- Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

PREPÁRATE.

-  **Infórmate a través de fuentes confiables.**
-  **Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón.**
-     **Cúbrete la boca con el antebrazo cuando tosas o estornudes, o con un pañuelo desechable, luego tíralo a la basura y límpiate las manos.**
- **Infórmate a través de fuentes oficiales como el Ministerio de Salud.**

ACTÚA.

-  **Evita el contacto cercano con personas que tengan síntomas de gripe.**
-  **Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.**
-  **Evita compartir vasos, platos u otros artículos de uso personal y limpia y desinfecta los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia.**
-  **Si has viajado a áreas donde circula el virus o has estado en contacto cercano con alguien que lo tiene y presentas fiebre, tos o dificultad para respirar, busca atención médica de inmediato. No te automediques.**

Nota: Algunos datos pueden cambiar en la medida en que se tenga más conocimiento sobre la enfermedad. Febrero 2020.

OPS Organización Panamericana de la Salud
OMS Organización Mundial de la Salud
Ministerio de Salud Costa Rica
IAT INSTITUTO COSTARRICENSE DE TURISMO

Además hay material en diferentes idiomas el link

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms>

¿When should you wash your hands?



Before touching your face



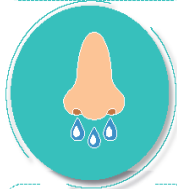
Before eating or preparing food



After going to the bathroom



Before and after changing diapers



After sneezing or coughing



After visiting or caring for a sick person



After touching any trash



After using public transport



After touching any animals or pets



After spending time in public spaces



After touching money or keys



After using handrails or door handles, especially in public spaces.



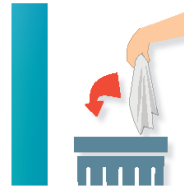
The correct way to cough and sneeze



Cover your mouth and nose firmly with your upper arm, to trap all germ.



Or, cover your mouth and nose firmly with a disposable tissue.



Throw tissue in the trash. Do not litter.



Never touch your face without having washed your hands with soap and water.

¡DETENGA EL CONTAGIO!