

## Directrices para viajes del Sistema de Salud de UNM

El cumplimiento de estas directrices ayuda a prevenir la propagación de SARS-COV-2 y sirve en interés de la salud y la seguridad de nuestros pacientes, visitas, trabajadores de la salud, y personal. El viajar a diferentes lugares tendrá diferentes riesgos. Las situaciones pueden cambiar y así afectar la capacidad de un viajero para regresar al trabajo. Lea esta orientación relacionada con el trabajo, las directrices específicas del DOH (Departamento de Salud) estatal, la orientación acerca de viajar de los CDC (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades), y las directrices del Departamento del Estado de los EE. UU. antes de viajar, ya que puede haber requisitos adicionales por parte del estado, del país y de reingreso, dependiendo de adónde viaje y su estado de vacunación.

**Comuníquese con el Centro de Llamadas sobre COVID de los Sistemas de Salud de UNM visitando:**  
<https://redcap.link/UNM.CCC.SurveySelector>  
o llamando al (505) 515-8212 si:

- ha tenido una exposición de alto riesgo en el trabajo en los últimos 10 días a una persona con un caso confirmado de COVID-19;
- sabe de alguna exposición en los últimos 10 días, ya sea en el hogar o en la comunidad, a una persona con un caso confirmado de COVID-19;
- usted ha tenido un resultado positivo en una prueba de COVID-19;
- tiene cualquiera de los siguientes síntomas: fiebre o escalofríos, tos, falta de aire o dificultad respiratoria, fatiga en exceso, dolores musculares o corporales, dolor de cabeza, pérdida nueva del gusto o del olfato, dolor de garganta, congestión o secreción nasal, náuseas o vómito, o diarrea.

### Definiciones de “Estado de vacunación contra la COVID-19”

Al día = una persona ha recibido todas las vacunas recomendadas contra la COVID-19, incluyendo cualquier dosis de refuerzo cuando reúna los requisitos

Completamente vacunado = una persona ha recibido su serie principal de las vacunas contra la COVID-19

### Viajes de negocio

- Los viajes relacionados con el trabajo deben ser aprobados por su director para miembros de la facultad, becarios y residentes, o por el supervisor para todos los demás empleados antes de viajar. Adicionalmente, siga las directrices a continuación.

### Viajes nacionales

- Si no está al día con todas sus vacunas contra la COVID-19
  - Antes de su viaje
    - Los CDC recomiendan que se haga una prueba viral de COVID-19 lo más cerca posible de la hora de salida como sea posible y no más de 3 días antes de su viaje.

- Para TODOS los viajeros
  - El uso de mascarillas es un requisito federal en todo tipo de entorno encerrado de transporte público de los EE. UU., incluyendo en los centros de transporte.
  - Después de regresar de un viaje
    - Los CDC recomiendan que se haga una prueba viral de COVID-19 de 3 a 5 días después del viaje.
    - Autovigilarse por síntomas de COVID-19.
    - Si prefiere que se le envíe una encuesta de síntomas de 10 días por correo electrónico para ayudarlo con el monitoreo de síntomas, llene este formulario: <https://redcap.link/UNM.CCC.SurveySelector>
    - Si desarrolla síntomas, debe guardar cuarentena por su propia cuenta y hacerse una prueba. Para informar sobre sus síntomas y ser enviado para que le hagan una prueba, llene este formulario: <https://redcap.link/UNM.CCC.SurveySelector>

### Viajes internacionales

- Si no está al día con todas sus vacunas contra la COVID-19
  - Antes de su viaje
    - Los CDC recomiendan que se haga una prueba viral de COVID-19 tan cerca de la hora de su salida como sea posible y no más de 3 días antes de su viaje.
- Para TODOS los viajeros
  - El uso de mascarillas es un requisito federal en todo tipo de entorno encerrado de transporte público de los EE. UU., incluyendo en los centros de transporte.
  - Antes de volver a los Estados Unidos:
    - Se requiere que muestre un resultado los últimos 90 días de mostrar un comprobante de recuperación de un proveedor tratante.
    - Los cruces fronterizos por tierra pueden tener requisitos específicos de frontera respecto a las pruebas.
  - Después de volver a los Estados Unidos:
    - Los CDC recomiendan que se haga una prueba viral de COVID-19 de 3 a 5 días después de viajar.
    - Autovigilarse por síntomas de COVID-19.
    - Si prefiere que se le envíe una encuesta de síntomas de 10 días por correo electrónico para ayudarlo con el monitoreo de síntomas, llene este formulario: <https://redcap.link/UNM.CCC.SurveySelector>
    - Si desarrolla síntomas, debe guardar cuarentena por su propia cuenta y hacerse una prueba. Para informar sobre sus síntomas y ser remitido para que le hagan una prueba, llene este formulario: <https://redcap.link/UNM.CCC.SurveySelector>

### Pruebas de COVID-19

- Las personas son responsables del costo de las pruebas relacionadas con los viajes previos y posteriores.
  - Para programar una cita para hacerse una prueba de COVID-19, puede llamar a la línea para pruebas de COVID-19 del Centro de Citas de UNMH al: (505) 925-4636.

- La institución cubrirá el costo de las pruebas relacionadas con los síntomas, pero primero debe informar sobre sus síntomas y ser enviado por el Centro de llamadas sobre COVID-19 del Sistema de Salud de UNM.
  - Para informar sus síntomas y ser remitido para una prueba, complete este formulario: <https://redcap.link/UNM.CCC.SurveySelector> o llame al: (505) 515-8212
- Los resultados de una prueba de COVID-19 pueden obtenerse a través del Portal para Pacientes de UNMH.
- Cualquier resultado positivo de una prueba debe informarse al Centro de llamadas sobre COVID del Sistema de Salud de UNM enviándolo en línea al: <https://redcap.link/UNM.CCC.SurveySelector> o llamando al: (505) 515-8212.

### Según los CDC, NO viaje si:

- está enfermo ([sick](#)), incluso si se ha recuperado de la COVID-19 dentro de los últimos 90 días o está al día con sus vacunas contra la COVID-19;
- ha tenido un resultado positivo ([tested positive](#)) en una prueba de COVID-19;
  - No viaje hasta después de un plazo completo de 10 días después de inicio de sus síntomas o la fecha en que la prueba salió positiva, si es que no tenía síntomas ([symptoms](#));
- está esperando los resultados de una prueba de COVID-19;
- tuvo contacto cercano con una persona que tiene COVID-19 y **le recomendaron** que guarde cuarentena ([quarantine](#)).
  - No viaje hasta que hayan pasado 5 días completos posteriores a su último contacto cercano con la persona con un caso confirmado de COVID-19. Es mejor evitar viajar durante 10 días completos después de su última exposición.
  - Si tiene que viajar durante los días 6 a 10 después de su última exposición:
    - Hágase una prueba ([Get tested](#)) al menos 5 días después de su último contacto cercano. Asegúrese de que el resultado de su prueba sea negativo y que siga sin síntomas ([symptoms](#)) antes de viajar. Si no se hace la prueba, absténgase de viajar hasta que pasen 10 días completos desde su último contacto con la persona que tiene COVID-19.
    - Use de manera correcta una mascarilla adecuadamente ajustada ([well-fitting mask](#)) cuando esté cerca de otras personas durante todo el viaje en los días 6 a 10. Si no puede usar una mascarilla, no debe viajar durante los días 6 a 10.

### Si ha tenido contacto cercano con alguien que tiene COVID-19 pero SIN recomendación de guardar cuarentena ([quarantine...](#))

- Hágase una prueba ([Get tested](#)) al menos 5 días después de su último contacto cercano. Asegúrese de que el resultado de su prueba sea negativo y que siga sin síntomas ([symptoms](#)) antes de viajar.
  - Si tuvo un caso confirmado de COVID-19 dentro de los últimos 90 días, NO necesita hacerse una prueba, pero aún debe seguir todas las demás recomendaciones (incluso si desarrolla síntomas de COVID-19).
- Si viaja en el plazo de los 10 días posteriores a su última exposición, use de manera correcta una mascarilla adecuadamente ajustada ([well-fitting mask](#)) de manera adecuada cuando esté cerca de otras personas durante todo su viaje por los 10 días. Si no puede usar una mascarilla, no debe viajar durante esos 10 días.

