

## Uso de mascarilla y distanciamiento social

La Primera Presidencia ha instado a los santos a usar máscaras en las reuniones siempre que el distanciamiento social no sea posible.<sup>1</sup> Los requisitos de distanciamiento social y uso de mascarillas varían de lugar en lugar y están sujetos a cambios. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) continúan recomendando el uso de máscaras en áreas de transmisión comunitaria sustancial o alta, independientemente del estado de la vacuna.<sup>2</sup>

Al brindar dirección a los misioneros, los líderes de la misión deben estar al tanto de las leyes, reglas y regulaciones locales, así como de las recomendaciones respecto al COVID-19 emitidas por organizaciones médicas nacionales e internacionales, como la Organización Mundial de la Salud (OMS) y los CDC. Los asesores médicos del Área pueden ayudar a los líderes de la misión con esto.

## La vacuna y dosis de refuerzo

- La Primera Presidencia insta a los miembros de la Iglesia a vacunarse.<sup>3</sup>
- Se recomienda encarecidamente a los misioneros mayores y jóvenes que reciban la vacuna COVID-19 antes de comenzar su servicio si está disponible en su país de origen. Si hay una vacuna disponible y optan por no vacunarse, estarán limitados a los lugares de servicio dentro de su país de origen.<sup>4</sup>
- Los CDC recomiendan que todas las personas mayores de 12 años deben recibir una vacuna de refuerzo al menos dos meses después de su vacuna inicial de J&J Janssen o seis meses después de completar su serie primaria de vacunación CONTRA el COVID-19 de Pfizer-BioNTech o Moderna. Se recomendarán refuerzos de COVID-19 cuando un misionero sea elegible, pero no se requieren. Consulte las pautas de los CDC para obtener más información.<sup>5</sup>
- Un refuerzo de la vacuna COVID-19 restaura la efectividad de la vacuna contra la infección al 75%. La vacunación contra el COVID-19 disminuye el riesgo de enfermedad grave, hospitalización y muerte por COVID-19. Los CDC recomiendan encarecidamente la vacunación contra el COVID-19 para todas las personas mayores de cinco años y los refuerzos para todas las personas mayores de 16 años.<sup>6</sup>

## Efectos secundarios de la vacuna y dosis de refuerzo

Los misioneros pueden tener algunos síntomas al vacunarse, los cuales son signos normales de que sus cuerpos están desarrollando protección. Aunque pueden afectar su capacidad para realizar las actividades diarias, los síntomas de la vacuna deberían desaparecer en unos días. Debido a que el sistema inmunitario de cada persona es diferente, algunas personas tienen muy pocos síntomas o ninguno al vacunarse: esto no significa que la vacuna no funcionó.<sup>7</sup>

- Los síntomas comunes luego de la vacuna incluyen dolor, enrojecimiento e hinchazón en el brazo inyectado, así como glándulas inflamadas, cansancio, dolor de cabeza, fiebre, dolor muscular, escalofríos y náuseas. Estos síntomas son más comunes luego de la segunda dosis de la vacuna, donde corresponda. Las personas que han tenido COVID-19 recientemente también pueden experimentar más de estos síntomas.

<sup>1</sup> <https://newsroom.churchofjesuschrist.org/article/first-presidency-message-covid-19-august-2021>

<sup>2</sup> <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html>

<sup>3</sup> <https://newsroom.churchofjesuschrist.org/article/first-presidency-message-covid-19-august-2021>

<sup>4</sup> "Las vacunas", 38.7.13, Manual General: Servir en La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días

<sup>5</sup> <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/variants/omicron-variant.html>

<sup>6</sup> <https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1227-isolation-quarantine-guidance.html>

<sup>7</sup> <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/expect/after.html>

- Los misioneros pueden aplicar un paño mojado frío en el brazo afectado y ejercitarlo. Deben beber muchos líquidos. Pueden tomar ibuprofeno, paracetamol (acetaminofén), aspirina y antihistamínicos para aliviar los síntomas si estos se presentan.
- Los efectos secundarios graves son muy raros. Los misioneros deben comunicarse con un doctor en los siguientes casos: (1) si el dolor y la hinchazón en el lugar de la inyección empeoran luego de 24 horas o (2) si presentan dificultad para respirar, dolor en el pecho, dolor de cabeza grave o hinchazón en las piernas. También deben comunicarse si los síntomas comunes de la vacuna enumerados anteriormente no se van luego de varios días.
- Si los misioneros creen que pueden tener una reacción alérgica grave luego de abandonar el sitio de vacunación, deben procurar atención médica inmediata llamando al 911.

## Derivar a un centro de pruebas

Si un misionero tiene alguno de los siguientes síntomas y existe preocupación por la exposición al COVID-19, él o ella debe hacerse la prueba del COVID-19:

Los síntomas incluyen lo siguiente:<sup>8</sup>

- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Falta de aire o dificultad para respirar
- Fatiga
- Dolores musculares y corporales
- Dolor de cabeza
- Pérdida reciente del gusto o del olfato
- Dolor de garganta
- Congestión o goteo nasal
- Náuseas o vómitos
- Diarrea

## Derivar a una sala de emergencias

El misionero debe ir inmediatamente a una sala de emergencias si los síntomas son más significativos:<sup>9</sup>

- Dificultad para respirar:
  - La incapacidad de subir un tramo de escaleras sin tener que detenerse para descansar y tomar aire
  - La incapacidad de completar dos oraciones sin tener que detenerse para respirar
- Dolor o presión constante en el pecho
- Confusión
- Incapacidad de despertarse o mantenerse despierto
- Piel, labios o lecho ungueal de color pálido, gris o azulado, según el tono de la piel

Esta no es una lista completa. Póngase en contacto con un médico para cualquier otro síntoma que sea grave o preocupante para usted.

## Prueba positiva o síntomas de COVID-19

Si un misionero da positivo por COVID-19 o tiene síntomas de la enfermedad, deben tomarse medidas de aislamiento de inmediato (véase “Aislamiento para quienes tengan la infección”).

- Los CDC están acortando el tiempo recomendado para el aislamiento para el público. Las personas con COVID-19 deben aislarse durante 5 días y si son asintomáticas o sus síntomas se están resolviendo (sin fiebre durante 24 horas), siga eso por 5 días de usar una máscara cuando

<sup>8</sup> <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>

<sup>9</sup> ibídem

estén cerca de otras personas para minimizar el riesgo de infectar a las personas que encuentran. Si hay fiebre, deben continuar quedándose en casa hasta que la fiebre se resuelva.<sup>10</sup>

- Los misioneros infectados deben seguir las mismas recomendaciones para el tiempo y el uso de una máscara. También deben lavarse las manos con frecuencia, mantenerse al menos a seis pies de distancia de otras personas, cubrirse la boca con tos y estornudos, y limpiar y desinfectar las superficies en el área de estar regularmente y después de su uso. Deben controlar su salud diariamente.<sup>11</sup>

## Cuarentena luego de un contacto estrecho con una persona positiva por COVID-19 (incluidas las asintomáticas)

La cuarentena sirve para prevenir que alguien que ha estado expuesto al COVID-19 lo contagie a otras personas antes de desarrollar síntomas.<sup>12</sup>

- Para las personas que no están vacunadas o que están a más de seis meses de su segunda dosis de ARNm (o más de dos meses después de la vacuna J&J) y que aún no se han comprimido, los CDC ahora recomiendan la cuarentena durante cinco días seguidos del uso estricto de la máscara durante cinco días adicionales. Si no pueden ponerse en cuarentena, deben usar una máscara durante diez días. Deben obtener una prueba de COVID-19 el quinto día si es posible.
- Las personas que han recibido su vacuna de refuerzo NO NECESITAN PONERSE EN CUARENTENA después de una exposición, pero deben usar una máscara durante diez días después de la exposición. Para todos los expuestos, la mejor práctica también incluiría una prueba de SARS-CoV-2 al quinto día después de la exposición. Si se presentan síntomas, las personas deben ponerse en cuarentena inmediatamente hasta que una prueba negativa confirme que los síntomas no son atribuibles a COVID-19.

En todos los casos, el misionero debe seguir todas las órdenes locales de salud respecto del distanciamiento social y el uso de mascarillas, lavarse las manos frecuentemente y usar desinfectante para manos. Si un misionero presenta síntomas, debe aislarse (véase “Aislamiento para quienes tengan la infección”).

## Aislamiento para quienes tengan la infección

El aislamiento sirve para prevenir que alguien que tiene o sospecha tener la infección la contagie a otras personas. Las siguientes recomendaciones son tanto para personas vacunadas como no vacunadas:<sup>13</sup>

- Quédese en casa durante cinco días.
- Si el misionero tiene fiebre, debe continuar quedándose en casa hasta que la fiebre se resuelva.
- Si el misionero continúa sin tener síntomas o los síntomas se resuelven después de cinco días, el misionero puede salir de la casa.
- El misionero debe continuar usando una máscara alrededor de los demás durante cinco días adicionales después de los cinco días iniciales de aislamiento.

## Cuarentena y aislamiento para misioneros que viven en apartamentos en grupos de cuatro a seis personas

<sup>10</sup> <https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1227-isolation-quarantine-guidance.html>

<sup>11</sup> [https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html?CDC\\_AA\\_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fdaily-life-coping%2Fliving-in-close-quarters.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fdaily-life-coping%2Fliving-in-close-quarters.html)

<sup>12</sup> <https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1227-isolation-quarantine-guidance.html>

<sup>13</sup> <https://www.cdc.gov/media/releases/2021/s1227-isolation-quarantine-guidance.html>

# Guía de referencia sobre coronavirus para líderes de misión

Documento médico (MD-00032)

Última aprobación: 03/01/2022

Cuando un solo residente del apartamento tiene síntomas o da positivo:<sup>14</sup>

- El misionero sintomático debe separarse de otros misioneros permaneciendo en una habitación específica si es posible. Use un baño separado si es posible.
- Los misioneros infectados siempre deben usar una máscara cuando estén cerca de otros misioneros, lavarse las manos con frecuencia, mantenerse al menos a seis pies de distancia de otras personas, cubrirse la boca con tos y estornudos, y limpiar y desinfectar las superficies en el área de estar regularmente y después de su uso. Deben controlar su salud diariamente.<sup>15</sup>
- Los misioneros no infectados deben mantener una distancia de seis pies del misionero infectado.
- Los misioneros no infectados en el apartamento deben seguir las pautas enumeradas anteriormente en la sección "Autocuarentena después del contacto cercano con un individuo COVID positivo (incluidas las personas asintomáticas).
- Cumpla con el distanciamiento social y la cubierta facial al salir de casa (y salga de casa solo para lo esencial).

## Ubicación en [www.missionarymedical.org](http://www.missionarymedical.org)

Página de inicio de [www.missionarymedical.org](http://www.missionarymedical.org) (antes y después de iniciar sesión)

Recursos para los presidentes de misión -> COVID-19 -> Guía de referencia

Atención médica -> Lineamientos médicos del Departamento Misional para antes y durante el servicio en el campo -> Enfermedades infecciosas -> Recursos relacionados con el COVID-19 -> Guía de referencia para los presidentes de misión

Normas -> Lineamientos de salud del Departamento Misional para antes y durante el servicio en el campo -> Enfermedades infecciosas -> Recursos relacionados con el COVID-19 -> Guía de referencia para los presidentes de misión

---

<sup>14</sup> <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>

<sup>15</sup> [https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html?CDC\\_AA\\_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fdaily-life-coping%2Fliving-in-close-quarters.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fdaily-life-coping%2Fliving-in-close-quarters.html)