



Asunto: Medidas para evitar el incremento de la incidencia de los casos Covid 19 a 22 de julio de 2021

Os recordamos que es muy importante velar por el cumplimiento de las siguientes medidas, que ya os hemos trasladado en anteriores ocasiones desde los Servicios de Prevención de Zona y la Unidad de vigilancia de la Salud.

Entre estas indicaciones, hemos incluido algunas medidas complementarias (no sustitutivas) que esperamos contribuyan en estos momentos, al control de la evolución de la pandemia en todos los centros del CSIC, incluidos los Centros Nacionales.

1. **Revisar los planes de contingencia del Centro**, por si fuera necesario ajustar alguna de las medidas en ellos establecidas: ajustar aforos de salas de uso común, potenciar la ventilación o incluso, prohibir el uso de comedores, salas de reuniones, salas de usos o equipos múltiples, etc., o, si no fuese posible, limitar su utilización exclusivamente a determinadas actividades, como por ejemplo: calentar la comida o coger agua, reforzando en estos casos la limpieza antes y después de las manos con gel hidroalcohólico.

Además, si es posible, os recomendamos establecer grupos «Burbuja Cerrados» y cuando se acuda al centro de trabajo se recomienda evitar en la medida de posible compartir espacios comunes, salir juntos a desayunar, etc. (que implica estar sin mascarilla), recomendando valorar prioritariamente el establecimiento de turnos intensivos de mañana o de tarde.

2. **Ante el más mínimo síntoma sugerente de estar padeciendo la Covid19 no se acudirá al centro de trabajo.** Se debe tener en cuenta que los síntomas no solo pueden ser respiratorios, sino también digestivos y/o generales. Se debe avisar al Centro de Trabajo, al colaborador/a preventivo del ICU, al Servicio de Prevención de Zona, al médico de atención primaria y cuarentenarse desde ese mismo día. Además, se debe hacer la búsqueda de contactos estrechos cuarenta y ocho horas antes de la sintomatología.
3. **Se solicitará asesoramiento a la Unidad de Vigilancia de la Salud** con copia al servicio de prevención de zona dada la singularidad de los ICUS y sus riesgos, la circulación de nuevas variantes de Sars-Cov-2, y el actual incremento de la incidencia de la "quinta ola". Se aplicará el principio de cautela y se valorará como contactos estrechos a los que comparten espacios cerrados, despacho, laboratorio etc. A tal efecto el Ministerio de Sanidad establece criterios orientativos (aproximadamente, de 2 metros y durante al menos 15 minutos) pero se considera necesario adaptarlos e implementarlos, por los motivos descritos, ya que: **La transmisión principal es por aerosoles** y estos se escapan incluso por la mascarilla mal ajustada y pueden permanecer en el aire durante horas.
4. **Máxima precaución en el uso de laboratorios** por distintos trabajadores/as. Máxima ventilación, uso obligatorio de mascarillas (bien ajustadas, sin dejar huecos), máxima higiene de manos, zonas de trabajo separadas para cada trabajador/a, en la medida de lo posible, máxima limpieza y descontaminación, tras su uso.



5. **Máxima precaución con el uso de equipos compartidos** (fotocopiadoras, escáner, ordenadores, etc...). Limpieza y descontaminación tras cada uso.
6. Los trabajadores/as de las **empresas externas (limpieza, seguridad, conserjería, mantenimiento, etc.)** también deben cumplir las medidas relativas a la prevención y protección frente al Covid. En estudios de casos y contactos de la Covid19, si existen trabajadores ajenos, es obligatorio la CAE. Recordadles que no se pueden quitar la mascarilla, aunque estén solos/as, por ejemplo, cuando se realizan tareas de limpieza.
7. **USO OBLIGATORIO DE MASCARILLAS** en todo momento, desde que se accede al centro, hasta que se sale de él, incluso cuando se está solo/a, en el despacho o laboratorio. Se deberá utilizar al menos mascarilla quirúrgica y, mientras dura esta quinta ola y/o momentos críticos, se recomienda el uso de mascarillas de protección FFP2, en la medida de lo posible. En todo caso, deberán estar certificadas y colocarse bien ajustadas. Recordemos que tanto los vacunados como no vacunados podemos contagiarnos y contagiar. Se ha evidenciado que 1 de cada 10 vacunados se infecta. Por otro lado, la teoría de que los vacunados, en caso de contagiarse, tendrían una baja capacidad infectiva se ha desestimado. Se está comprobando que tanto unos como otros podemos contagiar en la misma medida.
8. Máxima precaución con el personal especialmente sensible una vez evaluado por el equipo sanitario del servicio de prevención.
9. Específicamente, en el ámbito de la Vigilancia de la Salud las recomendaciones son las siguientes:
 - **Mantener la cuarentena en casos de contacto con un caso COVID19 positivo, tanto en vacunados como en no vacunados,** dado que los protocolos oficiales prescriben realizar PCR en vacunados que sean contactos estrechos.
 - **Estudios de casos y contactos:**
 - **El periodo de cuarentena de CASOS POSITIVOS CONFIRMADOS O SOSPECHOSOS-PROBABLES (CON SÍNTOMAS COMPATIBLES) podrá ser de 10 o más días dependiendo de** las posibles variantes del SARS-Cov-2., de la sintomatología, los parámetros clínico-epidemiológicos que os sintetizaremos de nuevo y el contexto epidemiológico tanto en el ICU como en el ámbito geográfico. Los periodos de cuarentena son decisión médica (coordinación de VS con Epidemiología y MAP) y deberán ser individualizados por la VS del ámbito correspondiente.
 - **El periodo de cuarentena de los CONTACTOS ESTRECHOS (ASINTOMÁTICOS): se mantiene en**



principio al menos **10 días**, aunque podría variar en función de las variantes circulantes.

- **EL CRITERIO MÉDICO DE VS VALORARÁ PCR CUANDO PROCEDA A CRITERIO CLINICO-EPIDEMIOLOGICO en la reincorporación.**

Estas medidas podrán ser flexibilizadas a medida que avancen las vacunaciones y se controle o disminuya la incidencia.

...//...