

Acciones a tener en cuenta ante casos de personas que presenten síntomas compatibles con COVID-19, o en situación de aislamiento o cuarentena.

SI TIENES SÍNTOMAS COMPATIBLES CON COVID-19

Si estás en la Universidad:

1. Contacta con el Coordinador Internacional de tu centro: <http://www.uco.es/internacional/extranjeros/en/contact-us-en#international-coordinators>
2. Trasládate a la Sala COVID, reservada para ello, que tengas más cercana.
3. **DESPUES** Ponte en contacto con el Servicio Público de Salud y esperar las indicaciones (Salud Responde - teléfono 955 54 50 60).
4. Contacta con el correo informacioncovid@uco.es para comunicar tu situación y las instrucciones que has recibido.

Si no estás en la Universidad

1. Contacta con el Coordinador Internacional de tu centro: <http://www.uco.es/internacional/extranjeros/en/contact-us-en#international-coordinators>
2. Contacta con el Servicio Público de Salud y esperar las indicaciones (Salud Responde - teléfono 955 54 50 60).
3. Contacta con el correo informacioncovid@uco.es, para comunicar tu situación y las instrucciones que has recibido.
4. Quédate en casa y no acudas a la Universidad, hasta que así te lo indique el médico.

SI TE HAN DIAGNOSTICADO COVID-19, CON UNA PCR

1. Contacta con el Coordinador Internacional de tu centro: <http://www.uco.es/internacional/extranjeros/en/contact-us-en#international-coordinators>
2. Contacta con el correo informacioncovid@uco.es, para comunicar tu situación y las instrucciones que has recibido.
3. Quédate en casa y no acudas a la Universidad, hasta que así te lo indique el médico.

SI ALGUNA PERSONA QUE CONOCES HA SIDO DIAGNOSTICADA DE COVID-19, CON UNA PCR

Si esta persona convive contigo:

Ponte en contacto con el Servicio Público de Salud y esperar las indicaciones (Salud Responde - número de teléfono 955 54 50 60).

Si esta persona no convive contigo, pero has estado en contacto con ella en los últimos días:

Ponte en contacto con el Servicio Público de Salud y espera las indicaciones

SI ESTÁS EN PERIODO DE CUARENTENA COMO CONSECUENCIA DE COVID-19

La cuarentena preventiva debe estar indicada por el Servicio Público de Salud, y puede prescribirla con independencia de que se haya confirmado un diagnóstico de COVID.

1. Contacta con el Coordinador Internacional de tu centro: <http://www.uco.es/internacional/extranjeros/en/contact-us-en#international-coordinators>
2. Contacta con el correo informacioncovid@uco.es, para comunicar tu situación y las instrucciones que has recibido.
3. Quédate en casa y no acudas a la Universidad, hasta que así te lo indique el médico.

(Guía para el seguimiento de contactos de casos de COVID-19)
Se le va a realizar un **seguimiento activo** a lo largo del periodo de incubación máximo de la enfermedad, que es de **10 días**.

Durante este periodo **deberá estar pendiente de cualquier síntoma de enfermedad** (en particular **fiebre, tos o dificultad respiratoria**) para poder actuar de la forma más temprana posible, especialmente para evitar la transmisión a otras personas. Además, **debe permanecer en su domicilio en cuarentena durante 10 días**. El objetivo es evitar que, si hubiera adquirido la infección, la pueda transmitir a su vez a otras personas teniendo en cuenta además que esta transmisibilidad comienza 48 horas antes de la aparición de síntomas, si se desarrollan.

Debe realizar un **control de temperatura dos veces al día**, entre los siguientes horarios: De 08:00 a 10:00 horas - De 20:00 a 22:00 horas.

El responsable de su seguimiento contactará con usted para conocer las mediciones de temperatura y si ha presentado algún síntoma sospechoso, siguiendo los protocolos establecidos en su comunidad autónoma. Además, deberá

seguir las siguientes recomendaciones:

- **Permanezca en su domicilio hasta transcurridos 14 días tras la última exposición de riesgo**, es decir, el día que tuvo contacto con el caso por última vez
- Permanezca la mayor parte del tiempo en una **habitación individual y preferiblemente con la puerta cerrada** (y trate de realizar actividades que le entretengan como leer, dibujar, escuchar la radio, escuchar música, ver televisión, navegar por internet, etc).
- A ser posible **use su propio baño, es decir, no lo comparta con ninguno de sus convivientes**.
- **Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón**, especialmente después de toser o estornudar o manipular pañuelos que haya usado para cubrirse. También puede utilizar soluciones hidro-alcohólicas.
- **Restrinja al mínimo imprescindible las salidas** de la habitación o de la casa y, cuando sea necesario salir, lleve siempre una mascarilla quirúrgica.
- **Limite** en la medida de lo posible el **contacto con convivientes**.

En caso de tener fiebre (tener en cuenta si se está tomando antitérmicos para poder valorar la fiebre) o desarrollar cualquier síntoma como tos o dificultad respiratoria, deberá contactar de manera inmediata con **Salud Responde** en el número de teléfono **955 54 50 60**

Si esta persona no se encontrara disponible, **llame al 112 / 061 e informe de sus síntomas y de que está en seguimiento como contacto por posible exposición al nuevo coronavirus (2019nCoV)**.

SI UNA PERSONA CON LA QUE CONVIVES ES CONSIDERADA "PERSONA VULNERABLE" A COVID-19

Extrema las precauciones de higiene para no contagiar a esta persona. Usa siempre la mascarilla.

Si no te encuentras en alguno de los **casos anteriores**, sólo debes seguir las recomendaciones de las autoridades sanitarias y académicas y puedes, por tanto, **asistir con normalidad** a tus actividades en la Universidad.



Actions to take into account in cases of people who present symptoms compatible with COVID-19, or in isolation or quarantine.

IF YOU HAVE SYMPTOMS COMPATIBLE WITH COVID-19

If you are at the University:

1. Contact your **university's** International Coordinator: <http://www.uco.es/internacional/extranjeros/en/contact-us-en#international-coordinators>
2. Proceed to the closest COVID Room, reserved for this purpose.
3. **THEN**, Contact the Public Health Service and await for instructions (Salud Responde - tel 955 54 50 60).
4. Write to informacioncovid@uco.es to report your situation and the instructions you have received.

If you are not at the University

1. Contact your **university's** International Coordinator: <http://www.uco.es/internacional/extranjeros/en/contact-us-en#international-coordinators>
2. Contact the Public Health Service and await instructions (Salud Responde - tel 955 54 50 60).
3. Write to informacioncovid@uco.es to report your situation and the instructions you have received.
4. Stay home and do not go to the University until the doctor tells you to.

IF YOU HAVE BEEN DIAGNOSED WITH COVID-19 VIA PCR

1. Contact your **university's** International Coordinator: <http://www.uco.es/internacional/extranjeros/en/contact-us-en#international-coordinators>
2. Write to informacioncovid@uco.es to report your situation and the instructions you have received.
3. Stay home and do not go to the University until the doctor tells you to.

IF SOMEONE YOU KNOW HAS BEEN DIAGNOSED WITH COVID-19 VIA PCR

If the person lives with you:

Contact the Public Health Service and await instructions (Salud Responde - tel 955 54 50 60).

If this person does not live with you, but you have been in contact with him or her in the last few days:

Get in touch with the Public Health Service and await instructions

IF YOU ARE IN A QUARANTINE PERIOD AS A CONSEQUENCE OF COVID-19

Preventive quarantine must be ordered by the Public Health Service, which may prescribe it regardless of whether a COVID diagnosis has been confirmed.

1. Contact your **university's** International Coordinator: <http://www.uco.es/internacional/extranjeros/en/contact-us-en#international-coordinators>
2. Write to informacioncovid@uco.es to report your situation and the instructions you have received.
3. Stay home and do not go to the University until the doctor tells you to.

(Guide for tracking the contacts of COVID-19 cases)

You will be **actively monitored** throughout the maximum incubation period of the disease, which is **10 days**.

During this period you **should be on the lookout for any symptoms of illness** (particularly **fever, cough, or respiratory distress**) in order to act as early as possible, especially to avoid transmission to other people. In addition, **you must remain at home, in quarantine, for 10 days**. The objective is, if you are infected, to prevent you from transmitting it to other people, taking into account that the capacity to transmit the virus begins 48 hours before the appearance of symptoms, if they ever appear. You must take your **temperature twice a day**, between the following times: between 8:00 and 10:00 am and between 8:00 pm and 10:00 pm.

The person responsible for monitoring you will contact you to record your temperature measurements and to inquire as to whether you have presented any suspicious symptoms, following the protocols established in your

autonomous community. In addition, you must follow the following recommendations:

- **Remain at home until 14 days after your last exposure risk;** that is, the day you were in contact with the Covid case for the last time.
- Spend most of your time **alone a room, preferably with the door closed**, and try to engage in activities that entertain you, like reading, drawing, listening to the radio, or music; watching TV, surfing the Internet, etc.
- If **possible, use your own bathroom; one not shared with anyone else**.
- **Wash your hands often with soap and water**, especially after coughing or sneezing, or handling materials that you may have used to cover yourself. You can also use hydro-alcoholic solutions.
- **Avoid leaving your home and room** as far as possible. If you must leave, always wear a surgical mask
- **Minimise contact with** other people.

If you have a fever (take into account whether you are taking antipyretics when assessing a possible fever) or develop any symptoms, such as cough or respiratory distress, you should immediately contact **Salud Responde at 955 54 50 60**

If they are not available, **call 112/061 and report your symptoms, indicating that you are being monitored due to possible exposure to the new coronavirus (2019nCoV)**.

IF A PERSON YOU LIVE WITH IS CONSIDERED "VULNERABLE" TO COVID-19

Intensify your hygienic precautions to keep from infecting this person. Always wear a mask.

If none of the **above cases apply** to you, you should simply follow the recommendations of the health and academic authorities, and you may, therefore, **attend your activities at the University as usual**.

