



**SHCP**  
SECRETARÍA DE HACIENDA  
Y CRÉDITO PÚBLICO



# Protocolo para la Atención del Personal de la CONSAR, Sintomática con Sospecha o Diagnóstico de Enfermedad COVID-19

Septiembre 2020

## **Protocolo para la Atención del Personal de la CONSAR, con Sospecha o Diagnóstico de Enfermedad COVID-19**

El presente documento, va dirigido para todo el personal que labore o realice una actividad dentro las instalaciones de la Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro (CONSAR).

### **1. Vigilancia Epidemiológica y Rastreo de Contactos**

En esta fase de la contingencia, ante la evolución de la epidemia, la reapertura de actividades en el espacio público, el paulatino desconfinamiento de la población, así como la falta de un tratamiento, cura y vacuna para el virus SARS-CoV2, que provoca la enfermedad COVID-19, incrementa la probabilidad de contagiarnos o de transmitir el virus a otros. La estrategia de las autoridades sanitarias es la vigilancia epidemiología de casos confirmados o sospechosos de COVID-19, el rastreo de sus contactos, el aislamiento y cuarentena de las personas en riesgo, para su seguimiento médico e interrumpir las cadenas de transmisión del virus.

Por lo que, es de vital importancia identificar los casos sintomáticos, con el propósito de que se auto reporten y aislen desde el primer día con síntomas de enfermedad respiratoria, asimismo se utilicen las herramientas sistema SMS y LOCATEL en sus distintas vías de atención, que forman parte del **“Programa de Detección, Protección y Resguardo de Casos COVID-19 y sus contactos”** aplicable en la Ciudad de México, para su seguimiento clínico, pruebas de detección, seguimiento epidemiológico de las personas con síntomas leves, moderados y graves, así como la identificación de casos asintomáticos.

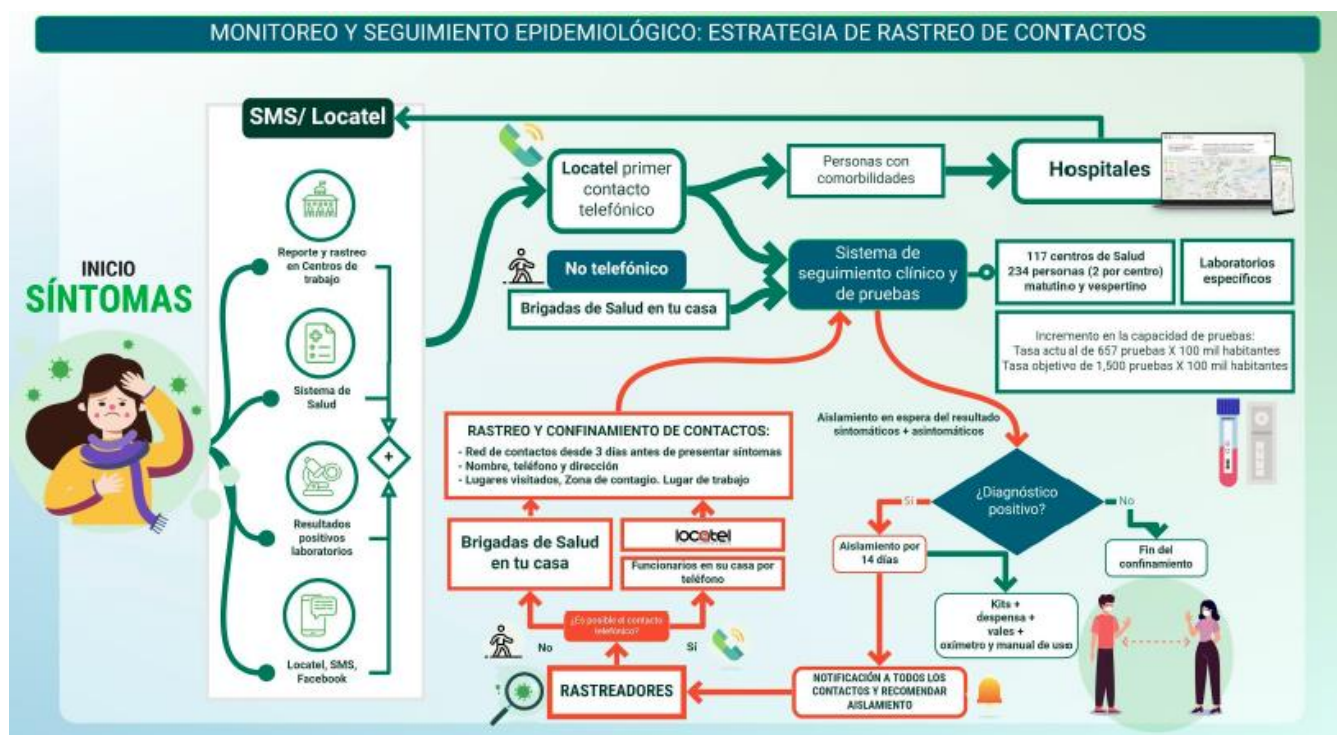
Estado	Vías de Atención y Asesoría COVID-19
<b>Ciudad de México</b>	555 658 1111 o envía un SMS con la palabra <b>"covid19"</b> al <b>51515</b>

La autoridad sanitaria propone dos líneas de acción: la primera son las acciones de higiene, distanciamiento y protección individual que ya conocemos y la segunda son un conjunto de acciones a cargo del Gobierno de la Ciudad de México en coordinación con diversas instituciones, para la protección y cuidado de la población, mediante campañas de información domiciliarias, *“brigadas de salud en tu casa”*, con personal de salud para diagnóstico clínico y toma de muestras, la realización de pruebas en los Centros de Control y el rastreo y confinamiento de casos y contactos, en coordinación con los Sistemas de Salud, Laboratorios y Centros de Trabajo.

Programa del Gobierno de la CDMX:



Estrategia de Rastreo de Contactos:



**Fuente:** Plan gradual hacia una Nueva Normalidad en la Ciudad de México y Programa de Detección, Protección y Resguardo de Casos COVID-19 y sus contactos

**El rastreo de contactos** es una herramienta muy común en Salud Pública y una técnica muy valiosa para proteger la salud de las personas. Es importante para detener la propagación de COVID-19, ya que, si se limita el contacto entre personas infectadas y otros individuos, podemos limitar las oportunidades de transmisión del coronavirus SARS-CoV2.

A continuación se definen algunos conceptos:

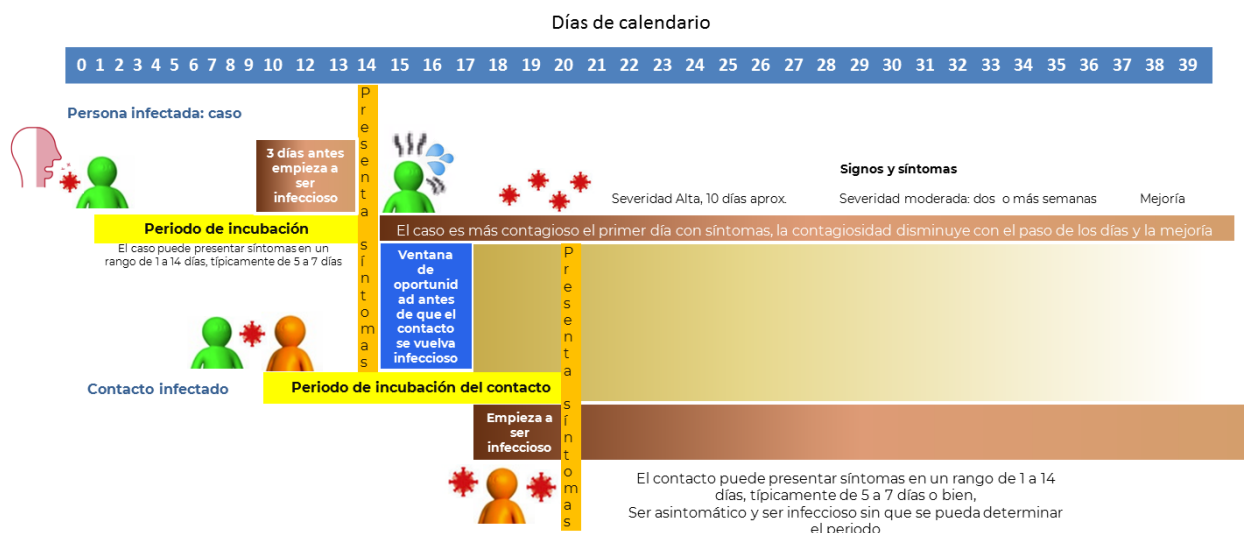
- **Caso:** Persona que presenta síntomas de COVID-19 que podría infectar a otros, se considera **caso confirmado** si cuenta con una prueba positiva de laboratorio, usualmente una prueba PCR. Un caso también puede ser **sospechoso** lo que significa que la persona podría no tener aún una prueba o su resultado, pero lo más probable es que tenga la enfermedad, con base en la evaluación de los signos y síntomas clínicos que presenta asociados a la enfermedad COVID-19.
- **Contacto:** Persona que ha estado en contacto con un caso durante el período infeccioso y que está en riesgo por haber adquirido el coronavirus SARS-CoV2.
- **Contacto directo:** Cualquier persona que haya estado en contacto físico con un caso con COVID-19 en período contagioso, que tiene riesgo de infección, son las personas que viven en la misma casa y comparten el mismo espacio privado y familiar.
- **Contacto cercano:** Persona que quizás no tuvo contacto físico, pero estuvo cerca de la persona contagiosa. A una distancia menor a 2 metros por al menos 5 minutos o más, sin haber usado equipo de protección adecuado de la manera correcta.
- **Contacto próximo:** Son personas que han estado en el mismo espacio cerrado con la persona infectada, por un período largo, puede ser una hora o más sin que influya la distancia. También son personas que pueden haber tenido exposición directa con las secreciones, gotículas y/o aerosoles de un trabajador infectado o sospechoso (por ejemplo, si estornudan o tosen frente al contacto sin taparse la nariz y la boca) o contacto directo con superficies contaminadas por la persona infectada.  
Los contactos cercanos o próximos, pueden ser laborales o comunitarios, dependiendo del entorno donde tuvieron mayor posibilidad de haberse expuesto al contagio.
- **Prueba PCR:** Abreviatura de reacción en cadena de la polimerasa. Una prueba de PCR es una prueba de diagnóstico que identifica virus en el cuerpo. El SARS-CoV2 tiene secuencias de ARN que son únicas y específicas del virus, es decir, no otro virus u organismo tiene estas secuencias. La prueba de PCR SARS-CoV2 detecta estas secuencias en remanentes del virus en el cuerpo humano. Si están presentes, la prueba es positiva. Las pruebas de PCR para SARS-CoV2 generalmente se realizan a partir de hisopos tomados de la parte posterior de la garganta o la nariz.
- **Aislamiento:** Distanciamiento social de otras personas y disminución del contacto con otras personas. A diferencia de cuarentena, aislamiento significa separar personas enfermas de sanas, o de cualquier otra persona. Su duración depende del período infeccioso, que inicia de 3 días antes de la manifestación de la enfermedad sintomática, y puede durar todo el período de la misma. Hay personas enferman más tiempo que otras así que su período infeccioso también durará más. Pero, como referencia alguien podría terminar el aislamiento de forma segura, si han pasado por lo menos 10 días desde el comienzo de la enfermedad, todos los síntomas están mejorando y no ha tenido fiebre en los últimos 3 días sin haber tomado medicamentos. El término del aislamiento lo determina el servicio médico con el alta respectiva. No se requerirá una prueba PCR con resultado negativo para el retorno al trabajo.
- **Cuarentena:** Restringir el movimiento y contacto de gente sana que ha estado expuesta al virus, con otras personas. Los contactos deben estar en cuarentena distanciándose de otras personas en su casa y disminuyendo el contacto con otros, porque han estado expuestos y

pueden ser contagiosos. Los contactos deben permanecer en cuarentena 14 días desde el último día que tuvieron contacto con el paciente infectado, que posiblemente los contagió. La cuarentena termina si no presentan síntomas al término de ese periodo o bien antes, si el caso obtiene un resultado negativo en una prueba PCR.

## 2. Línea de tiempo de infección y contagio.

En esta etapa de la epidemia, un esfuerzo importante se centra en identificar, dar seguimiento y atención a los casos confirmados y sospechosos de COVID-19 y a sus contactos, porque ellos podrían haber sido infectados, y debido a esto debemos tomar medidas especiales de protección y contención.

La idea básica del seguimiento de contactos es limitar la cadena de transmisión con personas infectadas para disminuir las oportunidades del virus de infectar a otros, y limitar la propagación del COVID-19. Para ello hay que analizar la línea de tiempo de la infección y del contagio:



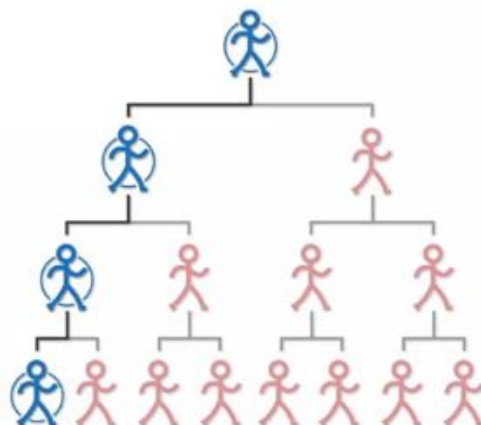
Aquí vemos el momento en que una persona se infecta en el día 0, la línea amarilla es el periodo de incubación, que es el tiempo desde la infección hasta la aparición de signos y síntomas, suponemos para este ejemplo que es el día 14 pero un gran número de personas muestran síntomas a los cinco o siete días de incubación. La línea naranja señala el día que la persona presenta signos y síntomas, es decir que inicia con enfermedad sintomática. Y en color café el tiempo durante el que la persona es contagiosa, o durante el cual puede infectar a otros. Se tienen pruebas científicas que demuestran que las personas pueden infectar a otros desde tres días antes de saber que están enfermos y especialmente el día que la enfermedad es sintomática.

Si asumimos que alguien (el contacto), estuvo expuesto a esta persona y se contagió un día que NO era sintomática y asumimos un período típico de incubación de 7 días, el contacto enfermará el día 20. Sabemos que el período de contagio empieza 3 días antes de ser sintomático y dura toda su enfermedad. Entonces el objetivo de seguimiento de contactos es encontrar a los contactos de casos confirmados o sospechosos de COVID-19 y pedirles que se queden en casa antes de que puedan

contagiar a alguien más. Se resalta que el contacto notificado debe permanecer en cuarentena, solo por la posibilidad de ser contagioso, presente o no síntomas asociados a COVID-19, es decir sea sintomático o asintomático.

En este supuesto hay una ventana de oportunidad de encontrar a los contactos 2 días antes de que se vuelvan contagiosos y contagien a otros, la cual es un período de tiempo muy corto pero efectivo para cortar la cadena de transmisión.

Las medidas de aislamiento y cuarentena deben acatarse, ya que tienen gran impacto en la reducción de la transmisión, porque limitan el contacto entre personas que pueden ser infecciosas. Y sabemos que detener una sola cadena de transmisión puede prevenir muchos casos. En la imagen que sigue vemos que, si cada infectado contagia a 2 personas, un brote puede crecer rápidamente. Sin embargo, si podemos parar tan sólo una de estas cadenas de infección, tendremos un gran impacto en el tamaño total del brote y la disminución de la transmisión. Muchos de estos casos, también tendrán un impacto invaluable en la salud y preservación de la vida de las personas.



El rastreo y seguimiento de casos confirmados o sospechosos y de sus contactos, también permitirá reconstruir las cadenas de contagio para identificar los brotes de contagio local, así como el seguimiento de personas que puedan resultar positivas y asintomáticas.

### 3. Reporte y Rastreo en el Centro de Trabajo: CONSAR

Si bien el personal de la CONSAR debe permanecer en sus casas durante la contingencia, las necesidades laborales, familiares y personales llevarán a realizar salidas esporádicas al espacio público con exposición al contagio del SARS-CoV2 (COVID-19), de igual forma las dinámicas de convivencia familiar pueden dar lugar a riesgos de transmisión en el círculo cercano. Quizá tengamos que asistir a las instalaciones de la CONSAR y eventualmente incorporarnos a una rutina de trabajo presencial.

De conformidad con la Ley General de Salud, los centros de trabajo y los ciudadanos, están obligados a colaborar en el control de las enfermedades infecciosas transmisibles, como medida de salud pública, para el bien común.

Como personas servidoras públicas y/o prestadoras de servicios de la CONSAR, en caso de presentar síntomas de COVID-19 se solicita lo siguiente:



**a) El primer día con síntomas.**

Desde del primer día que se presente el menor de los síntomas y signos asociados a COVID-19, la persona se aislará en su domicilio y debe hacer el test de tamizaje enviando por SMS la palabra COVID19 al 51515 (más información en <https://covid19.cdmx.gob.mx/informacion-servicios-digitales>) o bien, llamando a LOCATEL 55-56581111 o registrarse en el portal web [test.covid19.cdmx.gob.mx](https://test.covid19.cdmx.gob.mx).

Si eres **población de riesgo**, adultos mayores de 60 años, persona con discapacidad, mujer embarazadas o en periodo de lactancia, y personas con enfermedades crónicas consideradas de riesgo por las autoridades de salud, tales como diabetes, hipertensión, pulmonar, hepática, metabólica, obesidad mórbida, insuficiencia renal, lupus, cáncer, cardíaca, vives con VIH, entre otras, asociadas a un incremento en el riesgo de complicaciones; llama a LOCATEL o al 911 y **recibe o busca atención médica inmediata**.

A la par de aislarte y registrarte en las herramientas mencionadas, debes avisar a las personas con quienes tuviste contacto, pedirles que permanezcan en su domicilio y que se registren en las herramientas digitales SMS 51215 y Test COVID que se mencionan arriba, respondiendo afirmativamente a la pregunta “¿Has estado en contacto con alguna persona que tenga o sea sospechosa de tener COVID-19?”. La persona sintomática también debe avisarle a su superior inmediato para que este notifique a la Coordinación General de Administración o Tecnologías de la Información o enviar un correo electrónico a: [contingencia.coronavirus@consar.gob.mx](mailto:contingencia.coronavirus@consar.gob.mx)

La mayoría de las personas que adquieran COVID-19, pasarán la enfermedad en su casa, dependiendo de su condición socioeconómica podrían recibir un apoyo del Gobierno de la CDMX, (kit médico, despensa, apoyo económico y oxímetro). También, dependiendo de su condición de salud, podrían recibir una visita médica para valoración y toma de muestra a domicilio o ser canalizado a un Centro de Control o a un Hospital COVID.

En la Ciudad de México, al menos 117 de los casi 200 **Centros de Salud públicos** dependientes de la Secretaría de Salud de la CDMX, están habilitados como Centros de Control de COVID-19. La población en general que presente síntomas asociados a la enfermedad, dependiendo de su estado de salud, puede acudir a dichos Centros donde le realizarán una prueba de detección PCR y recibirá indicaciones médicas para atender la enfermedad. En documento anexo (**Anexo 2**), encontrarán la **lista de los Centros de Salud**, recomendamos ubicar el más cercano a su domicilio para recurrir al mismo en caso necesario.

**b) Avisarle a mi superior inmediato o mandar correo electrónico.**

La persona que presente al menos UNO de los **síntomas más frecuentes asociados a COVID-19** como:

1. Fiebre
2. Tos
3. Dolor de cabeza
4. Dificultad para respirar (dato de gravedad)

Con o sin presencia de uno de los siguientes **síntomas menos frecuentes**, pero también asociados a COVID-19:

1. Molestias y dolores musculares
2. Dolor de garganta
3. Diarrea
4. Conjuntivitis
5. Escalofríos
6. Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies
7. Pérdida del olfato o del gusto
8. Dolor de articulaciones
9. Escurrimiento nasal
10. Dolor o presión en el pecho
11. Incapacidad para hablar o moverse

Además de **signos clínicos** de alarma conforme a los valores señalados en la tabla que sigue, **principalmente temperatura mayor a 38 °C (fiebre);**

Signos
<b>Temperatura.</b> Cuando es <u>mayor a 38 °C (100.5°F)</u> significa fiebre por infección activa.
<b>Frecuencia Cardíaca (FC).</b> Es el número de latidos por minuto. Cuando la <u>FC es mayor a 100 latidos por minuto</u> puede ser por fiebre, deshidratación o severidad de la infección por Covid-19.
<b>Presión arterial.</b> Tiene dos valores: la presión sistólica (que es el valor mayor) y la presión diastólica (que es el valor menor). La infección puede bajar la presión de manera anormal. <u>Tener una presión arterial sistólica menor a 90 o una presión sistólica que esté 30 puntos abajo de su presión regular es señal de alarma.</u> Por ejemplo, si usted tiene por lo general una presión sistólica cercana a 140, un valor menor a 110 sería sospechoso.
<b>Saturación de oxígeno.</b> Es el porcentaje de oxigenación en la sangre y el signo vital más importante para medir la progresión del Covid-19. El rango normal es de 95 a 100% al nivel del mar, pero en lugares elevados, como la Ciudad de México, es de 94 a 96%. Las personas con enfermedades pulmonares crónicas pueden tener valores crónicamente bajos. <u>Una saturación menor a 90% en cualquier circunstancia es preocupante,</u> ya que indica bajos niveles de oxígeno en la sangre y se recomienda el uso de oxígeno suplementario.

**Deberá notificar desde el primer día vía telefónica o por correo electrónico a:**

Mtra. Mónica López Sandoval | [mlsandoval@consar.gob.mx](mailto:mlsandoval@consar.gob.mx) o Teléfono: 55 3000 2677 ó  
Lic. Santa Cecilia Chávez Gutiérrez | [scchavez@consar.gob.mx](mailto:scchavez@consar.gob.mx) o Teléfono: 55 3000 2695

O directamente a la cuenta de correo electrónico  
[contingencia.coronavirus@consar.gob.mx](mailto:contingencia.coronavirus@consar.gob.mx)

En esta llamada, deberás:

- A) Informar los nombres y datos de ubicación de los **contactos laborales**, cercanos y próximos, que tienen probabilidad de contagio por haber interactuado con la persona sintomática durante los tres días previos a que se presenten los síntomas de enfermedad e incluso ese primer día sintomático.
- B) Es importante describir cómo se dio el contacto: ¿las personas utilizaban cubrebocas?, ¿a qué distancia estuvieron?, ¿durante cuánto tiempo?, entre otras preguntas.

Con base en esta información, se calculará la línea de tiempo y probabilidad de contagio. En la medida de lo posible, deberá llenarse el **Formato para Reporte de Contactos (Anexo 1)** y se le



remitirá a la Mtra. Mónica Lopez Sandoval, vía correo electrónico a la cuenta: [contingencia.coronavirus@consar.gob.mx](mailto:contingencia.coronavirus@consar.gob.mx)

La Mtra. Mónica López Sandoval, titular de la Coordinación General de Administración y Tecnologías de la Información, notificará de inmediato a los contactos que sean personal de CONSAR (empleados o personal de apoyo), informándoles del contacto con una persona con sospecha o con confirmación de COVID-19, **omitiendo el nombre del caso**, es decir, sin identificar a la persona y les indicará que deben hacer:

- A) El test de tamizaje enviando por SMS la palabra COVID19 al 51515 (más información en <https://covid19.cdmx.gob.mx/informacion-servicios-digitales>) o bien,
- B) Llamar a LOCATEL 55-56581111 o
- C) Registrarse en el portal web <https://test.covid19.cdmx.gob.mx/> responder el cuestionario de valoración de la herramienta, en especial **respondiendo afirmativamente a la pregunta:** “¿Has estado en contacto con alguna persona que tenga o sea sospechosa de tener COVID-19?”.

El registro en estas herramientas, arrojará un **folio** que debe tenerse a la mano para el seguimiento del paciente en los próximos días. La información personal que proporcionas es confidencial y está protegida por las Leyes en materia de datos personales.

A los contactos se les indicará también que deben permanecer en “cuarentena”, 14 días a partir del último día que tuvieron contacto con el paciente sintomático para prevenir la dispersión del virus. NO se puede demorar la cuarentena hasta contar con un resultado positivo de una prueba PCR, mientras las pruebas no se estén realizando de manera accesible y generalizada y el resultado no se conozca de inmediato. Si demoramos la cuarentena, se cerraría la ventana de oportunidad para rastrear los contactos, aislarlos y cortar las cadenas de contagio.

Al paciente, se le sugiere elaborar un plan para su periodo de aislamiento, el cual puede durar tres semanas o más. El plan puede incluir:

- Datos de contacto con un médico de confianza.
- Definir y preparar el espacio o habitación en la que se aislará.
- Preparar elementos e instrumentos para llevar una bitácora del monitoreo de sus síntomas y signos. Registrar diariamente en la bitácora las mediciones de signos y principales síntomas, servirá para reportar al médico la evolución del paciente e identificar señales de agravamiento del paciente.
- Definir las rutinas diarias de limpieza de objetos, ropa personal y ropa de cama del paciente, así como los insumos y recursos que se requerirán.
- Contar con los insumos de protección y desinfección de la persona que le apoyará.
- Contar con alimentos y medicamentos necesarios en cantidad suficiente.

En el documento del **Anexo 3**, encontraran las recomendaciones detalladas para las personas que pasaran la enfermedad en casa, para la vigilancia de datos de alarma y cuidados básicos.

### **C) Trámite de incapacidad ante el ISSSTE.**

Al día de hoy, la información con la que se cuenta (no oficial), el ISSSTE no expedirá licencias médicas electrónicas, como se habían informado en una conferencia mañanera desde Palacio Nacional, ya que este trámite es a través de la valoración médica de contacto y personal, además de que los documentos están foliados y asignados por bloc a los doctores en cada clínica.

Sin embargo, el apoyo que se brindará por la pandemia, sería que sin importar la clínica que tengas asignada por tu domicilio registrado, es decir, la más cerca de donde te encuentres, los centros de salud están obligados a brindar atención médica, así como los laboratorios autorizados expiden por escrito u otros medios el resultado de las pruebas de detección.

Los pasos y documentos para realizar el trámite ante la clínica del ISSSTE más cercana son:

- Generar tu expediente virtual del ISSSTE (SINAVID Oficina Virtual, requieres tu CURP).
- Último recibo de pago.
- Identificación oficial (INE).
- Constancia laboral (credencial institucional).
- Resultado del examen médico o expediente clínico o documentos emitidos por tu médico particular, centro de salud y/o laboratorio.

### **D) ¿Cuándo acudir al Hospital?**

Los síntomas que indican que se debe acudir al Hospital más cercano con disponibilidad son:

- Nivel de oxigenación en sangre menor a 90%. Se recomienda contar con un oxímetro.
- Dificultad para respirar.
- Dolor en el pecho o torácico.
- Cianosis (color azulado en labios y puntas de los dedos).
- Dolor compatible con infección de las vías urinarias (espalda baja).
- Fiebre persistente de más de 38 grados, que no cede con el medicamento.
- Frecuencia respiratoria arriba de 20 por minuto.
- Sensación de desmayo, desorientación y presión baja.
- Dificultad para mantener el estado consciente.
- Vómito y/o diarrea o dolor abdominal persistentes.

El registro diario de los signos y síntomas del paciente, responder a las llamadas o mensajes de seguimiento de los servicios de salud, consultar a los servicios médicos ante cualquier cambio importante, y decidir acudir a obtener atención temprana, así como solicitar atención hospitalaria oportuna ante un estado grave.

Recuerda que por la contingencia puedes ser atendido en el IMSS, ISSSTE u Hospitales Militares; localiza el más cercano con disponibilidad en: <https://hospitales.covid19.cdmx.gob.mx/public/hospitales/EstatusHospitales.xhtml?tamizajeRealizo=true>.

Ante cualquier duda, llama a los servicios de telemedicina y diagnóstico clínico a distancia de LOCATEL (55-5658-1111). No dudes en acudir a los servicios de valoración o al hospital, con todas las medidas de protección y prevención de contagio.