



Guía provisional para entornos de vivienda compartida fuera del campus, específicos de instituciones de educación superior Septiembre 8, 2020

Guía para vivienda compartida o congregada: Cualquier circunstancia en donde muchas personas se reúnan, representa un riesgo para la transmisión de COVID-19. Para propósitos de esta guía, la vivienda compartida incluye una amplia gama de entornos, como apartamentos, condominios, viviendas para alumnos o docentes, para hermandades y fraternidades. Existen consideraciones especiales para la prevención de COVID-19 en situaciones de vivienda compartida.

Las personas que viven y trabajan en este tipo de vivienda pueden tener problemas para lograr [distanciamiento social](#) para prevenir la propagación de COVID-19. Los residentes de viviendas compartidas a menudo se reúnen estrechamente para realizar actividades sociales, de ocio y recreativas, cenas compartidas y/o uso de equipamientos compartidos, como electrodomésticos de cocina, instalaciones de lavandería, escaleras, oficinas y ascensores.

La guía a continuación refleja las primeras lecciones aprendidas de que la propagación viral se origina en entornos de vida comunitaria fuera del campus y en reuniones sociales; la guía es una adaptación de la [Guía COVID-19 para viviendas compartidas o colectivas](#), emitida por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention, CDC*)

Esta guía abarca los siguientes temas:

- Distanciamiento social y minimización de exposición
- Cubiertas faciales de tela
- Limpieza e higiene
- Comedores compartidos o sanitarios compartidos
- Transporte grupal o compartido
- Observación de síntomas, aislamiento y cuarentena
- Comunicaciones y combate de la desinformación
- Protección de poblaciones vulnerables
- Sistemas de agua y ventilación
- Recursos adicionales

Distanciamiento social y minimización de exposición

El [distanciamiento social](#) es una de las pocas herramientas que actualmente tenemos para disminuir la propagación del COVID-19. El distanciamiento social ("distanciamiento físico"), significa mantener espacio entre usted y otras personas que no son de su hogar. Mantenerse por lo menos a 6 pies de distancia de otras personas (aproximadamente 2 brazos de largo); no reunirse en grupos; mantenerse alejado de lugares concurridos y evitar reuniones masivas.

Se requiere que todos los residentes y propietarios de entornos de vivienda compartida:

- Siguan los límites de reunión masiva en interiores y exteriores. Esto incluiría a los huéspedes que visitan para fiestas, eventos u otras actividades recreativas.

Se recomienda que los entornos de vivienda compartida o congregada:

- Establezcan y hagan cumplir los requisitos escritos y la responsabilidad para los residentes que participan en fraternidades y hermandades, clubes sociales, sociedades, viviendas de grupos de afinidad y otros grupos organizados, con el fin de limitar eventos sociales, congregaciones y reuniones dentro y fuera del campus; exijan el cumplimiento de los límites actuales de reunión masiva y promuevan actividades sociales. distancia de al menos 6 pies entre personas.
- Cierren espacios compartidos y en común como los comedores, salas de juegos y salas de estar, si es posible; de lo contrario, escalonar el uso y restringir el número de personas permitidas al mismo tiempo y reacomodar los muebles, para garantizar que todos puedan mantenerse al menos a 6 pies de distancia; limpiar y desinfectar entre usos. Designen algunas áreas de muebles compartidos como zona de no uso, para fomentar el distanciamiento social.
- Limiten la ocupación en las instalaciones de acondicionamiento físico y piscinas y sigan la [Guía provisional para centros de acondicionamiento físico en interiores y entornos de gimnasio](#) y la [Guía provisional para albercas y balnearios spa públicos](#), ambas emitidas por el [Departamento NCDHHS](#).
- Proporcionen [señalizaciones](#) y recordatorios frecuentes para que los residentes se mantengan separados por lo menos 6 pies de distancia entre sí, cuando sea posible.
- Coloquen guías físicas, como cinta adhesiva en el piso o en las aceras y letreros en paredes, para garantizar que los individuos permanezcan al menos a 6 pies de distancia en las filas, mientras usan los elevadores, escalinatas y en otros momentos. Restrinjan el cupo en elevadores.
- Coloquen los asientos a una distancia de al menos 6 pies cuando sea posible o bloquear los muebles que estén a 6 pies de otras áreas de asiento si no pueden espaciarse más.
- Coloquen barreras físicas como plexiglás para protección en áreas donde sea difícil para los individuos permanecer separados por lo menos 6 pies (por ejemplo, mostradores de recepción, áreas del correo).
- Proporcionen servicios de apoyo virtual a los residentes, tanto como sea factible. Si se deben hacer reparaciones, programar un tiempo para limitar el número de personas en el espacio a la vez.
- Siguan la guía de los centros CDC sobre [Viviendas compartidas o congregadas](#) para los espacios en común en viviendas congregadas (por ejemplo: cuartos de lavandería, baños compartidos y áreas de recreación).

Cubiertas faciales de tela

Hay creciente evidencia de que usar una [cubierta facial](#) puede ayudar a reducir la propagación de COVID-19, especialmente porque las personas pueden estar infectadas con el virus y no saberlo.

Se requiere que todos los residentes y propietarios de entornos de vivienda compartida:

- Usen una cubierta facial de tela cuando puedan estar cerca (a menos de 6 pies de distancia) de quienes no son residentes del entorno de vivienda, a menos que el residente indique que se aplica una excepción.
- Todos los residentes deben usar una cubierta facial de tela cuando se encuentren en áreas comunes no habitables (ascensor, escaleras, sala de correo, vestíbulo, etc.)
- Visiten el [sitio Web de respuesta ante COVID-19](#) del Departamento NC DHHS para obtener más información sobre guías de cubiertas faciales y para tener acceso a plantillas de letreros disponibles tanto en inglés como en español.

Limpieza e higiene

Lavarse las manos con jabón durante 20 segundos, o usar desinfectante para manos con al menos 60% de alcohol, reduce la propagación de la transmisión.

Se recomienda que los entornos de vivienda congregada:

- Realicen [limpieza y desinfección](#) del entorno continua y habitualmente en áreas de alto contacto (por ejemplo, manijas de puertas, manijas de fregaderos, bebederos, barras de apoyo, pasamanos, compartimentos de sanitarios, mesas de comedor, teclados, teclados) con un [desinfectante aprobado por la Agencia de Protección Ambiental](#) (Environmental Protection Agency, EPA) [efectivo contra el SARS-CoV-2](#) (el virus que causa COVID-19) y aumentar la desinfección durante tiempos de alta densidad. Aseguren que el desinfectante permanezca en la superficie durante el tiempo de contacto recomendado por el fabricante.
- Tengan suministros adecuados para respaldar comportamientos saludables de higiene (por ejemplo, jabón, toallas de papel, pañuelos de papel y desinfectante para manos con al menos 60% de alcohol).
- Recomienden y refuercen el lavado de manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Verifiquen y resurtan sistemáticamente y con frecuencia, los desinfectantes para manos.
- Aseguren el uso y almacenamiento seguro y correcto de productos de limpieza y desinfección, incluido el almacenamiento de productos de forma, y permitir la ventilación adecuada cuando el personal usa dichos productos.
- Desalienten el intercambio de artículos que son difíciles de [limpiar o desinfectar](#). Minimicen uso de superficies blandas en espacios compartidos y comunes, como cojines, mantas y otros artículos.

Comedores compartidos y sanitarios compartidos

Se recomienda que los entornos de vivienda compartida o congregada:

- Cierren los comedores comunes. Cuando los comedores y cafeterías no puedan cerrarse, entonces se requiere que: operen a un Cupo Máximo por Emergencia reducido al 50% de la capacidad establecida por el jefe de bomberos, o a 12 personas por cada 1,000 pies cuadrados, designen áreas para sentarse que cumplan con los requisitos de distanciamiento física y proporcionen suministros de desinfección e instrucciones para que los alumnos limpien el área antes y/o después de usarla.
- Usen artículos desechables para el servicio de alimentos (por ejemplo, utensilios, platos). Si usar artículos desechables no es factible o deseable, asegurar que todos los artículos no desechables para el servicio de alimentos se laven con jabón para trastes y agua caliente en un lavavajillas. Los individuos deben lavarse las manos después de quitarse los guantes, o directamente después de manipular artículos de servicio de alimentos.
- No compartan trastes, vasos, tazas o utensilios para comer.
- Aumenten las opciones al aire libre para sentarse a comer, cuando sea posible.
- Instalen estaciones de lavado de manos en la entrada de los comedores, cuando sea posible. Cuando no haya estaciones de lavado de manos, asegurarse de que haya en todas las entradas desinfectante de manos, con al menos un 60% de alcohol.
- Cambien al uso de condimentos empaquetados individuales, para reducir las estaciones de condimentos compartidas.
- Designen claramente sanitarios, lavabos y otras áreas específicas en baños compartidos para promover el distanciamiento social. Consideren publicar los límites de cupo para instalaciones grandes de baños compartidos.
- Exhorten a que los sanitarios compartidos se limpien usando [desinfectantes registrados por la Agencia EPA](#), al menos dos veces al día (por ejemplo, en la mañana y en la tarde, o después de momentos de uso intensivo).
- Se debe informar a los residentes que los lavabos compartidos y los espacios de encimeras en baños compartidos podrían ser una fuente de infección. Coloquen letreros que adviertan a los residentes que mantengan los cepillos de dientes y otros artículos de cuidado personal en recipientes, que no los coloquen directamente sobre las superficies. También podrían usarse bolsas de carga para colocar artículos personales para limitar el contacto con otras superficies del sanitario.
- Aseguren que los sanitarios comunes estén continuamente abastecidos con jabón y toallas de papel, o secadores de manos automáticos. El desinfectante para manos también podría ponerse a disponibilidad.

- Proporcionen toallas de papel adicionales u otros métodos para ayudar a entrar y salir de sanitarios múltiples sin tocar las manijas de las puertas, cuando sea posible.
- Aseguren que los botes de basura se vacíen cuando estén llenos y, por lo menos, semanalmente.
- Proporcionen información sobre cómo lavarse las manos adecuadamente. Colgar letreros en los sanitarios.

Transporte grupal o compartido

Se recomienda que las viviendas compartidas y colectivas:

- Aseguren que los individuos usen una cubierta facial mientras se desplazan en transporte compartido (por ejemplo, autobuses o camiones del campus) a menos que tengan una contraindicación médica o de salud conductual.
- Espacien a los pasajeros para maximizar el distanciamiento social, idealmente a una distancia de 6 pies.
- Exhorten a realizar limpieza y desinfección de los vehículos de transporte con regularidad, incluyendo las superficies del vehículo que se tocan con frecuencia (por ejemplo, superficies en la cabina del conductor, asientos, apoyabrazos, perillas de puertas, hebillas de cinturones de seguridad, manijas de agarre).
 - Aseguren el uso seguro y correcto, y el almacenamiento de productos de limpieza y desinfección, incluido el almacenamiento de productos fuera del alcance de los pasajeros, y la ventilación adecuada cuando el personal usa dichos productos.
- Recorran rutas más frecuentemente o desplieguen más vehículos para disminuir la densidad de pasajeros.
- Mantengan las ventanas abiertas mientras el vehículo se desplaza para aumentar la circulación de aire.
- Proporcionen desinfectante de manos para los pasajeros que abordan el transporte. El desinfectante de manos solo debe permanecer en los vehículos cuando estén en uso.
- Alienten a los alumnos, a los docentes y al personal que usa transporte público, o transporte compartido, a seguir las guías de los centros CDC sobre [cómo protegerse a sí mismos al usar el transporte](#), o sobre utilizar formas de transporte que minimicen el contacto cercano con los demás (por ejemplo, ir en bicicleta, caminar, conducir o desplazarse en automóvil, ya sea solo o con miembros del hogar).

Observación de síntomas, aislamiento y cuarentena

Realizar evaluaciones de detección regulares de los síntomas puede ayudar a reducir la exposición a COVID-19. Se debe alentar a los residentes a realizar una auto observación para detectar síntomas como fiebre, tos o falta de aliento y que deben tener en cuenta que una persona puede infectarse antes de enfermarse, o sin enfermarse. Si desarrollan síntomas, los alumnos, los docentes y el personal deben hacerse la prueba y [auto aislarse](#). Puede obtener más información en los Centros CDC sobre [cómo observar síntomas](#).

Se recomienda que los entornos de vivienda compartida o congregada:

- Coloquen letreros en entradas principales de los edificios e instalaciones solicitando que las personas que hayan tenido síntomas de fiebre y/o tos no ingresen, como por ejemplo, volantes [Recuerde las 3 Ms/Deténgase si presenta síntomas](#) en (inglés- [color, blanco y negro](#); español- [color, blanco y negro](#)).
- Lleven a cabo una evaluación diaria, que podría incluir encuestas diarias en línea, para identificar [síntomas o contacto cercano con alguien diagnosticado con COVID-19](#) (se puede usar este cuestionario de entrevista estándar) (en [inglés](#) y [español](#)) del personal. Fomenten la evaluación diaria de residentes.
- Separen inmediatamente de los demás a los residentes que presenten síntomas.
- Implementen procedimientos de limpieza y desinfección de acuerdo a las [guías de los centros CDC](#), por parte de personal asignado, una vez que el individuo enfermo se retire.
- Si no hay habitaciones individuales disponibles, desarrollen un plan para aislar de manera segura a cualquier persona que tenga COVID-19, o síntomas de COVID-19, y pongan en cuarentena a cualquier persona que haya tenido contacto cercano. Los residentes que tengan COVID-19 o que estén expuestos, deben ponerse en cuarentena/aislarse en el lugar mismo, y no abandonar su residencia, de ser posible. El plan deberá:
 - Identificar y proporcionar áreas para aislamiento o cuarentena (por ejemplo: sala de aislamiento o cuarentena, área o edificio/piso) para aislar a cualquier persona con cuarto compartido que tenga

síntomas de COVID-19, o una prueba positiva, pero que no tenga síntomas o bien, para poner en cuarentena a cualquier persona que haya tenido contacto cercano con alguien diagnosticado con COVID-19.

- Exhortar a proporcionar servicios adicionales de apoyo necesarios (por ejemplo, alimentos y otras necesidades básicas, materiales académicos, ayudas de estudio, apoyo de salud mental, ropa, equipos electrónicos, medicamentos, lavandería, recolección de basura y entrega de alimentos) para asegurar que el individuo pueda aislarse o ponerse en cuarentena con éxito durante el tiempo requerido, ya sea en el campus o fuera del campus.
- Hacer todo lo posible para organizar un tiempo diario al aire libre/de ejercicio breve y seguro para los alumnos en cuarentena; esto debe configurarse para no exponer a personas que no en cuarentena ni a otras personas también en cuarentena.
- ❑ Consulten a las autoridades sanitarias locales sobre casos confirmados de COVID-19 entre los residentes y el personal; coordinar con ellos las medidas de control, incluyendo el aislamiento y la cuarentena.
- ❑ Aseguren que si una persona con COVID-19 estuvo en el espacio de vida colectiva o compartida mientras era infecciosa, los administradores deben coordinarse con [funcionarios locales de salud](#) para notificar de inmediato a los alumnos, docentes y personal que pudieron haber quedado expuestos, al tiempo que se mantiene la confidencialidad, de acuerdo con la Ley de Derechos Educativos y Privacidad de la Familia (*Family Educational Rights and Privacy Act, FERPA*), el Estatuto General de Carolina del Norte [NCGS § 130A-143](#), y todas las demás leyes estatales y federales.
- ❑ [De acuerdo a las guías de los Centros CDC](#), si un individuo ha sido diagnosticado con COVID-19, o se presume que hay un resultado positivo dado por un profesional médico debido a síntomas mostrados, el individuo debe [aislarse](#) hasta que:
 - No presente fiebre al menos 24 horas desde la recuperación, (sin hacer uso de medicamentos para bajar la fiebre); Y
 - Los síntomas hayan mejorado (por ejemplo, la tos, dificultad para respirar); Y
 - Hayan transcurrido al menos 10 días desde que aparecieron los primeros síntomas
- ❑ [De acuerdo a las guías de los centros CDC](#), si un individuo ha sido diagnosticado con COVID-19, pero no tiene síntomas, debe [aislarse](#) hasta que hayan pasado 10 días desde la fecha de su primera prueba de diagnóstico de COVID-19 con resultado positivo, suponiendo que posteriormente no haya desarrollado síntomas desde su resultado positivo a la prueba. Cualquiera individuo desarrolle síntomas debe seguir los criterios descritos anteriormente de cuándo los individuos sintomáticos pueden terminar el aislamiento.
- ❑ Cualquier residente o personal que haya tenido contacto cercano con un caso confirmado de COVID-19, debe ser inmediatamente puesto en cuarentena.
- ❑ [De acuerdo a las guías de los Centros CDC](#), los residentes y el personal deben permanecer en cuarentena durante 14 días después de la última exposición, asumiendo que no se vuelven sintomáticos ni dan positivo a la prueba. Si se vuelven sintomáticos o dan positivo a la prueba, deben seguir los criterios de aislamiento anteriores. NOTA: una prueba negativa antes del final de la cuarentena no cambia el requisito de un período completo de 14 días bajo cuarentena.

Comunicación y combate de la desinformación

Ayudar a garantizar que la información que reciben los alumnos, los docentes y el personal proviene directamente de fuentes confiables. Usar recursos provenientes de fuentes confiables, como los centros [CDC](#) o el Departamento [NCDHHS](#), para fomentar conductas que prevengan la propagación de COVID-19.

Se recomienda que los espacios de vida compartidos o comunales:

- ❑ Comuniquen claramente la expectativa de que los residentes se adhieran a las reglas y políticas COVID-19 de las instalaciones.
- ❑ El incumplimiento de las políticas debe considerarse una infracción de un código de honor, de los estándares de la comunidad o de un conjunto similar de expectativas que guían el comportamiento, y las consecuencias deben aplicarse estrictamente, ya que la indulgencia podría llevar a que un mayor número

de residentes se involucren en comportamientos de alto riesgo y aumente la cantidad de propagación del virus.

- ❑ Designen un administrador u oficina para que sea responsable de responder a inquietudes por COVID-19 y de notificar a todos los residentes y al personal quién es tal persona y cómo comunicarse con ella.
- ❑ Diseminen información sobre COVID-19 y combatir información errónea, a través de múltiples canales, para los alumnos, los docentes y el personal.
 - Algunas fuentes confiables incluyen la página Web [NC DHHS COVID-19](#), [Recuerde las 3Ms: Mascarilla, Mantener, Manos](#) [Últimas noticias de NC DHHS COVID-19](#), [Materiales y Recursos de NC DHHS COVID-19](#) y los recursos adicionales enumerados al final de esta guía.
- ❑ Coloquen letreros, carteles y volantes en entradas principales, y en áreas claves de todos los edificios e instalaciones, como los que se encuentran en el [juego de herramientas COVID-19 para redes sociales](#) para recordarle a los alumnos, docentes y el personal que deben usar cubiertas faciales, lavarse las manos y mantenerse a seis pies de distancia siempre que sea posible (Mascarilla, Mantener, Manos).
 - Los carteles [Recuerde las 3Ms: Mascarilla, Mantener, Manos](#) están disponibles tanto en inglés como en español.
- ❑ Apoyen destrezas para lidiar con situaciones y de resiliencia:
 - Proporcionar a los residentes y al personal información sobre como tener acceso a [las líneas de ayuda a información de salud mental y de bienestar](#) (por ejemplo, las líneas de ayuda 211 y Hope4NC (1-855-587-3463).
 - Alentar a los residentes y al personal a que tomen descansos de mirar, leer o escuchar noticias, incluidas las redes sociales, si se sienten abrumados o angustiados.
 - Promover entre residentes y el personal comer de manera saludable, hacer ejercicio en exteriores, dormir y encontrar tiempo para relajarse.
 - Alentar a los residentes y al personal a hablar con personas en las que confían sobre sus preocupaciones y cómo se sienten y colocar [letreros](#) que recuerden sobre recursos.

Protección de poblaciones vulnerables

La información sobre quién corre mayor riesgo de enfermedad grave está disponible en los sitios Web de los centros [CDC](#) y del Departamento [NCDHHS](#).

Se recomienda que los entornos de vida compartida o congregada:

- ❑ Permitan que el personal se auto identifique como de alto riesgo de sufrir enfermedad, para minimizar el contacto cara a cara y permitir mantener una distancia de 6 pies de los demás, modificar las responsabilidades laborales que limiten el riesgo de exposición, o teletrabajar, si es posible.

Sistemas de agua y ventilación

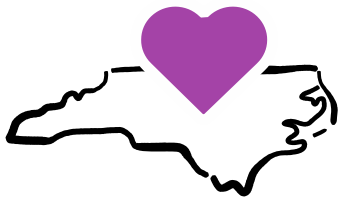
Al reabrir una instalación después de haber estado cerrada durante un largo período de tiempo, es importante tener en cuenta que el uso reducido del agua y los sistemas de ventilación pueden plantear sus propios riesgos para la salud. Existe un aumento del riesgo de crecimiento de *legionella* y otras bacterias provenientes de agua estancada o detenida.

Antes de reabrir, se recomienda que los entornos de vida compartida o congregada:

- ❑ Siguen las [Guías de Centros CDC para reabrir edificaciones luego de un cierre prolongado, o luego de una operación reducida](#), con el fin de minimizar el riesgo del surgimiento de enfermedades asociadas con el agua.
- ❑ Aseguren que los sistemas de ventilación funcionen correctamente y aumenten la circulación del aire exterior, tanto como sea posible, abriendo ventanas y puertas, usando ventiladores u otros métodos. No abran ventanas y puertas si eso representa un riesgo para la seguridad o la salud de las personas que usan las instalaciones.

Recursos adicionales

- Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte (*North Carolina Department of Health and Human Services, NCDHHS*): [North Carolina COVID-19](#)
- Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades, CDC: [Vivienda compartida y congregada](#)
- Centro CDC: [Limpieza y desinfección de las instalaciones](#)
- Centro CDC: [Guía de reapertura](#)
- Centro CDC: [Cómo enfrentar el estrés](#)
- Agencia de Protección Ambiental (*Environmental Protection Agency, EPA*): [Desinfectantes contra el SARS-CoV-2](#)
- Administración de Alimentos y Fármacos (*Food and Drug Administration, FDA*): [Inocuidad de los alimentos y la enfermedad por coronavirus 2019 \(COVID-19\)](#)
- Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (*United States Department of Health and Human Services, HHS*)/Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (*National Institute for Occupational Safety and Health, OSHA*): [Guía sobre la preparación de lugares de trabajo por COVID-19](#)
- Departamento de Seguridad Nacional de los Estados Unidos (*United States Department of Homeland Security, DHS*): [Guía sobre fuerza laboral crítica esencial de infraestructura](#)
- Asociación del Consejo Universitario Johns Hopkins para Educación Superior: [Guía de Planificación COVID-19 para Instituciones de Educación Superior](#)



#StayStrongNC

**Manteniéndonos separados, nos reúne a todos.
Proteja a su familia y vecinos.**

Averigüe más visitando: nc.gov/covid19.



NC DEPARTMENT OF
**HEALTH AND
HUMAN SERVICES**