

Protocolo ante el Coronavirus (COVID-19) para la reanudación de clases presenciales en el programa de intercambio estudiantil USAC-UNA en Heredia, Costa Rica

Elaborado por MSc. Carlos Oviedo Ramírez, Director del Programa USAC.

Revisado por Ing. Jesús Rodríguez Ramírez.

Aprobado por Área Salud Laboral, 28 de mayo de 2021.

La lamentable situación de salud que estamos sufriendo a causa de la pandemia provocada por el coronavirus – COVID-19 ha provocado daños de todo tipo y gran incertidumbre a nivel mundial. Para el programa USAC esta afectación no fue menor, por el contrario, impactó fuertemente la estabilidad del mismo. Tuvimos que enviar a los estudiantes a sus países de origen, algunos programas tristemente se tuvieron que cerrar por completo por la situación del virus en determinados países, por cierre de fronteras o por decisiones administrativas.

El programa USAC-UNA no fue la excepción, a inicio de marzo tuve que empezar a enviar a mis estudiantes de vuelta a casa, una situación muy triste para todos los que estamos en este ámbito de movilidad estudiantil. Solamente gracias al trabajo en equipo logramos terminar el semestre de modo virtual y con pocas cancelaciones totales.

Para los siguientes semestres intentamos que los estudiantes se matricularan en una serie de cursos de forma virtual, pero esto no tuvo mayor aceptación. Está muy claro, que los estudiantes de intercambio buscan una experiencia cultural y de vida diferente, aprender un nuevo idioma, hacer nuevas amistades y cumplir un sueño.

Afortunadamente los investigadores y el personal de salud tienen mayor conocimiento del SARS-CoV-2 y esto ha permitido la fabricación de nuevas vacunas contra el virus con la intención de bajar el contagio y los lamentables fallecimientos.

Actualmente, las universidades en los Estados Unidos de Norteamérica y de Europa poco a poco están permitiendo que sus estudiantes salgan a estudiar fuera del país y creemos que es tiempo de volver paulatinamente a las actividades laborales y a las clases presenciales con grupos reducidos y respetando los lineamientos emitidos por las autoridades en salud para minimizar el contagio del virus. Para esta reanudación de clases presenciales del programa de intercambio estudiantil USAC, dichosamente contamos con la infraestructura necesaria de higiene en la Universidad Nacional (agua, lavamanos, jabón anti-bacterial, electricidad y servicios sanitarios).

Para esta reanudación de clases presenciales necesitaría la aprobación de la UNA y la asignación de tres aulas, cuatro días a la semana, con un horario de 8:00 a 11:00 am durante las siguientes fechas:

- Grupo 1: del martes 06 de julio al martes 03 de agosto, 2021
- Grupo 2: del 20 de agosto al 10 de diciembre, 2021

Estos grupos de 16-18 estudiantes se subdividen en tres pequeños grupos de estudiantes, respetando en todo momento el aforo máximo permitido por la institución, es decir, solamente van a estar 6 estudiantes y nuestro profesor en cada aula.

(* La cantidad máxima de estudiantes en una aula será de 08 estudiantes).

El programa USAC ya tiene sus propios cursos y profesores, de manera que el proceso se realiza de forma independiente con respecto a los estudiantes regulares de la institución.

Estaremos respetando las condiciones básicas para la apertura de los Centros Educativos públicos emitidas por el Ministerio de Educación Pública, la Caja Costarricense del Seguro Social y las directrices de la Universidad Nacional, así como los lineamientos establecidos en el protocolo institucional de la Universidad Nacional y en los protocolos de los centros de trabajo o facultades donde nos asignen las aulas.

El programa siempre realiza una orientación el primer día de clases en donde se les brinda información específica para el semestre. El tema inicial será la emergencia provocada por la pandemia y las medidas preventivas, dejando claro a las personas los protocolos y las medidas que se deben implementar de forma obligatoria. Este protocolo se les enviará a los estudiantes de forma escrita dos semanas antes de llegar al país, y también se realizará una capacitación virtual sobre este protocolo.

A continuación, presento la siguiente guía o protocolo para la reanudación de los cursos presenciales del programa de intercambio USAC-UNA ubicados en el campus Omar Dengo en la ciudad de Heredia:

Alcance: Las medidas de seguridad enunciadas en este documento, son aplicables y obligatorias para toda la población laboral y estudiantil vinculada con la USAC, así como a todo proveedor, funcionario de la UNA o a cualquier persona externa al programa que se presente a la oficina de USAC o a las aulas donde se imparten lecciones.

El personal del programa USAC estará debidamente informado y capacitado sobre la forma de aplicar adecuadamente los protocolos sanitarios. Esta capacitación estará a cargo del Director del programa y con la valiosa colaboración del Área de Salud Laboral de la UNA.

Tanto los profesores como el personal administrativo del programa, deberá valorar su estado de salud previo a apersonarse a las instalaciones de la UNA, buscando cualquier síntoma de la enfermedad, fiebre u otro indicador de riesgo. En caso de encontrarlo, deberá comunicarlo de forma no presencial al coordinador del programa.

El programa realizará la identificación de los funcionarios, estudiantes y población laboral adscrita que cuente con factores de riesgo para la enfermedad COVID-19. Los datos recolectados serán de carácter confidencial y serán usados únicamente para efectos de tomar medidas preventivas de la enfermedad. Las personas con factores de riesgo deberán utilizar durante el desarrollo de sus actividades académicas y laborales mascarillas tipo KN95, las cuales serán proporcionadas por el Programa USAC, en cantidad suficiente para garantizar la cobertura de las exposiciones y permitir el cambio una vez finalizada la vida útil.

Al ingresar a las instalaciones de la UNA el personal y estudiantes del programa USAC deberán acatar en su totalidad las medidas de seguridad establecidas por la institución. El uso de mascarilla será obligatorio en todo momento.

Antes de ingresar a la oficina o a las aulas, deberán lavarse las manos con agua y jabón o en su defecto colocarse alcohol gel, en ambos casos, deberá realizar los movimientos recomendados por el Ministerio de Salud para el lavado de manos.

En todo momento se mantendrá el distanciamiento físico de al menos 1,8 metros.

Todos los trabajadores de USAC deberán velar por el cumplimiento de las medidas de seguridad para la prevención de la COVID-19 y en caso de que detecten incumplimientos, deberán tomar las medidas inmediatas para su resolución, así como comunicar dicha situación al coordinador del Programa.

Cada estudiante viene con un seguro internacional que les cubre el 100% en caso de accidentes o enfermedad, incluyendo el covid-19. Los hospitales Clínica Bíblica, La Católica y el CIMA ya tienen conocimiento de la póliza del seguro que utilizamos (*Cultural Insurance Services International*) **CISI**.

Cada estudiante firma un documento oficial donde se compromete a cumplir todas disposiciones y protocolos del programa y de la Universidad Nacional. En caso de no cumplir estas disposiciones, se le solicitará el cumplimiento de las mismas, en caso de reincidencia, se solicitará a la persona el desalojo de las instalaciones de la universidad y el estudiante será devuelto a su país de origen sin ninguna responsabilidad económica por parte del programa ni de la UNA.

El programa, así como las universidades que nos envían a los estudiantes están promoviendo que los estudiantes ya vengan vacunados contra el COVID-19 y envíen el documento oficial que prueba dicha vacunación. (Por ejemplo, para el grupo de julio 2021, ya tenemos 12 de 15 estudiantes vacunados).

Al ingresar al campus por la explanada principal de la UNA, cada persona se desinfectará su calzado y el oficial de seguridad le tomará la temperatura y le brindará alcohol en gel o su defecto le indicará que debe de realizar el respectivo lavado de manos con agua y jabón. Los estudiantes y el personal de USAC se compromete a respetar e implementar el protocolo institucional de la Universidad Nacional, así como los protocolos de los centros de trabajo o facultades donde nos asignen las aulas.

El distanciamiento físico y uso correcto de la mascarilla deberá mantenerse en todo momento dentro de las instalaciones de la UNA, incluyendo los periodos de uso de zonas verdes, estancia en zonas comunes, uso de sanitarios y recesos de las clases.

En caso de que se deba acceder a un segundo piso o mayor en los edificios, esto se realizará utilizando las escaleras, siempre por el lado derecho. El uso del elevador será permitido solamente a personas con discapacidad o con alguna enfermedad que le limite su capacidad física.

Se debe realizar el proceso de lavado o sanitización de manos frecuentemente. Se detalla a continuación una lista no exhaustiva de los momentos en que es necesario realizar este proceso:

Antes de ingresar a las instalaciones.
Antes de preparar y consumir alimentos.
Después de ir al baño.
Después de toser y estornudar.
Luego de visitar zonas públicas.
Después de tocar llaves, dinero o artículos personales y de uso compartido.
Después de tocar pasamanos y manijas de puertas.
Antes y después de un tiempo de descanso.
Después de interactuar físicamente con un usuario, proveedor u otra persona ajena al servicio.
Después de tocar objetos que han sido manipulados por otros, o después de realizar cualquier actividad en la que se pueda haber contaminado las manos.
Antes y después de cambiar, colocarse o ajustarse el equipo de protección personal.
Antes y después de realizar los procesos de limpieza y desinfección.

Cada estudiante y personal de USAC portará una botellita de alcohol en gel de concentración 70-80% y les va a solicitar que la utilicen en todas las actividades del programa USAC. Dichas botellitas las dará el programa como una cortesía y regalito de bienvenida. En las oficinas administrativas y en cada clase se contará con un recipiente para recargar las botellas de los estudiantes, esta acción deberá ser solicitada por el estudiante y realizada por el profesor o personal administrativo de la USAC. cuantas veces sea necesario.

Cada estudiante y personal de USAC debe de utilizar durante su permanencia en las instalaciones de la UNA y en todas las actividades del programa, mascarillas de protección de tela de al menos tres capas (capa interna absorbente, capa intermedia filtrante y externa anti fluidos), las cuales deberán usarse cubriendo boca, nariz y mentón. De igual forma, con el fin de incrementar al máximo la protección personal, se les recomendará que traigan de EEUU mascarillas de mejor calidad o las adquieran en el país, como la N95, la KN95 o la FFP2.

Considerando que la efectividad de las mascarillas se reduce cuando está no se ajusta al contorno de la cara, se recomendará a los estudiantes y profesores el no uso de bello facial.

El programa les regalará una mascarilla N95 como una cortesía y regalito de bienvenida, después, cada estudiante será responsable de remplazar dicha mascarilla.

En todo caso se respetará el tiempo máximo de uso de las mascarillas, luego de lo cual deberán sustituirse por otra nueva, en el caso de las de tela se recomienda su cambio cada tres horas de uso y en el de los respiradores libres de mantenimiento N95, KN 95 y FFP2 máximo cada 24 horas acumuladas, cuando estén húmedas o su estructura no permita un ajuste adecuado a la cara de la persona.

La persona deberá lavarse las manos con agua y jabón o higienizárselas, antes de colocarse la mascarilla, antes y después de su ajuste o al cambiarla.

Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca sin haberse efectuado el lavado correcto de manos. Además, cubrirse la boca cuando se tose o se estornuda. (Se pegará rotulación recomendada por la CCSS en las áreas de trabajo y en la oficina USAC para estar reforzando las buenas conductas).

En ningún caso se considerará que el uso de mascarilla habilita para no implementar otras medidas de prevención como el distanciamiento físico, lavado de manos, entre otros.

Se restringirá el ingreso a las clases y actividades del programa al personal docente y administrativo y estudiantes, con orden sanitaria vigente, síntomas o signos de resfrío o de la enfermedad COVID-19, enfermedades respiratorias, fiebre o a los casos categorizados como contactos cercanos, sospechosos, probables o confirmados de la enfermedad COVID-19. En caso de que se detecten contactos cercanos, casos confirmados, probables o sospechosos se aplicará lo dispuesto en la circular UNA-R-DISC-039-2020, se acatarán las instrucciones del Ministerio de Salud y si es necesario, se realizará el uso de la cobertura del Seguro (caso de estudiantes).

Se prohíbe compartir utensilios, papelería, computadoras, objetos y otros elementos entre las personas. En caso de que por motivos de fuerza mayor sea estrictamente necesario realizarlo, tanto la persona que entrega el objeto como la que lo recibe deberán aplicarse alcohol gel, realizando los mismos movimientos con las manos que al lavárselas con agua y jabón, tanto antes de entregar el equipo como antes de recibirlo de vuelta.

Durante los días de clases, cada 50 minutos se realizará una pausa de 10 minutos que favorecerá el proceso de ventilación de las aulas. También se realizarán estas pausas o recreos de forma diferenciada (no simultáneamente) entre los grupos para evitar la aglomeración de los estudiantes.

El programa velará y proporcionará los insumos de limpieza y desinfección, así como los requeridos para la limpieza e higienización de manos, necesarios para que el personal docente y administrativo, así como sus estudiantes cumplan con las medidas definidas para la prevención y contención ante la emergencia por la enfermedad COVID-19.

Cada escritorio del aula es limpiado y desinfectado por el personal de conserjería de la facultad donde nos asignen las aulas una hora antes e inmediatamente después de su uso. Se limpia y desinfecta con los productos destinados para tal fin como por ejemplo el alcohol líquido de 70% de dilución, respetando el protocolo de limpieza y desinfección de la facultad donde nos asignen. Será responsabilidad del director del programa USAC el asegurar la implementación de esta medida.

Además, el programa tendrá a disposición en las aulas asignadas, toallitas 3M para remover microorganismos al instante, cada estudiante debe limpiar su escritorio o mesa de trabajo y demás superficies con las que entró en contacto, al inicio de la clase y al final de esta. El profesor será la persona a cargo de entregar las toallitas a cada estudiante en el momento que sea necesario.

El proceso de limpieza y desinfección de equipos eléctricos se realizará con el equipo apagado y desconectado, evitando que los líquidos usados entren en contacto directo o indirecto con las partes que suelen estar energizadas.

Este escritorio o mesa de trabajo será la misma para cada estudiante durante todo el periodo de clases. Se ubicarán distribuidos en el aula de forma que se garantice el distanciamiento de al menos 1,8 metros entre todas las personas presentes en el aula.

Durante las clases, las consultas y preguntas por parte de los estudiantes y profesores se realizarán utilizando mascarilla, manteniendo la distancia de 2 metros, teniendo ambos interlocutores la misma posición (pie o sentado) o desde la mesa de trabajo o pupitre asignado a cada estudiante. Siempre que sea posible se realizan evitando estar de frente para reducir el riesgo de contagio.

El profesor será el responsable de velar que los estudiantes antes ingresar a las aulas se laven las manos con agua y jabón donde las condiciones lo permitan. De no haber una pila con agua y jabón, el profesor le aplicara alcohol en gel (concentración 70-80%) en sus manos a cada estudiante.

Se suspenderán las clases presenciales en caso de falta de agua en la UNA

El aforo del espacio físico en las aulas o salas asignadas será de un máximo de 08 estudiantes y un profesor responsable del grupo.

Se debe mantener el distanciamiento físico de 2 metros, demarcando con cinta adhesiva en el piso sin causar ningún daño. Para nuestros cursos, estamos hablando de un máximo de 08 estudiantes por aula y el docente, quien será el responsable de velar que se cumpla este protocolo, así como el protocolo de cada facultad o centro de trabajo donde nos asignen las aulas.

Para cada aula asignada, el programa se encargará de tener a disposición de los usuarios, una botella de alcohol líquido, alcohol en gel, y una caja de toallitas 3M para remover microorganismos al instante. Para evitar la manipulación de estos productos, el profesor será el encargado de repartirlos o aplicarlos según corresponda.

Mantener las áreas de trabajo y espacios de aulas o salones ventilados preferiblemente con ventilación natural. No se va a utilizar el aire acondicionado, mantendremos ventanas y puertas abiertas y con pausas cada 50 minutos para favorecer la ventilación de las aulas.

Profesores y alumnos deberán de utilizar la respectiva mascarilla de protección en todo momento cuando se encuentren el campus. Para reforzar y como parte de la capacitación, nuestros profesores van a mirar el siguiente video (link) con información más detallada: <https://www.youtube.com/watch?v=hViS38w5QJM>

Una vez finalizadas las actividades lectivas y sus respectivas asignaciones, los estudiantes deberán desalojar las instalaciones de la UNA.

Se implementarán los lineamientos establecidos en los protocolos y comunicaciones de la Universidad Nacional y por el centro de trabajo que facilitará las aulas para el uso de áreas comunes como comedir, pasillo, bancas, mesas, zonas verdes, baños, ascensor, entre otros. En todo momento se deberá garantizar el uso de mascarilla, respetando los aforos y distanciamiento físico.

No está permitido ingerir ningún tipo de alimento dentro de los espacios de estudio y la oficina. Se respetará el protocolo general de la UNA donde indica los lugares destinados para tal fin.

Solo se atenderá a una persona a la vez en la oficina y con cita previa, la cual deberá ser solicitada mediante correo electrónico, llamada telefónica o mensaje de texto. En todo momento, será obligatorio el uso correcto de la mascarilla y manteniendo el distanciamiento físico establecido de dos metros entre personas.

Se priorizará la atención de consultas y reuniones de forma virtual, realizando de forma presencial, aquellas que por la naturaleza del tema, situaciones jurídicas o relacionadas con el proceso, deban realizarse presencialmente.

El programa no contempla la realización de giras ni el uso de vehículos institucionales.

Previo a ingresar a la oficina se le realizará la prueba de temperatura como medida de prevención. La temperatura corporal normal de un ser humano oscila entre los 36.1 °C a los 37.8 °C grados (Wilmore y Costill, 2004). Las tomas de temperatura igual o mayor a los 38 C grados son consideradas como síntomas por COVID-19. También se le aplicará alcohol en gel con concentración 70-80%. El director será el responsable de hacer esta toma de temperatura y de hacer una correcta interpretación de los datos.

Al finalizar la reunión o cita se limpiará y desinfectará las zonas utilizadas con las toallitas 3M para remover microorganismos al instante. El director será el responsable de aplicar el alcohol en gel en las manos propias y en las de la persona que asiste a realizar el trámite y de la limpieza de la oficina.

Para el uso de los servicios sanitarios se respetará el protocolo establecido por la facultad donde nos asignen las aulas. El distanciamiento y el uso correcto de la mascarilla se debe de respetar en todo momento.

Después de utilizar las aulas asignadas, se debe de realizar una limpieza y desinfección general.

Desechar en contenedores de basura con bolsa y tapa los residuos de los materiales derivados de las actividades académicas y de la limpieza de equipos y otros.

El director del programa de intercambio USAC será el responsable general de garantizar la debida implementación de este protocolo, así como de mejorar y actualizar este protocolo preventivo de la COVID-19 de acuerdo al principio de mejora continua y conforme a las nuevas directrices y disposiciones que emitan las autoridades sanitarias y universitarias.

Como valor agregado a las medidas de protección, el programa USAC estará obteniendo La Certificación de Limpieza & Protección por parte de la compañía de 3M. ***(3M Clean & Protect Certified Badge Program)***.

En caso de que el MEP y la UNA determinen una pausa de las clases presenciales por algunos días, semanas, meses o la cancelación de forma definitiva, el programa seguirá de forma remota ofreciendo los cursos.

En caso de incumplimiento por parte del personal docente y administrativo del programa de las medidas sanitarias indicadas por el Ministerio de Salud, las directrices emitidas por la institución, los protocolos institucionales, los del centro de trabajo donde se realicen las clases y este mismo, se procederá a tomar las medidas inmediatas para su resolución.

Toda la información relevante sobre el manejo institucional de la pandemia, incluyendo los protocolos, podrá ser consultada por el personal de USAC y los estudiantes en la pagina web <https://www.covid19.una.ac.cr/>

Referencias:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms>

https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/mep_lineamiento_reinicio_clases_borrador_final_15_12_2020.pdf

<https://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/ms-dm-1165-2021-resolucion-mep-0065-01-2021.pdf>

<https://www.mep.go.cr/coronavirus>

<https://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/protocolo-reactivacion-curso-lectivo-centros-educativos-publicos-13-01-21.pdf>

<https://www.youtube.com/watch?v=hViS38w5QJM>

https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/ls_cs_014_lineamientos_generales_reanudacion_servicios_presenciales_centros_educativos_02022021.pdf

<https://multimedia.3m.com/mws/media/19325840/3m-clean-protect-program-sell-sheet.pdf>

Wilmore, J. H., y Costill, D. L. (2004). Fisiología del esfuerzo y del deporte. Editorial Paidotribo.

Anexos para la rotulación en las aulas y oficina:



Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



CUBRA SU BOCA Y NARIZ
CON LA PARTE SUPERIOR DEL
BRAZO, HACIENDO UN SELLO
PARA EVITAR SALIDA
DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE
CON UN PAÑUELO
DESECHABLE



DEPOSITE EL PAÑUELO
EN EL BASURERO,
NO LO LANCE
AL MEDIO AMBIENTE



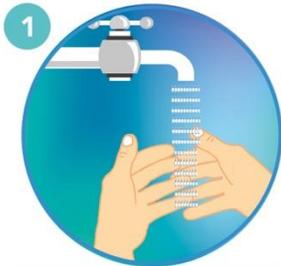
NUNCA SE TOQUE LA CARA
SI NO SE HA LAVADO
LAS MANOS
CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!

¿Cómo lavarse las manos?

 DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



1 Humedezca las manos con agua y cierre el tubo



2 Aplique suficiente jabón



3 Frote sus manos palma con palma



4 Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa



5 Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados



6 Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos



7 Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa



8 Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



9 Enjuague abundantemente con agua



10 Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable

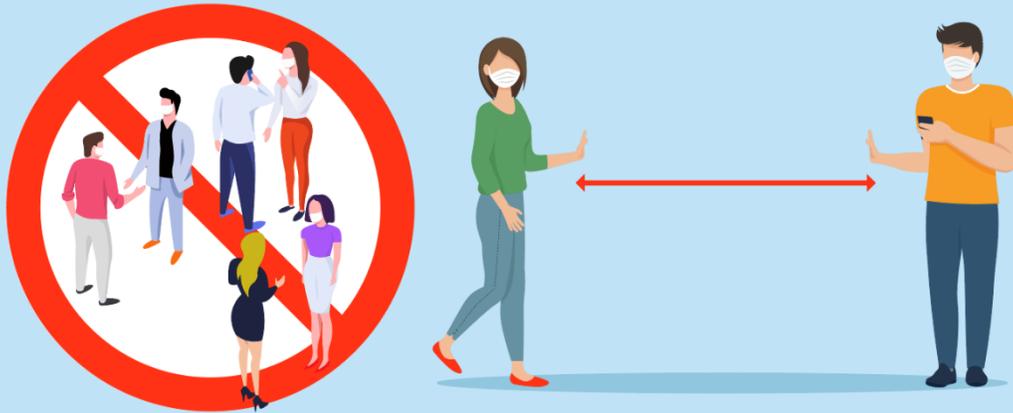


11 Use la toalla para cerrar la llave



Ministerio de **Salud**

Prevengamos el COVID-19 en espacios cerrados



Evitá lugares aglomerados y
mantené la distancia de
2 metros con otras personas.

Prevengamos el COVID-19 en espacios cerrados



Utilizá mascarilla cubriendo boca y nariz, sin dejar espacios entre la cara y la mascarilla.