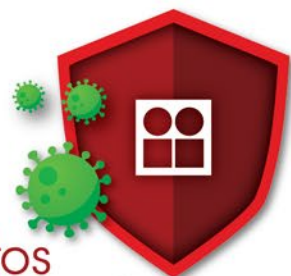




MATERIAL INFORMATIVO **COVID-19** v.02

Material compilado por Rosa María Flores Serrano



Juntos
prevenimos
la **COVID-19**

22 DE MARZO, 2020

Material INFORMATIVO COVID-19_{v.02}

Material compilado por Rosa María Flores Serrano

Se proporciona información sobre el virus SARS-CoV-2 y la enfermedad que produce, denominada COVID-19. Asimismo, se proporciona información sobre cuidados en casa, números de emergencia y otros.

ÍNDICE

1. ¿Qué es el virus SARS-CoV-2 y la enfermedad COVID-19?	pág. 4
2. Recomendaciones a seguir en caso de sospecha o confirmación de COVID-19	pág. 9
3. Guía de orientación para casos sospechosos o positivos de COVID-19.....	pág. 15
4. Información sobre cuidados para personas enfermas en el hogar y otros: Programa Universitarios de Investigación en Salud (PUIS) - UNAM.....	pág. 16
5. Atención psicológica.....	pág. 26
6. Contactos de emergencia.....	pág. 28
7. Listado de laboratorios que realizan el diagnóstico de COVID-19.....	pág. 30
8. Referencias.....	pág. 38



I. ¿Qué es el virus SARS-CoV-2 y la enfermedad COVID-19?

Información tomada de: Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19). Organización Mundial de la Salud <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>.

1. ¿Qué es un coronavirus?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones 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 o grave (SARS por sus siglas en inglés *severe acute respiratory syndrome*). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad COVID-19 (acrónimo del inglés *coronavirus disease 2019*; en español: enfermedad por coronavirus de 2019), y se denomina virus SARS-CoV-2 (*severe acute respiratory syndrome coronavirus 2*, por sus siglas en inglés; en español: coronavirus tipo 2 del síndrome respiratorio agudo grave).

2. ¿Qué es la COVID-19?

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente la COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo.

3. ¿Cuáles son los síntomas de la COVID-19?

Los síntomas más habituales de la COVID-19 son la fiebre, la tos seca y el cansancio. Otros síntomas menos frecuentes que afectan a algunos pacientes son los dolores y molestias, la congestión nasal, el dolor de cabeza, la conjuntivitis, el dolor de garganta, la diarrea, la pérdida del gusto o el olfato y las erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies. Estos síntomas suelen ser leves y comienzan gradualmente. Algunas de las personas infectadas solo presentan síntomas levísimos.



La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recuperan de la enfermedad sin necesidad de tratamiento hospitalario. Alrededor de 1 de cada 5 personas que contraen la COVID-19 acaba presentando un cuadro grave y experimenta dificultades para respirar. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas previas como hipertensión arterial, problemas cardiacos o pulmonares, diabetes o cáncer tienen más probabilidades de presentar cuadros graves. Sin embargo, cualquier persona puede contraer la COVID-19 y caer gravemente enferma. Las personas de cualquier edad que tengan fiebre o tos y además respiren con dificultad, sientan dolor u opresión en el pecho o tengan dificultades para hablar o moverse deben solicitar atención médica inmediatamente. Si es posible, se recomienda llamar primero al profesional sanitario o centro médico para que estos remitan al paciente al establecimiento sanitario adecuado.

4. ¿Qué debo hacer si tengo síntomas de COVID-19 y cuándo he de buscar atención médica?

Si tiene síntomas leves, como tos o fiebre leves, generalmente no es necesario que busque atención médica. Quédese en casa, aíslese y vigile sus síntomas. Siga las orientaciones nacionales sobre el autoaislamiento.

Busque inmediatamente atención médica si tiene dificultad para respirar o siente dolor o presión en el pecho.

NOTA: En este documento informativo se dan más recomendaciones.

5. ¿Cómo se propaga la COVID-19?

Una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad se propaga principalmente de persona a persona a través de las gotículas que salen despedidas de la nariz o la boca de una persona infectada al toser, estornudar o hablar. Estas gotículas son relativamente pesadas, no llegan muy lejos y caen rápidamente al suelo. Una persona puede contraer la COVID-19 si inhala las gotículas procedentes de una persona infectada por el virus. Por eso es importante mantenerse al menos a un metro con ochenta centímetros de distancia de los demás. Estas gotículas pueden caer sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, como mesas, pomos y barandillas, de modo que otras personas pueden infectarse si tocan esos objetos



o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. Por ello es importante lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol.

También se propaga por los aerosoles de las tazas de baño, si son usadas por personas enfermas. Por eso es muy importante bajar las tapas de las tazas de baño antes de accionar las descargas para el lavado de los mismos.

La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre las formas de propagación de la COVID-19 y seguirá informando sobre las conclusiones que se vayan obteniendo.

6. ¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con una persona que no presente ningún síntoma?

La principal forma de propagación de la COVID-19 es a través de las gotículas respiratorias expelidas por alguien que tose o que tiene otros síntomas como fiebre o cansancio. Muchas personas con COVID-19 presentan solo síntomas leves. Esto es particularmente cierto en las primeras etapas de la enfermedad. Es posible contagiarse de alguien que solamente tenga una tos leve y no se sienta enfermo.

Según algunas informaciones, las personas sin síntomas pueden transmitir el virus. Aún no se sabe con qué frecuencia ocurre. La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre esta cuestión y seguirá informando sobre las conclusiones que se vayan obteniendo.

7. ¿Cómo podemos protegernos a nosotros mismos y a los demás si no sabemos quién está infectado?

Practicar la higiene respiratoria y de las manos es importante en TODO momento y la mejor forma de protegerse a sí mismo y a los demás.

Cuando sea posible, mantenga al menos un metro con ochenta centímetros de distancia entre usted y los demás. Esto es especialmente importante si está al lado de alguien que esté tosiendo o estornudando. Dado que es posible que algunas personas infectadas aún no presenten síntomas o que sus síntomas sean leves, conviene que mantenga una distancia física con todas las personas si se encuentra en una zona donde circule el virus de la COVID-19.



Protocolo Uso de sanitarios



Usa papel desechable para levantar y bajar la tapa del WC (taza), y deposítalo en el basurero.



Baja la tapa del WC antes de activar la descarga para evitar la dispersión de aerosoles.

Los WC con sensor se activan automáticamente al bajar la tapa, pero **DEBES ESPERAR UNOS SEGUNDOS PARA QUE ESTO SUCEDA**. Si no se activa la descarga, hazlo manualmente. Los WC manuales, deberán activarse usando un papel desechable, que se depositará en el basurero.

Todos los papeles y demás residuos sanitarios deberán depositarse en los basureros.

Si caen al suelo de manera accidental, levántalos y colócalos correctamente en estos recipientes: usa papel desechable y ponlo en el basurero.



Apoya a la comunidad a prevenir la propagación de la COVID-19



8. ¿Qué debo hacer si he estado en contacto estrecho con alguien que tiene COVID-19?

Si ha estado en contacto estrecho con alguien con COVID-19, puede estar infectado.

Contacto estrecho significa vivir con alguien que tiene la enfermedad o haber estado a menos de un metro de distancia de alguien que tiene la enfermedad. En estos casos, es mejor quedarse en casa.

Sin embargo, si usted vive en una zona con paludismo (malaria) o dengue, es importante que no ignore la fiebre. Busque ayuda médica. Cuando acuda al centro de salud lleve mascarilla (cubrebocas) si es posible, manténgase al menos a un metro con ochenta centímetros de distancia de las demás personas y no toque las superficies con las manos. En caso de que el enfermo sea un niño, ayúdelo a seguir este consejo.

Si no vive en una zona con paludismo (malaria) o dengue, por favor haga lo siguiente:

- Si enferma, incluso con síntomas muy leves como fiebre y dolores leves, debe aislarse en su casa.
- Incluso si no cree haber estado expuesto a la COVID-19 pero desarrolla estos síntomas, aíslese y controle su estado.
- Es más probable que infecte a otros en las primeras etapas de la enfermedad cuando solo tiene síntomas leves, por lo que el aislamiento temprano es muy importante.
- Si no tiene síntomas pero ha estado expuesto a una persona infectada, póngase en cuarentena durante 14 días.

Si ha tenido indudablemente COVID-19 (confirmada mediante una prueba), aíslese durante 14 días incluso después de que los síntomas hayan desaparecido como medida de precaución. Todavía no se sabe exactamente cuánto tiempo las personas siguen siendo contagiosas después de recuperarse. Siga los consejos de los médicos y las autoridades nacionales sobre el aislamiento.



2. Recomendaciones a seguir en caso de sospecha o confirmación de COVID-19

En caso de haber estado en contacto directo con una persona con diagnóstico de COVID-19 en los últimos 14 días o presentar alguno de los síntomas que se citan a continuación, puede haber sospecha de estar contagiado de COVID-19:

- Temperatura superior a 37.8 °C.
- Tos seca.
- Dolor de cabeza.
- Falta de aire o dificultad para respirar.
- Pérdida del sentido del olfato o el gusto.
- Catarro.
- Cansancio extremo sin razón alguna.
- Molestias o dolor de articulaciones de brazos y piernas.
- Dolor o ardor de garganta.
- Diarrea.
- Conjuntivitis.
- Dolor en el pecho o tórax.
- Dolor abdominal.
- Erupciones o manchas en la piel.

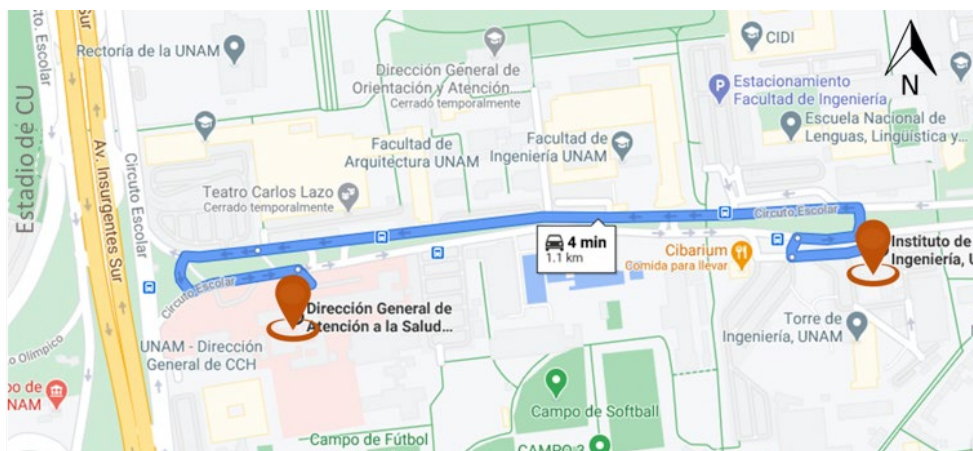
Por lo tanto, se le hacen las siguientes recomendaciones:

1. Asista a un servicio de salud de manera inmediata (no espere a que empeoren los síntomas) si tiene alguna de las siguientes comorbilidades:

- Asma (Con síntomas que diariamente, afectan la actividad y el sueño, requiere tratamiento de rescate diariamente)
- Cáncer (Con tratamiento quimioterapéutico)
- Diabetes Mellitus
- Embarazo
- Enfermedad Cardiovascular o Cerebrovascular
- Enfermedad hepática
- Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica
- Enfermedad Renal Crónica
- Hipertensión Arterial Sistémica (HAS) descontrolada
- Inmunosupresión

- Lactancia Materna (Durante la incapacidad por maternidad)
- Mayores de 60 años
- Obesidad (Índice de Masa Corporal $> 40 \text{ Kg/m}^2$)
- VIH

2. El servicio de atención médica más cercano al Instituto de Ingeniería, UNAM es el que se encuentra en la Dirección General de Atención a la Salud (Centro Médico Universitario), ubicado en Circuito Escolar S/N (a un lado de la Alberca Olímpica Universitaria), el cual comenzará a operar una vez que lo anuncien las autoridades universitarias (cuando se dé el cambio a semáforo amarillo). Para obtener información de centros de salud que están atendiendo casos COVID-19 en Ciudad de México llame a Locatel al teléfono 55 56581111 o consulte la página web: <https://test.covid19.cdmx.gob.mx/public/hospitales/EstatusHospitales.xhtml>. En el estado de Querétaro se puede consultar la lista de hospitales con atención COVID-19 llamando al Call Center 442 1015205 y en la página web <https://www.de-paseo.com/queretaro/hospitales-queretaro/>. En el estado de Yucatán se puede solicitar información en el WhatsApp 800 9822826 o el chat de salud de Facebook FACEBOOK.COM/CHATDELASALUD o la página web <https://salud.yucatan.gob.mx/secciones/ver/unidades-medicas>.



La Dirección General de Atención a la Salud de la UNAM se encuentra a 650 m del Instituto de Ingeniería, UNAM. Caminando = 8 min, en vehículo = 4 min. Imagen tomada de GoogleMaps®.



3. Si presenta síntomas severos relacionados con la COVID-19 (**dificultad para respirar o sensación de falta de aire, dolor intenso o presión en el pecho, incapacidad para hablar o moverse**), llame al **número de emergencia 911** o **acuda directamente a un hospital** para atención de **urgencias**:

- Estudiantes: Unidades médicas IMSS.
- Personal académico y administrativo: Unidades Médicas ISSSTE.
- Las personas no adscritas al ISSSTE, a los hospitales COVID-19 gubernamentales u hospitales privados.
- En caso de dudas sobre COVID-19 llame a: Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria: 800 0044800.

4. Si tiene síntomas leves, póngase en contacto con alguno de los servicios de atención telefónica o en línea para que le apliquen un cuestionario para identificar el riesgo de haber contraído la enfermedad COVID-19:

- *Call Center* COVID-19 de la Facultad de Medicina UNAM, donde se atiende de lunes a viernes, de 8:00 h a 20:00 horas en los teléfonos 55 41611630 y 800 4610145; o bien, puede conversar por medio del chat, para lo cual deberá ingresar a alguna de las siguientes páginas: www.facmed.unam.mx, <http://covid19.facmed.unam.mx> y <http://meditic.facmed.unam.mx>. Se le hará una entrevista para evaluar su estado, le indicarán si es necesaria la realización de una prueba por COVID-19 y se le dará orientación sobre las medidas a seguir.
- Si está en Ciudad de México, también puede enviar un mensaje de texto (SMS) con la palabra covid19 al 51515, o llamar al teléfono de Locatel 55 56581111, en donde se le aplicará un cuestionario para ayudar a identificar el riesgo que se tiene de haber contraído la enfermedad COVID-19, y si es necesario que le hagan una prueba para diagnosticar la enfermedad, en cuyo caso le indicarán si alguien del servicio de salud de Ciudad de México debe pasar a su domicilio o si tiene que acudir a alguno de los centros de salud donde están aplicando estas pruebas. Si no desean llamar a Locatel o enviar el mensaje SMS, pueden ingresar al portal test.covid19.cdmx.gob.mx, donde también le aplicarán el cuestionario antes mencionado.
- Las personas de la Unidad Académica Foránea Sisal, Yucatán pueden llamar a la Línea estatal 800 9822826 o al programa *Médico a Domicilio Municipal* del municipio de Mérida al 999 9823329, en el WhatsApp 800 9822826 o el chat de salud de Facebook [FACEBOOK.COM/CHATDELASALUD](https://www.facebook.com/CHATDELASALUD); en Juriquilla, Querétaro, pueden comunicarse al *call center* estatal: 442 1015205.



- Los estudiantes del IIUNAM, pueden ingresar a la página *Permiso COVID-19 del IMSS*, <http://www.imss.gob.mx/covid-19/permiso>, donde también se les hará un cuestionario para ayudar a identificar el riesgo que se tiene de haber contraído la enfermedad COVID-19, y, en caso de necesitar someterse a cuarentena, les enviarán por correo electrónico la hoja de incapacidad temporal. Deberán comunicarse con su tutor, y con quien sea necesario en su dependencia de estudios.

5. Deberá completar 14 días de confinamiento en casa. Se le recomienda hacerse una prueba de diagnóstico de COVID-19 (PCR, Reacción en Cadena de la Polimerasa) o una prueba rápida de antígenos como las aplicadas en los macroquioscos y algunos centros comerciales y farmacias que ha puesto a disposición de la población el gobierno de Ciudad de México (consultar información en el material informativo emitido por el IIUNAM en el SharePoint COVID-19 y la página web del gobierno de Cdmx <https://covid19.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/presenta-gobierno-capitalino-nueva-ubicacion-de-quioscos-y-macroquioscos-para-pruebas-gratuitas-de-covid-19>). Se le recomienda verificar con un servicio médico la fecha conveniente para hacer el análisis en función de la fecha de inicio de los síntomas y otras circunstancias que le serán indicadas. Podrá suspenderse el confinamiento en caso de resultado negativo de una prueba de COVID-19.

Si es miembro de la comunidad UNAM (estudiante, académico, administrativo, de base, de confianza) puede realizarse la prueba de COVID-19 de forma gratuita llamando al servicio Diagnóstico COVID-19 para Comunidad UNAM, con horario de 9:00 h a 15:00 h, a los teléfonos 55 68962238 y 74 45052271, donde se le dará una cita para hacerle un cuestionario presencial y, si ellos lo consideran apropiado, le darán una cita para una prueba gratuita para diagnóstico de COVID-19. El centro de atención se encuentra en Adolfo Prieto No. 721, Col. del Valle Norte, Alcaldía Benito Juárez, 03100 Ciudad de México. No atienden a personas sin una cita previa. El personal de la UNAM deberá presentar su credencial de trabajador o estudiante vigente. Asimismo, para la toma de muestra (una vez que le hayan proporcionado una cita) deberá presentarse con un ayuno de 4 h y sin aseo bucal. También existe un laboratorio en la Facultad de Ciencias de la UNAM que realiza pruebas de PCR a bajo costo como parte de un protocolo de pruebas de validación de un biosensor para la detección del virus SARS-CoV-2; la información se muestra en el apartado 7 de este documento (Listado de laboratorios que realizan el diagnóstico de COVID-19).



6. Durante el autoaislamiento por sospecha o confirmación de COVID-19 se deberán seguir las siguientes indicaciones:

- a) Tómese y anote la temperatura y oxigenación (% de saturación de oxígeno medido con un aparato denominado oxímetro) al menos dos veces al día (mañana y final de la tarde). Si la temperatura sube por arriba de 37.8 °C o se presentan otros síntomas mencionados en el numeral 1 de este capítulo 2, se le recomienda consultar un servicio médicos indicados en el numeral 4 de este capítulo 2, para orientación médica. En cuanto a la oxigenación, la mayoría de las personas tienen una lectura entre el 95 y el 98 por ciento de oxigenación; otras pueden reportar un nivel más bajo, en especial si padecen enfermedades preexistentes. En todo caso, si el porcentaje de oxígeno es inferior al 92 por ciento, se recomienda consultar a un médico o un servicio de orientación médica en línea para evaluar la pertinencia de dirigirse a un centro hospitalario (Gobierno del estado de Jalisco, 2020). Pero si se tienen señales claras de dificultad para respirar o sensación de falta de aire, dolor intenso o presión en el pecho, incapacidad para hablar o moverse, se deberá acudir inmediatamente al hospital o llamar al 911 para atención de emergencia, como se indica en el inciso h de este apartado.
- b) De acuerdo con los síntomas presentados, se recomienda hacer una valoración de los mismos de acuerdo con la *Guía de orientación para casos sospechosos o positivos de COVID-19* (capítulo 3 de este material); esto es únicamente con el propósito de que las personas afectadas decidan qué atención deben procurarse en función de los síntomas que presenten. No es un criterio de decisión para asistir al IIUNAM.
- c) Permanezca en su domicilio, preferentemente en una habitación individual, y restrinja al mínimo las salidas de la habitación, y si lo hace, lo hará con un cubrebocas (de preferencia quirúrgico o de tela de 3 capas).
- d) Restrinja al máximo posible el contacto con convivientes. El contacto se deberá organizar para no realizar ninguna salida fuera de su casa que no sea excepcional durante su periodo de cuarentena.
- e) Practique el frecuente de lavado de manos (con agua y jabón o gel hidroalcohólico al 70 %) especialmente después de toser, estornudar y tocar o manipular pañuelos u otras superficies potencialmente contaminadas.
- f) Limpie las superficies y objetos de uso frecuente (apagadores, manijas y teléfonos) y no compartir platos, vasos ni objetos de aseo personal.
- g) Evite tomar antipiréticos (medicamentos para controlar temperatura como paracetamol) sin supervisión médica durante el periodo de vigilancia para evitar enmascarar y retrasar la detección de la fiebre.



h) Si se presentan síntomas severos relacionados con la COVID-19 (dificultad para respirar o sensación de falta de aire, dolor intenso o presión en el pecho, incapacidad para hablar o moverse) deberán llamar al número de emergencia 911 o se acudirá directamente a un hospital para atención de urgencias:

- Estudiantes: Unidades médicas IMSS.
- Personal académico y administrativo: Unidades Médicas ISSSTE.
- Las personas no adscritas al ISSSTE, a los hospitales COVID-19 gubernamentales u hospitales privados.
- En caso de dudas llamar a: Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria 800 0044800.

7. Para justificar los días de ausencia, deberá consultar el procedimiento a seguir con el Secretario Administrativo (Lic. Salvador Barba Echavarría, SBarbaE@iingen.unam.mx, Tel. 55 56233620) con copia a la Jefa del Departamento de Personal (C. Rosa María Solís Cruz, RSolisCr@iingen.unam.mx, Tel. 55 56233625 o 55 56233600 Ext. 3625).



3. Guía de orientación para casos sospechosos o positivos de COVID-19

Esta guía tiene el propósito de orientar a las personas respecto a las acciones a seguir en función de la gravedad de los síntomas presentados. A cada condición presentada asigne la puntuación indicada en la siguiente tabla:

CONDICIÓN	PUNTUACIÓN
Contacto directo con una persona con diagnóstico de COVID-19 en los últimos 14 días	11
Temperatura superior a 37.8 °C	5
Tos seca	5
Dolor de cabeza	5
Falta de aire o dificultad para respirar	20
Pérdida del sentido del olfato o el gusto	11
Catarro	1
Cansancio extremo sin razón alguna	1
Molestias o dolor de articulaciones de brazos y piernas	1
Dolor o ardor de garganta	1
Diarrea	1
Conjuntivitis	1
Dolor en el pecho o tórax	1
Dolor abdominal	1
Erupciones o manchas en la piel	1

Sume los puntos obtenidos y vea la acción recomendada en la siguiente tabla:

PUNTUACIÓN	¿QUÉ SE RECOMIENDA HACER?
1 -10	Aislamiento en casa por 14 días y monitoreo constante de síntomas. Si aumenta el puntaje, actuar como lo indica esta tabla.
11-29	Valoración médica en servicios telefónicos o en línea, o un centro de salud.
30 o más	Acudir al hospital de inmediato.

Adaptado de: GMTCOVID-19 (2020) y Facultad de Medicina UNAM (2020).

4. Información sobre cuidados para personas enfermas en el hogar y otros: Programa Universitario de Investigación en Salud (PUIS) - UNAM

COVID-19

10 PASOS PARA EL CUIDADO DE PERSONAS ENFERMAS EN EL HOGAR

01. No te automediques
02. Reposa en un espacio aislado
03. Usa tu codo o pañuelos para toser y estornudar, ponlos en bolsa y ciérrala
04. Lávate frecuentemente las manos o usa alcohol en gel
05. Cubrebocas para ti y tu cuidador
06. No toques ojos, nariz y boca
07. No saludes de mano, beso o abrazo
08. Un adulto debe cuidarte
09. Aliméntate saludablemente e hidrátate
10. Platos, vasos y cubiertos, desinféctalos con jabón y cloro

Con **fiebre mayor de 38 grados y/o dificultad para respirar**, acude con urgencia al médico

¿Dudas? Llama al **800 0044 800** de la Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria

UNAM PUIS

UNAM
La Universidad de la Nación

CUIDADOS EN CASA A INFECTADOS POR COVID 19

Si tu familiar dio positivo o presenta síntomas de COVID 19, sigue estas recomendaciones.

COMIDA:

Asignar utensilios para uso exclusivo. Desinfectar con solución clorada y luego lavar los utensilios con agua y jabón. Evitar desechables, pueden convertirse en un foco de infección.

BAÑO:

Usar un baño exclusivo para el paciente. Si no es posible, desinfectar con solución clorada cada que se utilice. Toallas y accesorios de higiene personal exclusivos.

LIMPIEZA:

USAR guantes y cubrebocas.

Tirar cubrebocas y guantes en un bote **CON TAPA**

Guardar objetos de limpieza **EN UNA BOLSA**

Limpiar **DIARIAMENTE** superficies de mucho contacto.

LAVAR MANOS DESPUÉS DE TIRAR GANTES Y CUBREBOCAS.

SOLUCIÓN CLORADA:

DILUIR DOS CUCHARADAS DE CLORO POR 1 LITRO DE AGUA

ROPA DE CAMA Y DEL PACIENTE:

Poner en una bolsa de plástico

Lavar con agua y jabón.

Secar al sol o en secadora

CONVIVENCIA Y COMUNICACIÓN:

El paciente debe permanecer en su habitación constantemente desinfectada.

Utilizar celular y redes sociales como medio de comunicación.

Debe ser cuidado por una sola persona y ambos deben usar **siempre** cubrebocas

NO aislar al paciente emocionalmente

INFORMACIÓN: VISUALIZACIÓN PARA DIFUSIÓN INSTITUCIONAL GOBIERNO DE MÉXICO Y EL SECTOY CON PARTICIPACIÓN INSTITUCIONAL DE LA SECRETARÍA DE SALUD. TERCER PUESTO DE COORDINACIÓN SOCIAL DE LA SECRETARÍA DE SALUD. TERCER PUESTO DE COORDINACIÓN SOCIAL DE LA SECRETARÍA DE SALUD. TERCER PUESTO DE COORDINACIÓN SOCIAL DE LA SECRETARÍA DE SALUD. TERCER PUESTO DE COORDINACIÓN SOCIAL DE LA SECRETARÍA DE SALUD.



RECOMENDACIONES PARA EL HOGAR CON FAMILIARES ENFERMOS 2019 nCoV Coronavirus e Influenza

Si el paciente no está grave puede permanecer en casa. Si tiene fiebre elevada o persistente, falta de aire, o dificultad para respirar, debe acudir al hospital.



En casa, hay al menos una persona adulta que puede cuidar al paciente.

El paciente deberá contar con una habitación individual donde pueda recuperarse sin compartir espacio inmediato con otros.



Las necesidades básicas y de alimentación del paciente deberán ser satisfechas.



El paciente y sus contactos domiciliarios

- Deben tener acceso al equipo recomendado de protección personal (como mínimo guantes y cubrebocas).
- Deben de ser capaces de seguir las recomendaciones para el cuidado en aislamiento en el hogar:
 - Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar, desechar los pañuelos.
 - Lavarse las manos con agua y jabón después de tener contacto con secreciones respiratorias y objetos/materiales contaminados.

Es importante extremar precauciones en las personas con mayor riesgo de complicaciones por la infección 2019-nCoV

- Cualquier tipo de inmunocompromiso (VIH, enfermedades crónicas y diabetes).
- Enfermedades pulmonares, del corazón o los riñones.
- Mayores de 65 años
- Menores de 5 años
- Embarazadas

En caso de dudas, llamar al 800 0044 800 (Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Santitaria)



El estrés y las infecciones virales

La respuesta al estrés está controlada por la interacción de tres sistemas: nervioso, endocrino e inmune.

En la situación que estamos viviendo, la gran cantidad de información (real o falsa) sobre la pandemia que se comparte a gran velocidad, provoca miedo y que de éste se desencadene pánico y, por tanto, un aumento del estrés.

El estrés reiterado y crónico suprime la inmunidad celular, pues propicia cambios hormonales, así como una liberación de citocinas que se activan ante respuestas inflamatorias.

Esto tiene como consecuencia un aumento en la severidad de enfermedades infecciosas comunes, además de favorecer reactivación de infecciones latentes como herpes o tuberculosis.

Con revisión del Dr. Manuel Ángeles Castellanos, Jefe del Departamento de Anatomía de la Facultad de Medicina, UNAM

Logos de la UNAM, Facultad de Medicina, y la Coordinación de Comunicación Social.



COVID-19 CORONAVIRUS

Consejos para los más GRANDES

- 1** Quédate en casa
- 2** Lávate las manos con frecuencia
- 3** Evita los lugares con muchas personas
- 4** Evita el contacto con enfermos
- 5** Mantén una dieta saludable
- 6** No fumes
- 7** Si te falta el aire y/o tienes intenso malestar general, ve al médico
- 8** Realiza ejercicio moderado en casa

UNAM PUIS *UNAM La Universidad de la Nación*

Ten más cuidado si padeces hipertensión, diabetes, cáncer u otra enfermedad crónica

2 Si se paga con tarjeta y firma electrónica, evitar tocar los botones del aparato de cobro directamente, en su lugar usar un objeto de la casa (llave, moneda, etc.). Si hay que firmar algún papel, utilizar una pluma de la casa, no la del repartidor.

3 Limpiar por fuera bolsas, empaques, cajas con un trapo limpio con agua y cualquier limpiador de la casa convencional (media cubeta de agua con una cucharada de cloro).

4 Limpiar con esa misma mezcla para limpiar todos los productos que hayan llegado.

5 Lavarse las manos con agua y jabón después de terminar los procedimientos.

6 Si se pidió comida preparada, no comer directamente de los recipientes en los que venga la comida; limpiar los recipientes por fuera y servir en la cocina la comida en cada plato.

7 Mantener la sana distancia al repartidor y que no pase al interior del domicilio.

8 Considerar dar una propina generosa al repartidor, porque por prestar el servicio pone en riesgo su propia salud.

9 Tirar a la basura los empaques y recipientes de lo que se pidió en cuanto sea posible. Evitar manipulación innecesaria (que los niños no jueguen con las cajas).

10 La persona que reciba al repartidor debe estar sana y lavarse las manos antes de abrir.

Pedir a domicilio: cómo evitar infectarnos por coronavirus

UnAm La Universidad de la Nación

Dr. Mauricio Rodríguez
Integrante de la Comisión Universitaria para la Atención de la Emergencia Coronavirus

**CORONAVIRUS
COVID-19**

Celulares, uno de los factores de contagio

Las bacterias y virus que se transmiten mediante los dispositivos móviles pueden ayudar al contagio de la Covid-19 y de otras enfermedades, por eso es importante mantener una rutina de aseo regular para prevenirlo

Limpia
Apaga el dispositivo y retira todos los cables conectados

Utiliza un paño suave, que no deje pelusa, ligeramente húmedo con agua y jabón para retirar la suciedad

Desinfecta
Usa toallitas húmedas que contengan un 70 por ciento de alcohol isopropílico para las superficies exteriores

Evita

- Que entre humedad por cualquier puerto o toma de audífonos
- Utilizar limpiadores domésticos, solventes o abrasivos
- Aplicar mucha presión en la pantalla del móvil

Recomendaciones:

- No compartíros
- No llevarlos al baño
- No colocarlos sobre mesas o áreas a las que tienen acceso familiares
- Lava tus manos con agua y jabón cada vez que dejes de utilizarlos

#UNAMosAccionesContraLaCovid19

UNAM PUIS Programa Universitario de Investigación en Salud
UNAM La Universidad de la Nación



¿CÓMO DESINFECTAR SUPERFICIES CON DILUCIÓN DE CLORO ?



Para elaborar **un litro de desinfectante** se requieren **950 ml de agua y 50 ml de cloro** (de 10 a 13% declarado en la etiqueta), el cual es económico y fácil de conseguir.



Es necesario vaciar la solución en **recipientes oscuros**, así como **colocar una etiqueta para evitar que sea ingerida**.



El **desinfectante tiene una duración de 24 horas**, después es recomendable desecharse y volver a elaborarlo.



Se deben **lavar las superficies con agua y jabón antes de aplicar la solución**, pues ello ayuda a destruir el virus.



Después de secar el agua y jabón con una franela, se aplica el desinfectante*, se deja actuar 10 minutos y se retira con un paño seco para evitar que cause daños a la salud.



*Evita usar cloro sobre acero inoxidable, pues es **muy corrosivo**.





CORONAVIRUS COVID-19

Uso de cubrebocas caseros

Actualmente, los especialistas recomiendan el uso de cubrebocas y ante la falta de éstos, puedes fabricarlos

Fabricalo con 2 o 3 capas de tela de algodón

Su uso limita la propagación de secreciones nasales y gotas de saliva

Debe cubrir boca y nariz, evitando que quede espacio entre la cara y el cubrebocas

Utilízalo en entornos públicos como transporte, mercados o tiendas

Lava tus manos antes de ponerlo, si lo llegas a tocar y luego de retirarlo

Al retirar la tela que cubre la cara ten cuidado de no tocar los ojos, la nariz y la boca

Cámbialo si está húmedo y lávalo diario en un recipiente por separado para volver a usar

#UNAMosAccionesContraLaCovid19

UNAM PUIS
Programa Universitario de Investigación en Salud

UNAM
La Universidad de la Nación

No olvides
Lavar tus manos, mantener tu distancia, estornudar de etiqueta, no saludar de beso o mano, no tocar nariz, ojos o boca y quedarte en casa si te es posible



5. Atención psicológica

La pandemia de COVID-19 ha sido una situación traumática para la humanidad, no solo para las personas que han padecido la enfermedad y/o han perdido seres queridos por la misma. El encierro involuntario, el exceso de noticias catastróficas, la afectación a las fuentes de empleo, el teletrabajo, la atención de clases en línea, la incertidumbre sobre el futuro, y demás situaciones extraordinarias que han resultado de la pandemia han sometido a toda la población a estrés, produciendo emociones y sentimientos como temor, tristeza, enojo o ansiedad, o síntomas poco deseables como el insomnio, la falta de apetito o el impulso incontrolable de ingerir alimentos, que de no atenderse oportunamente pueden resultar en problemas más graves de salud mental y física.

Por lo anterior la UNAM ha puesto a disposición de la comunidad los siguientes servicios de atención psicológica (información tomada de la Gaceta UNAM del 28 de septiembre de 2020):

a) Atención especializada de enfermería en salud mental y psicología de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia (ENEO):

- Teléfonos 55 53507218 y 800 4610098, y en el chat que se encuentra en la página web <http://www.eneo.unam.mx/enfermeriacallcenter/>.
- Horario de atención lunes a domingo 9:00 a 14:00 y 15:00 a 20:00, si es que se encuentran operarios disponibles.
- Ofrecen ayuda de primer contacto en casos de malestar por ansiedad, depresión, duelo y riesgo suicida, así como la referencia a servicios de psicología de la propia ENEO u otros servicios de atención psicológica o psiquiátrica en la UNAM, o bien a grupos de apoyo en instituciones pertenecientes a los Servicios de Salud Mental y Atención Psiquiátrica.
- También ofrecen orientación sobre cómo adoptar estilos de vida saludables para conservar y mejorar la salud física y mental.

b) Apoyo estudiantil para crisis y violencia de la Dirección General de Atención a la Salud (DGAS):

- Servicio de ayuda en situación de crisis escribiendo un correo electrónico a sos@correo.unam.mx o llamando al 55 56220127 o 55 56220131.
- Horario de atención: En horas de oficina de lunes a viernes.



c) Call center de atención en salud mental de la Facultad de Psicología:

- Teléfono: 55 50250855 con seis líneas.
- Horario de atención: lunes a viernes de 8 a 18 horas.
- Dirigido principalmente a estudiantes pero atienden a público en general.
- Asistencia de primer contacto en problemas de ansiedad, depresión, crisis de pánico, entre otros.
- Es un servicio gratuito en el que se apoya de manera directa a quienes pasen por una crisis o un momento difícil; de ser necesario, se puede canalizarlos a un modelo de terapias breves para el mejor seguimiento de su caso.

d) Clínica del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina:

- Atención en línea pero se requiere agendar una cita en el correo dpsm_clinica@facmed.unam.mx.
- Está dirigido principalmente a estudiantes pero atienden a toda la comunidad UNAM. Los estudiantes tienen que estar inscritos y contar con credencial vigente.
- Los esfuerzos se centran en la detección y tratamiento multidisciplinario de las situaciones más frecuentes en los jóvenes: depresión, ansiedad, dificultades para relacionarse, bajo rendimiento académico, problemas de atención y estrés persistente, entre otros.
- El servicio está a cargo de profesionales en psiquiatría, quienes se apoyan de psicólogos clínicos, trabajadores sociales psiquiátricos y neurofisiólogos para dar un tratamiento completo.

e) Micrositio Bienestar Emocional en Tiempos de Covid-19 de la Dirección General de Incorporación y Revalidación de Estudios (DGIRE):

- A través del micrositio Bienestar Emocional en Tiempos de Covid-19 http://www.dgire.unam.mx/contenido_wp/documentos/bienestar-emocional/ dirigido a estudiantes y profesores, y con la colaboración de psicólogos y psicopedagogos, se ofrecen recomendaciones, estrategias y acciones diferenciadas con el fin de contribuir a los procesos de contención, inclusión y manejo emocional de la comunidad universitaria ante la pandemia.
- En esta plataforma se cuenta con una red de contención social en la que participan 150 escuelas del sistema incorporado trabajando con modelos de acompañamiento y formación de grupos.



6. Contactos de emergencia

INSTANCIA	DATOS DE CONTACTO
Call center Orientación Médica UNAM (Facultad de Medicina)	Tel. 55 41611630 y 800 4610145
Emergencias	Tel. 911 En toda la República Mexicana
Responsable Sanitaria IIUNAM, Rosa María Flores Serrano	Tel Oficina 55 56233600 Ext. 8653 Cel. 55 66784911. CECovid@iingen.unam.mx
Dirección General de Atención a la Salud (Centro Médico Universitario)	Tel. 55 56220150 Circuito Escolar S/N (a un lado de la Alberca Olímpica Universitaria), 08:00-20:00 h.
Servicio Diagnóstico COVID-19 para Comunidad UNAM	Tel. 55 68962238 y 744 5052271
Servicio de información SMS COVID-19 de Ciudad de México	SMS al 51515 con la palabra covid19
Locatel (Ciudad de México)	Tel. 55 56581111
Línea estatal COVID Yucatán	Tel. 800 9822826
Programa Médico a Domicilio Municipal de Yucatán	Tel. 999 9823329
Call center estatal de Querétaro	Tel. 442 1015205
Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria de la Secretaría de Salud Federal	Tel. 800 0044800
WhatsApp de la Secretaría de Salud Federal	Tel. 55 86338589
Aplicaciones (apps) para teléfonos inteligentes	COVID-19MX de la Secretaría de Salud Federal, COVID-19 CDMX del Gobierno de CDMX. COVAPP del gobierno de Querétaro. Meditoc en Yucatán.
Auxilio UNAM	Tel. Directo 55 56161922, 55 56160967 y Extensiones 22430, 22431, 22432, 22433
Secretaría de Prevención, Atención y Seguridad Universitaria	Tel. 55 56221286 y 55 56221284

Continúa



INSTANCIA	DATOS DE CONTACTO
Central de Atención de Emergencias UNAM	Tel. 55 56160523
Protección Civil	Tel. 55 56226556
Línea de Reacción PUMA	Tel. 55 56226464
Denuncia Universitaria	Tel. 800 2264725
Bomberos	Tel. 55 56161560 Extensiones 20565 y 20566



7. Listado de laboratorios que realizan el diagnóstico de COVID-19

Si es miembro comunidad UNAM (estudiante, académico, administrativo, de base, de confianza) puede llamar al servicio Diagnóstico COVID-19 para Comunidad UNAM, con horario de 9:00 h a 15:00 h, a los teléfonos 55 68962238 y 74 45052271, donde se le dará una cita para hacerle un cuestionario presencial y, si ellos lo consideran apropiado, le darán una cita para una prueba gratuita para diagnóstico de COVID-19. El centro de atención se encuentra en Adolfo Prieto No. 721, Col. del Valle Norte, Alcaldía Benito Juárez, 03100 Ciudad de México. No atienden a personas sin una cita previa. El personal de la UNAM deberá presentar su credencial de trabajador o estudiante vigente. Asimismo, para la toma de muestra (una vez que le hayan proporcionado una cita) deberá presentarse con un ayuno de 4 h y sin aseo bucal.

También existe una prueba de PCR de bajo costo para la comunidad UNAM que está realizando el Grupo de Trabajo para el Desarrollo de Biosensores del Laboratorio Nacional de Soluciones Biomiméticas para Diagnóstico y Terapia (LaNSBioDyT) de la Facultad de Ciencias de la UNAM. La prueba PCR se aplica como parte de un protocolo de validación de un biosensor molecular para la detección del SARS-CoV-2, con el fin de implementar un ensayo para el diagnóstico de COVID-19. El laboratorio entrega un diagnóstico POSITIVO/NEGATIVO de SARS-CoV-2 y los resultados los entregan la noche del mismo día de la toma de muestra. Estas pruebas se aplicarán mientras dure su protocolo de investigación. La cuota de recuperación es de \$700 y, de manera solidaria, \$500 a la comunidad de la UNAM. La toma de muestra es orofaríngea (raspado de garganta) y se realiza en las instalaciones de la Facultad de Ciencias, en Ciudad Universitaria (entrando por el estacionamiento de Profesores) o con un costo extra de \$1500 la pueden realizar a domicilio. Solo toman muestras los lunes, miércoles y viernes. El procedimiento es solicitar una cita para el día deseado al correo biosensor@ciencias.unam.mx, realizar el pago en el enlace <https://tienda.fciencias.unam.mx/es/242-prueba-covid-19>, confirmar en el mismo correo enviando el comprobante de pago. En ese momento enviarán las instrucciones para llegar, de seguridad e indicaciones para la toma de muestra: llevar su propio bolígrafo, uso obligatorio en todo momento de cubrebocas, no comer, beber, ni hacer lavado bucal, mascar chicle, tomar pastillas para la tos o el aliento y no hacer gárgaras (ni con agua) en las dos horas previas a la toma de la muestra.



La información que se cita a continuación se obtuvo de la página web de la Secretaría de Salud, de un documento titulado Laboratorios con reconocimiento por parte del InDRE, para realizar el diagnóstico de COVID-19, con fines de vigilancia epidemiológica: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/619541/LISTADO_DE_LABORATORIOS_QUE_REALIZAN_EL_DIAGNOSTICO_DE_COVID-19_03032021.pdf.

1. Laboratorios estatales de salud pública

1. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Aguascalientes
2. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Baja California
3. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Baja California Sur
4. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Campeche
5. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Ciudad de México
6. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Chiapas
7. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Chihuahua
8. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Coahuila
9. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Colima
10. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Durango
11. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Edo. México
12. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Guanajuato
13. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Guerrero
14. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Hidalgo
15. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Jalisco
16. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Michoacán
17. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Morelos
18. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Nayarit
19. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Nuevo León
20. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Oaxaca
21. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Puebla
22. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Querétaro
23. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Quintana Roo
24. Laboratorio Estatal de Salud Pública de San Luis Potosí
25. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Sinaloa
26. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Sonora
27. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Tabasco



- 28. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Tamaulipas
- 29. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Tlaxcala
- 30. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Veracruz
- 31. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Yucatán
- 32. Laboratorio Estatal de Salud Pública de Zacatecas

2. Laboratorios de apoyo a la vigilancia epidemiológica (LAVES)

- 33. Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias
- 34. Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición “Salvador Zubirán”
- 35. Hospital General de México
- 36. Hospital 20 de noviembre (ISSSTE)
- 37. Laboratorio Central de Epidemiología, CMN La Raza (IMSS)

3. Laboratorios a cargo de la división de laboratorios de vigilancia e investigación epidemiológica del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)

- 38. Laboratorio de Apoyo a la Vigilancia Epidemiológica del Centro de Investigación Biomédica de Occidente (CIBO), Guadalajara, Jal.
- 39. Laboratorio de Apoyo a la Vigilancia Epidemiológica del Centro de Investigación Biomédica del Noreste (CIBIN), Monterrey, N.L.
- 40. Laboratorio de Apoyo a la Vigilancia Epidemiológica de la Unidad Médica de Alta Especialidad en Yucatán (UIMY).
- 41. Laboratorio de Apoyo a la Vigilancia Epidemiológica (LAVE) unidad de Investigación Biomédica de Zacatecas (UIBMZ).

4. Laboratorios particulares

- 42. Centro Médico ABC, Campus Observatorio
- 43. Hospital Ángeles Interlomas
- 44. Olartey Akle, Bacteriólogos, S.A de C.V.
- 45. Laboratorios Lister, (Lister Laboratorios de Referencia, S.A de C.V)



46. Laboratorios Biomédicos de Merida (Biomédicos de Yucatán S.A de C.V)
47. LABIOMOLA, S.A de C.V
48. Hospital Español de la Ciudad de México.
49. Médica Sur, S.A.B de C.V
50. Grupo Diagnóstico Aries.
51. Laboratorio CARPERMOR, (Grupo Diagnóstico Médico PROA, S.A de C.V)
52. ORTHIN Referencia Especializada, S.A de C.V.
53. Unidad de Patología Clínica,
54. Laboratorios Clínicos de Puebla S.A de C.V (Clínica Ruíz)
55. Salud Digna A.C.
56. Laboratorio Juárez S.A de C.V.
57. Grupo Corporativo BIOQUIMIA, Siglo XXI, S.A de C.V
58. LSG Clínicos Mexicali, BC (LSG Clínicos S de RL de CV)
59. LANS, Laboratorios de Referencia
60. Laboratorio de Diagnóstico Molecular AL Genós.
61. Biología Molecular Diagnóstica S.A. de C.V. (BIMODI)
62. Patología Genética Molecular S.A de C.V. (Laboratorio PGM)
63. Central ADN S.A de C.V.
64. Asesores Diagnóstico Clínico.
65. Vitagénesis S.A de C.V. / INN BIOGEM S.C.
66. Genodiagnóstica S.A de C.V.
67. Laboratorio de Patología Quirúrgica y Citología de Puebla S.C. (LABOPAT)
68. GENOLIFE, Información de vida SAPI de CV
69. Certus Laboratorio (Medical Services International, S.A. de C.V.)
70. Desarrollos Especializados en Biotecnología y Diagnóstico Molecular S.A. de C.V.
(Denatbio)
71. Laboratorio de Análisis Genéticos Especializados México, S de RL de CV (LAGEM)
72. Laboratorio Alfonso Ramos, S.A. de C.V.
73. Laboratorios DIAGNOMOL S.A. DE C.V.
74. Unidad de Analítica y Diagnóstico SA DE CV.
75. Hospital San José / TecSalud
76. LSD Diagnóstico de Analisis Clínicos S.A de C.V.
77. LABORATORIOS CLÍNICOS DE LA HOZ S.A. de C.V.
78. LCM Laboratorios Clínicos de Mérida S.A de C.V.
79. SERVACARE SA. de C.V.
80. Laboratorios de Especialidades Inmunológicas S. A. de C. V.
81. Laboratorio Christus Muguerza®
82. Hospital San Ángel Inn Universidad.



83. Laboratorio Clínico del Campestre S.C. Aguascalientes, Ags.
84. Tecnología Y Calidad En Salud, S.A. de C.V. LABORATORIOS CHONTALPA.
85. Referencia de Micro-técnicas de laboratorio S.A. de C.V (Micro-Tec)
86. GRUPO SANTA MARIA. Laboratorio de Análisis Clínicos, Medicina Genómica e Imagenología.
87. CENTRO NACIONAL DE ESTUDIOS DE BIOPROCESOS APLICADOS CENEBA S.A DE C.V.
88. Administradora de Centros Diagnósticos S.A. de C.V. (Imagen Diagnóstica, más que un laboratorio).
89. RED DE LABORATORIOS NACIONALES S de RL de CV. (LACLICSA Laboratorios)
90. CEDIMI Laboratorios. Centro de Diagnóstico Microbiológico SA de CV. Morelia, Michoacán.
91. Laboratorios Diagnóstica y Asociados S. A. de C. V.
92. Laboratorio PrimeLab Diagnóstico Molecular.
93. Laboratorio de Biología Molecular de SIMNSA, Tijuana S.A de C.V.
94. GD Technologies S.A. de C.V.
95. Huella Génica, S.A. de C.V.
96. CLÍNICA MÉDICA INTERNACIONAL DE JUÁREZ, S.A. de C.V.
97. LABORATORIO CEDIBAC S.A DE C.V (Matriz Centro)
98. BIOMEDICA DE REFERENCIA
99. Laboratorios San Angel, S.A. (www.laboratoriossanangel.com)
100. Laboratorios Clínicos Quezada S.C. Tepic, Nayarit.
101. Técnicas Genéticas Aplicadas a la Clínica S.A. de C.V. (TGAC)
102. Corporativo Hospital Satélite S.A de C.V.
103. Laboratorios de Inmunología e Inmunogenética de la Fundación Comparte Vida, A.C.
104. Lapi, S.A. de C.V.
105. QUEST DIAGNOSTICS MÉXICO, S. DE R.L. DE C.V.
106. Laboratorios Clínicos Oliver.
107. Genomol SA de CV
108. Biofleming Laboratorios

5. Laboratorios de la academia

109. Centro de Investigación en Ciencias de la Salud y Biomedicina (CICSaB), Universidad Autónoma de San Luis Potosí
110. Departamento de Genética y Fisiología Molecular del Instituto de Biotecnología (IBT) de la Universidad Autónoma de México (UNAM).



111. Unidad de Desarrollo e Investigación en Bioprocesos de la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas (UDIBI-ENCB) INSTITUTO POLITECNICO NACIONAL (IPN).
112. Laboratorio de Bioseguridad para el Diagnóstico e Investigación de Enfermedades Emergentes (LBS2), CINVESTAV, CDMX.
113. Departamento de Biología Celular y del Desarrollo. Instituto de Fisiología Celular, UNAM, Ciudad Universitaria CDMX
114. Laboratorio de Virología, Instituto de Investigaciones Biomédicas, UNAM, Ciudad Universitaria CDMX
115. Laboratorio de Inmunología Molecular Microbiano del Departamento de Microbiología y Parasitología de la Facultad de Medicina, UNAM.
116. Laboratorio de Investigación en Enfermedades Infecciosas. División de Investigación de la Facultad de Medicina, UNAM.
117. Instituto de Investigación Inmunodeficiencias y VIH del Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara (UDG).
118. Laboratorio de Diagnóstico de Enfermedades Emergentes y Reemergentes (LaDDER), Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara (UDG).
119. Laboratorio de Virología CIR-Biomédicas de la Universidad Autónoma de Yucatán, UADY.
120. Laboratorio de Medicina Molecular. Unidad Académica de Medicina Humana y C,S de la Universidad Autónoma de Zacatecas “Francisco García Salinas”.
121. Laboratorio de Microbiología Molecular, Universidad Autónoma de Querétaro (UAQ).
122. Laboratorio PABIOM, Facultad de Medicina y Ciencias Biomédicas, Universidad Autónoma de Chihuahua.
123. Laboratorio de Servicios Genómicos (Labsergen) de la Unidad de Genómica Avanzada del Centro de Investigación y de Estudios Avanzados. CINVESTAV
124. Laboratorio de Diagnóstico e Investigación en Salud de la Facultad de Ciencias Químico Biológicas de la Universidad Autónoma de Guerrero (UAG).
125. Laboratorio Nacional de Biotecnología Agrícola, Médica y Ambiental (LANBAMA) del Instituto Potosino de Investigación Científica y Tecnológica (IPICYT),SLP
126. Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A.C. -Laboratorio de Inmunología- (Laboratorio ubicado en Hermosillo, Sonora).
127. Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A.C. -Laboratorio de Diagnóstico Molecular- (Laboratorio ubicado en Mazatlán, Sinaloa)
128. Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A.C. -Laboratorio Nacional para la Investigación en Inocuidad Alimentaria- (Laboratorio ubicado en Culiacán, Sinaloa).
129. Instituto Nacional de Medicina Genómica (INMEGEN)



130. Laboratorio Nacional CONACyT LANIIA-Nayarit. Universidad Autónoma de Nayarit.
131. Laboratorio de Bioseguridad 2, Departamento de Bionanotecnología, Centro de Nanociencias y Nanotecnología, UNAM.
132. Laboratorio de Diagnóstico Molecular de la Universidad de Colima.
133. Facultad de Química, Unidad de Investigación Preclínica, UNAM.
134. Laboratorio de Bioseguridad Nivel 3 del Departamento de Innovación Biomédica (DIB). Centro de Investigación Científica y de Educación Superior de Ensenada, Baja California.
135. Laboratorio Bioseguro para el manejo de OGMs del Centro de Investigaciones Biológicas del Noroeste CIBNOR.
136. Unidad de Servicios Clínicos, Facultad de Química de la Universidad Autónoma de Querétaro (U.A.Q).
137. Laboratorio de Infectología, Hospital Universitario “Dr. José Eleuterio González”, Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL)
138. Laboratorio de Biología Molecular - Unidad COVID del Centro Universitario de la Costa Universidad de Guadalajara (UDG)
139. Laboratorio de Referencia Análisis y Diagnóstico en Sanidad Acuícola, (CIBNOR Unidad Hermosillo
140. Centro de Diagnóstico Molecular y Medicina Personalizada, Universidad de Monterrey, UDEM.
141. Unidad de Proteogenómica, Instituto de Neurobiología, UNAM, Querétaro
142. Laboratorio de Virología del Centro de Investigación y Asistencia en Tecnología y Diseño el Estado de Jalisco, A.C. CIATEJ-Guadalajara.
143. Unidad de Investigación Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia (UNAM, CU)
144. Laboratorio de Diagnóstico e Investigación Molecular del Instituto Transdisciplinar de Investigación y Servicios de La Universidad de Guadalajara.
145. Laboratorio de Biomedicina y Biotecnología para la Salud, Universidad de Guadalajara, Campus CUSUR, Universidad de Guadalajara.
146. Laboratorio de Virología Molecular del Centro de Investigación en Dinámica Celular de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos.
147. Laboratorio de Biología Molecular de la Unidad de Ciencias del Agua, sede Cancún, Quintana Roo, Centro de Investigación Científica de Yucatán, A.C
148. Laboratorio BSL2 avanzado del Centro de Biotecnología Genómica, Instituto Politécnico Nacional CBG-IPN, Reynosa, Tamaulipas.
149. Centro de Medicina Tropical de la Facultad de Medicina, UNAM.
150. Laboratorio de Inmunología, Biología Molecular y Celular, SENASICA.
151. LATAM, Matamoros Tamaulipas.
152. Laboratorio de Diagnóstico y Biomedicina Molecular. Facultad de Ciencias Químicas C IV Universidad Autónoma de Chiapas.



6. Hospitales públicos

153. Hospital Infantil de México. “Federico Gómez”
154. Hospital Central Sur Alta Especialidad PEMEX
155. Nuevo Hospital Civil de Guadalajara “Dr. Juan I. Menchaca”
156. Laboratorio de Biología Molecular y Bioseguridad 3 del Centro Médico Naval (CEMENAV).
157. Laboratorio de Microbiología y Diagnóstico Molecular del Departamento de Inmunobioquímica, Instituto Nacional de Perinatología INPER
158. Laboratorio de Microbiología de la Facultad de Medicina, de la UNAM.
159. Laboratorio de Virología del Instituto Nacional de Pediatría (INP).
160. Laboratorio de Infectología del Instituto Nacional de Rehabilitación “Luis Guillermo Ibarra Ibarra”.
161. Hospital Central Militar Dependiente de la Dirección General de Sanidad Militar y de la Secretaría de la Defensa Nacional.
162. Hospital Juárez de México.
163. Hospital Militar de Especialidades de la Mujer y Neonatología Dependiente de la Dirección General de Sanidad Militar y de la Secretaría de la Defensa Nacional.
164. Laboratorio de Diagnóstico Molecular y Vigilancia Epidemiológica del Hospital Regional de Alta Especialidad “Dr. Juan Graham Casasús”.
165. Laboratorio de Microbiología del Servicio de Infectología y Microbiología Clínica del Instituto Nacional de Cardiología “Ignacio Chávez”
166. Laboratorio de Análisis Clínicos del Hospital Civil de Culiacán.
167. Laboratorio de Patología Clínica del Hospital Militar Regional de Especialidades de Monterrey, N.L (SEDENA).
168. Laboratorio de Investigación del Hospital Regional de Alta Especialidad Ciudad Salud, Tapachula Chiapas.
169. Laboratorio de Patología Clínica del Hospital Militar Regional de Especialidades de Mérida, Yucatán (SEDENA).
170. Hospital Militar Regional de Especialidades de Mazatlán, Sinaloa (SEDENA).
171. Hospital Militar Regional de Especialidades de Guadalajara, Jalisco (SEDENA).
172. Laboratorio de la Cruz roja Mexicana Delegación Durango.

Actualización al 03 de marzo de 2021



8. Referencias

- Facultad de Medicina UNAM (2020). Síntomas del coronavirus. Recuperado de: <http://covid19.facmed.unam.mx/> [consultado el 15 de julio de 2020].
- Gaceta UNAM (2020). Disponibles, vía telefónica y en línea, opciones múltiples de servicios psicológicos. Gaceta UNAM del 28 de septiembre de 2020. Recuperado de <https://www.gaceta.unam.mx/opciones-multiples-de-servicios-psicologicos/> [consultado el 21 de marzo de 2021].
- GMTCOVID-19 (Grupo Mexicano de Trabajo COVID-19) (2020). Guía COVID-19 para la atención del paciente crítico con infección por SARS-CoV-2. Colegio Mexicano de Medicina Crítica. Med Crit 34(1):7-42. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/medcri/ti-2020/ti201b.pdf> [consultado el 15 de julio de 2020].
- Gobierno del estado de Jalisco (2020). Recomendable tener oxímetro en casa para monitoreo de COVID-19. Recuperado de: <https://www.jalisco.gob.mx/es/prensa/noticias/117484> [consultado el 21 de marzo de 2021].
- OMS (2020). Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19). Recuperado de: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses> [consultado el 28 de septiembre de 2020].
- Secretaría de Salud (2020). Laboratorios con reconocimiento por parte del InDRE, para realizar el diagnóstico de COVID-19, con fines de vigilancia epidemiológica. Recuperado de https://www.lapi.com.mx/image.ashx?i=3848988.pdf&fn=LISTADO_DE_LABORATORIOS_QUE_REALIZAN_EL_DIAGNOSTICO_DE_COVID-19_06072020.pdf [consultado el 21 de marzo de 2021].
- Secretaría de Salud (2021). Laboratorios con reconocimiento para realizar el diagnóstico de SARS CoV 2 Recuperado de: <https://www.gob.mx/salud/documentos/coronavirus-covid-19-240014> [consultado el 22 de marzo de 2021].

Responsable Sanitaria

Dra. Rosa María Flores Serrano

**Comisión Especial de Atención a
Asuntos COVID-19 (CEAA-COVID-19-IIUNAM)**

Alejandro Morales Morales
Alexandra Ossa López
Alma del Carmen Rivero Santiago
Amalia García Gutiérrez
Armando González Sánchez
Aurelio López Espíndola
Daniel de los Cobos Vasconcelos
Emilia Soledad Lucario
Héctor Miguel Aviña Jiménez
Javier Villanueva Morales
José Luis Rodríguez Pérez
José Raúl Lucero Rivera
Josefina Elizabeth Plata García
Luis Alberto Arellano Figueroa
Marco Ambriz Maguey
Marcos Mauricio Chávez Cano
Mario Flores Guzmán
Margarita Moctezuma Riubí
Miguel Ángel Mendoza García
Norma Patricia López Acosta
Osvaldo Flores Castrellón
Roberto Durán Hernández
Salvador Barba Echavarría
Víctor Manuel Ortiz Martínez
William Vicente Rodríguez

IIUNAM

Directora

Dra. Rosa María Ramírez Zamora

Secretaria Académica

Dra. Norma Patricia López Acosta

Subdirector de Estructuras y Geotecnia

Dr. Efraín Ovando Shelley

Subdirectora de Hidráulica y Ambiental

Dra. Rosa María Flores Serrano

Subdirector de Electromecánica

Dr. Arturo Palacio Pérez

Subdirector de Unidades Académicas Foráneas

Dr. Germán Buitrón Méndez

Secretario Administrativo

Lic. Salvador Barba Echavarría

Secretario Técnico de Infraestructura Física

Arq. Aurelio López Espíndola

Secretario Técnico

de Telecomunicaciones e Informática

Ing. Marco Ambriz Maguey

Secretario Técnico de Vinculación

Lic. Luis Francisco Sañudo Chávez

UNAM

Rector

Dr. Enrique Graue Wiechers

Secretario General

Dr. Leonardo Lomelí Venegas

Abogada General

Dr. Alfredo Sánchez Castañeda

Secretario Administrativo

Dr. Luis Álvarez Icaza Longoria

Secretario de Desarrollo Institucional

Dr. Alberto Ken Oyama Nakagawa

Secretario de Prevención,
Atención y Seguridad Universitaria

Lic. Raúl Arcenio Aguilar Tamayo

Coordinador de la Investigación Científica

Dr. William Henry Lee Alardín

Coordinadora de Humanidades

Dra. Guadalupe Valencia García

Coordinadora para la Igualdad de Género

Dra. Diana Tamara Martínez Ruiz

Coordinador de Difusión Cultural

Dr. Jorge Volpi Escalante

Director General de Comunicación Social

Mtro. Néstor Martínez Cristo

