



Orientación de viaje del Sistema de Salud de UNM

Todo el personal académico, residentes, becarios, empleados y estudiantes deben de llamar al Centro de Llamadas COVID para la orientación y estratificación de riesgos al regresar de cualquier viaje fuera del estado o internacional.

(505) 515-8212

unmhealth.org/covid-chat/

El cumplimiento de esta orientación ayuda a prevenir la propagación del SARS-COV-2 y es para la salud y la seguridad de nuestros pacientes, visitas, trabajadores de la salud y el personal. Viajar a diferentes ubicaciones tendrá diferentes riesgos. Las situaciones pueden cambiar y afectar la capacidad del viajero para regresar al trabajo.

Llame al Centro de Llamadas COVID del Sistema de Salud de UNM al (505) 515-8212 o consulte el CHATBOT COVID del Sistema de Salud de UNM al unmhealth.org/covid-chat/ si usted:

- Ha viajado fuera del estado.
- Ha viajado internacionalmente.
- Ha estado expuesto a una persona que haya dado positivo a una prueba de COVID-19 en los últimos 10 días.
- Está experimentando alguno de los siguientes síntomas: fiebre o escalofríos, tos, falta de aire o dificultad para respirar, fatiga severa, dolores musculares o corporales, dolor de cabeza, nueva pérdida del gusto o del olfato, dolor de garganta, congestión o goteo nasal, náusea o vómitos, o diarrea.
- *Aviso* Ya no es necesario informar al Centro de Llamadas para los viajes dentro del estado.

Viajes relacionados con negocios

- Los viajes relacionados con negocios se reanudarán el 16 de mayo de 2021, y deben ser aprobados por su director para el personal académico, becarios y residentes, o por su supervisor para otro tipo de cargos laborales antes de viajar. Siga los requisitos de cuarentena al regresar, de acuerdo al tipo de viaje y el estado de vacunación como se indica a continuación.

Viajes fuera del estado y con vacunación completa

- Ya no es necesario estar en cuarentena para los viajes fuera del estado para aquellos que están completamente vacunados.
 - Estar completamente vacunado significa a las 2 semanas después de la segunda dosis de Pfizer o Moderna, o 2 semanas después de una dosis única de las vacunas Johnson&Johnson o AstraZeneca's contra la COVID-19.
 - Para obtener orientación sobre el viaje internacional, ver [aquí](#) a continuación.
- Cualquiera que esté viajando fuera del estado **debe** llamar al Centro de Llamadas COVID-19 del Sistema de Salud de UNM al (505) 515-8212 al regresar. El Centro de Llamadas hará una

estratificación de riesgos, responderá cualquier pregunta o duda que tenga y le ayudará a obtener acceso a la Encuesta de Síntomas de 14 días que es **requerida**.

- Se requiera una encuesta de síntomas de 14 días para CUALQUIER viaje fuera del estado.
- Las encuestas de síntomas son monitoreadas diariamente por el Centro de Llamadas COVID del Sistema de Salud de UNM.
- Las encuestas de síntomas y la autoevaluación enviada por correo electrónico diariamente por HSC **no** son lo mismo.
- Si desarrolla síntomas, comuníquese con el centro de llamadas inmediatamente para recibir orientación y ayuda a realizarse la prueba.

Viajes fuera del estado y sin vacunación, o vacunación parcial

○

viajes internacionales (con vacunación y sin vacunación, o con vacunación parcial)

La orientación sobre la cuarentena por origen laboral seguirá implementándose en las siguientes circunstancias de alto riesgo:

- Cualquier viaje internacional.
 - La orientación para viajes internacionales varía de los viajes nacionales. Representa un mayor riesgo de entrar en contacto con las cepas variantes contra las que la vacuna puede no proteger tan bien, lo cual presenta un riesgo mayor para nuestra población de pacientes vulnerables y entre sí. La CDC continúa teniendo numerosas prohibiciones para los viajes internacionales.
- Cualquier viaje fuera del estado donde el promedio acumulado de 7 días sea:
 - una tasa de pruebas positivas superior a 10/100,000 residentes, o
 - una tasa de pruebas positivas superior o igual al 7.5%
 - Los datos a nivel estatal se pueden obtener en: <https://covidactnow.org/>

Tiempo de cuarentena, pruebas y encuestas de síntomas para los viajes internacionales y para las personas sin vacunar

- Para propósitos de regreso al trabajo, se necesita una cuarentena de 10 días para cualquier viaje internacional o si no está vacunado/está vacunado parcialmente y viaja a un estado con una tasa de positividad superior a 10/100,000 y mayor o igual al 7.5% en tasa de pruebas positivas. Puede obtener las tasas de incidencia en: <https://covidactnow.org>
 - Las paradas a lo largo del trayecto se consideran en la evaluación de riesgo.
- Como alternativa, puede realizarse la prueba al séptimo (7) día después del viaje, lo cual permite que regrese al trabajo una vez que se obtenga un resultado negativo.
 - Se pueden obtener los resultados de las pruebas a través del Portal para Pacientes de UNMH si la prueba se realiza en un área de pruebas de UNMH.
 - Para programar una cita para la prueba de COVID-19 usted puede llamar a la línea para realizarse pruebas de COVID-19 del Centro de Citas de UNMH al: (505) 925-4636.
 - La prueba de un resultado negativo y la autorización para regresar a trabajar DEBEN presentarse a través del Centro de Llamadas COVID-19 del Sistema de Salud de UNM. NO



es apropiado solamente mostrarle a un supervisor una prueba negativa para poder regresar a trabajar.

- Cualquiera que viaje fuera del estado o internacionalmente **debe** de llamar al Centro de Llamadas COVID-19 del Sistema de Salud de UNM al (505) 515-8212 al regresar. El Centro de Llamadas hará una estratificación de riesgo, responderá cualquier pregunta o duda que tenga y le ayudará a obtener acceso a la Encuesta de Síntomas de 14 días que es **requerida**.
 - Se requiere una encuesta de síntomas de 14 días para CUALQUIER viaje fuera del estado.
 - Las encuestas de síntomas son monitoreadas diariamente por el Centro de Llamadas COVID del Sistema de Salud de UNM.
 - Las encuestas de síntomas y la autoevaluación enviada por correo electrónico diariamente por HSC **no** son lo mismo.
- Si desarrolla síntomas, comuníquese con el centro de llamadas inmediatamente para recibir orientación y ayuda a realizarse la prueba.

Orientación importante tanto para las personas vacunadas y las personas sin vacunar al viajar:

- Use un cubrebocas en todo momento mientras esté en público, excepto cuando coma o beba.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón, o use desinfectante para manos.
- Evite el contacto cercano con los demás manteniendo 6 pies de distancia física de los demás.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Manténgase alejado de las grandes congregaciones de personas.

Viaje en automóvil: las paradas para gasolina, alimentos o descansos lo ponen en riesgo a través del contacto con personas y superficies.

Viaje en aerolíneas: el distanciamiento físico es difícil en las terminales y en los vuelos llenos de personas, es posible que tenga que sentarse cerca de otros (dentro de 6 pies) durante un tiempo prolongado. Esto aumenta su riesgo de contraer COVID-19.

Campamento: el acampar puede poner un riesgo para usted si se pone en contacto con otras personas o comparte instalaciones públicas (como baños o áreas de picnic) en áreas de campamento o a lo largo de los senderos.

Orientación para la cuarentena

- **Si una cuarentena previsible se encuentra en su futuro, considere planificar con antelación**
 - **Abastecerse con lo esencial**
 - **Crear un plan para la entrega de víveres y alimentos**
 - **Planificar para monitorear sus propios síntomas**

Aviso* Si usted ha dado positivo a la prueba de COVID-19, comuníquese con el Centro de Llamadas COVID-19 del Sistema de Salud de UNM al (505) 515-8212.