



**GUÍA DE PREVENCIÓN
DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS INFECCIOSAS**

ABRIL 2023

GUÍA DE PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS INFECCIOSAS

Sometido por:
Dra. Aida I. Rodríguez Roig
Rectora

Preparado por:
Daviniel González Díaz
Asistente Administrativo III
Oficina de Salud, Seguridad Ocupacional
y Protección Ambiental

Revisado por:
Aida I. Rodríguez Roig
Rectora

Mayra L. Rivera Colón
Directora
Oficina de Salud, Seguridad Ocupacional
y Protección Ambiental

Tabla de Contenido

I.	Introducción	1
II.	Ejemplos de Enfermedades Respiratorias Infecciosas	2
III.	Signos y Síntomas	4
IV.	Medidas de Prevención.....	4
V.	Protocolo a Seguir en Caso de Enfermedad en UPRH	4
	Referencias.....	6

I. Introducción

Las enfermedades infecciosas son aquellas que son causadas por las bacterias, virus, hongos, parásitos, priones o sus productos tóxicos. Algunas de estas enfermedades infecciosas se pueden transmitir de persona a persona y convirtiéndose en **contagiosas**, multiplicándose más fácil y rápido. Las enfermedades respiratorias infecciosas son las más comunes causantes de enfermedad. Se transmiten mediante gotitas respiratorias liberadas al toser, estornudar o hablar por parte de personas enfermas y entrando en contacto con personas susceptibles. También se pueden transmitir mediante contacto con objetos contaminados por las partículas respiratorias infectadas. Las enfermedades respiratorias infecciosas son de gran importancia para la salud pública por las consecuencias que éstas pueden causar en la población y en los sistemas económicos y de salud. La aparición de brotes o aumento de casos en un determinado lugar requiere que se tomen medidas importantes de salud para el control de la enfermedad. En algunas situaciones, estas enfermedades pueden ser **emergentes** ya que suceden por primera vez en una población. En otras situaciones pueden ser de origen **reemergente** porque anteriormente han afectado la población y reaparecen causando nuevos casos. Algunas de las enfermedades que pueden afectar a las personas son de origen **zoonótico**, es decir, provienen de un animal.

El propósito de esta guía es establecer recomendaciones y pasos a seguir para prevenir contagio de enfermedades infecciosas en la Universidad de Puerto Rico en Humacao (UPRH). Esta guía aplica a todos los estudiantes y empleados de la UPRH.

II. Ejemplos de Enfermedades Respiratorias Infecciosas

- a) *COVID 19*: enfermedad causada por el coronavirus conocido como SARS-CoV-2. La OMS¹ tuvo noticia por primera vez de la existencia de este nuevo virus el 31 de diciembre de 2019, al ser informada de un grupo de casos de «neumonía vírica» que se habían declarado en Wuhan (República Popular China). Sus síntomas principales son fiebre, tos seca y cansancio. En algunos casos, se pierde el gusto y el olfato, causa congestión nasal, conjuntivitis, dolor de garganta, dolor de cabeza, vómitos, diarrea y escalofríos o vértigo. En los casos más severos, los síntomas son: dificultad respiratoria (disnea), pérdida del apetito, confusión. Dolor u opresión persistente en el pecho y temperatura alta (sobre los 38°C). Otros síntomas tales como irritabilidad, pérdida de la conciencia, ansiedad, depresión, trastornos del sueño y complicaciones neurológicas son menos frecuentes. La mayoría (alrededor del 80%) se recuperan de la enfermedad sin necesidad de recibir tratamiento hospitalario. Alrededor del 15% desarrollan una enfermedad grave y requieren oxígeno y el 5% llegan a un estado crítico y precisan cuidados intensivos. Entre las complicaciones que pueden llevar a la muerte se encuentran la insuficiencia respiratoria, el síndrome de dificultad respiratoria aguda, la septicemia y el choque septicémico, la tromboembolia y/o la insuficiencia multiorgánica, incluidas las lesiones cardíacas, hepáticas y renales.
- b) *Influenza*²: enfermedad respiratoria contagiosa provocada por los virus de la influenza que infectan la nariz, la garganta y en algunos casos los pulmones. Este virus puede causar una enfermedad leve o grave y en ocasiones puede llevar a la muerte. También se conoce como gripe. Algunos síntomas son: fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales, dolor de cabeza, escalofríos y/o fatiga. **El virus de la influenza A es el más perjudicial**, ya que puede provocar una enfermedad grave. Los pájaros acuáticos salvajes son a menudo los portadores de una gran variedad de virus de la influenza A. En ocasiones, estos virus se transmiten de las aves a los humanos y pueden causar brotes devastadores

¹ Organización Mundial de la Salud; <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-covid-19>

² CDC: <https://espanol.cdc.gov/flu/symptoms/testing>.

- c) *Mycoplasma*³: es una enfermedad respiratoria ocasionada por el *Mycoplasma pneumoniae*, un organismo microscópico relacionado con las bacterias. Este tipo de neumonía también se conoce como [neumonía atípica](#) debido a que los síntomas son diferentes de los de la neumonía que es causada por otras bacterias comunes⁴. Se contagia a través del contacto con partículas de secreción de la nariz y de la garganta de personas infectadas, especialmente cuando tosen y estornudan.
- d) *Virus Respiratorio Sincitial*: también conocido como virus respiratorio sincicial, es una enfermedad viral contagiosa común. Por lo general, causa síntomas leves parecidos al resfriado. Pero puede provocar infecciones pulmonares graves, especialmente en bebés, adultos mayores y personas con problemas médicos serios. Se transmite al toser o estornudar, por el contacto directo, como el besar o tocar un objeto o superficie con el virus y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos antes de lavarse las manos.(Medline Plus, 2022)
- e) *Tuberculosis (TB)*: enfermedad contagiosa causada por la bacteria *Mycobacterium tuberculosis*. Estas bacterias por lo general atacan a los pulmones, pero también pueden atacar otras partes del cuerpo, como los riñones, la columna vertebral y el cerebro. La tuberculosis es una enfermedad grave que, de no ser tratada, puede causar la muerte.
- f) *Tosferina*⁵: también conocida como tos convulsiva, *pertussis* es una infección bacteriana altamente contagiosa que ocasiona una tos violenta e incontrolable que puede durar semanas o incluso meses. Es causada por una bacteria, *Bordetella pertussis*, que se encuentra en la boca, la nariz y la garganta de una persona infectada. Las bacterias de la tosferina se adhieren a los cilios (pequeñas extensiones parecidas a vellos) que recubren parte del aparato respiratorio superior. Estas bacterias liberan toxinas (venenos) que dañan los cilios y provocan la inflamación de las vías respiratorias.

³ www.health.ny.gov/diseases

⁴ medlineplus.gov/spanish/ency/article/000082.htm

⁵ www.cdc.gov/pertussis/about/causes-transmission-sp

III. Signos y Síntomas

Como indicado, las enfermedades infecciosas pueden manifestarse de distintas maneras en el cuerpo, y varían de persona a persona. Algunas de las manifestaciones (síntomas) más comunes son: dificultad respiratoria, tos, fiebre, dolor de garganta, dolor de cabeza, dolor en el cuerpo, cansancio, escalofríos, etc.

IV. Medidas de Prevención

Existen diferentes medidas para prevenir o disminuir la posibilidad de contagio por enfermedades infecciosas respiratorias. A continuación, las más recomendadas:

- Lavado de manos con agua y jabón, o con desinfectante de manos al menos 20 segundos.
- Vacunación
- Equipo de protección como mascarillas, protector facial (“face shield”). Descártelos apropiadamente después de cada uso.
- Aislamiento de personas contagiadas
- Distanciamiento físico
- Desinfección de objetos y superficies
- Mantener buena nutrición, descanso adecuado y reducción de estrés.

Equipo de protección como mascarillas, protector facial (“face shield”). Descártelos apropiadamente después de cada uso.

- Aislamiento de personas contagiadas
- Distanciamiento físico
- Desinfección de objetos y superficies
- Mantener buena nutrición, descanso adecuado y reducción de estrés.

V. Protocolo a Seguir en Caso de Enfermedad en UPRH

1. Quédese en casa si se siente enfermo. Todo estudiante y empleado deberá

notificar a su Director de Departamento o Supervisor de Oficina.

2. Notifique, además, por correo electrónico a la Oficina de Servicios Médicos si está enfermo y/o tiene sospecha de enfermedad respiratoria infecciosa. Si los signos y síntomas son asociados a COVID-19, notifique a covidseguimiento.uprh@upr.edu.
3. Siga las indicaciones de los profesionales de la salud de la Oficina de Servicios Médicos.
4. Utilice y practique las medidas de prevención necesarias para cortar las cadenas de transmisión como el lavado de manos, vacunación, aislamiento, uso de respiradores y/o mascarillas, desinfección de superficies, entre otras.
5. No se presente a la Universidad hasta el período que le indiquen los profesionales de la salud de la Oficina de Servicios Médicos.
6. Si estuvo en la UPRH con algún síntoma, notifique específicamente los lugares y horarios cuando estuvo (número de salón, edificio, oficina) para coordinar la desinfección necesaria.
7. Hágase las pruebas de detección y notifique los resultados por correo electrónico.
8. Si su situación empeora, visite a su Médico de cabecera o Sala de Emergencias.

Referencias

- Bush, L. M. (2023, March 29). *Prevención de la infección*. Manual Merck Versión Para El Público General.
<https://www.merckmanuals.com/es-pr/hogar/infecciones/biolog%C3%ADa-de-/prevenci%C3%B3n-de-la-infecci%C3%B3n>
- Campbell, P. M. (2007b, January 1). *Enfermedades infecciosas*. Elsevier eBooks; Elsevier BV. <https://doi.org/10.1016/b978-84-8174-942-7.50031-3>
- Cómo prevenir la propagación de enfermedades respiratorias en los centros de evacuación durante desastres*. (n.d.).
<https://www.cdc.gov/es/disasters/diseases/respiratoryic.html>
- Engelkirk, P. G., Duben-Engelkirk, J., & Fader, R. C. (2020a). *Burton's Microbiology for the Health Sciences, Enhanced Edition*. Jones & Bartlett Learning.
- Herramienta de comunicaciones: enfermedades infecciosas*. (2019). salud.gov.pr. <https://www.salud.gov.pr/CMS/DOWNLOAD/3081>
- Infecciones virales respiratorias*. (n.d.). Memorial Sloan Kettering Cancer Center. <https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/respiratory-infections>