

Ficha de Apoyo Preventivo

Variante Ómicron



Trabajador



¿Qué se sabe acerca de esta nueva variante?

En el mes de noviembre del 2021, se reportó el primer caso de Ómicron en Sudáfrica (una nueva variante del virus SARS-CoV-2 causante de COVID-19), siendo declarada como variante de preocupación semanas después, debido a sus numerosas mutaciones y su **alta transmisibilidad**. La OMS nombró esta variante como “B.1.1.529 ómicron”, la cual corresponde a la décimo quinta letra del alfabeto griego.

¿Cuáles son los principales síntomas que provoca esta variante?

- Fiebre ($\geq 37,8^{\circ}\text{C}$)
- Tos
- Taquipnea
- Debilidad general o fatiga
- Diarrea, náusea, vómitos
- Pérdida brusca y completa del olfato (anosmia)
- Congestión o secreción nasal
- Dolor en la garganta (odinofagia)
- Dolor torácico
- Anorexia o náuseas y vómitos
- Pérdida brusca y completa del gusto (ageusia)
- Dificultad para respirar (disnea)
- Dolor muscular (mialgia)
- Calofríos
- Dolor de cabeza

Fuente: Plan de manejo de Coronavirus en Chile frente a nueva variante Ómicron

¿Cuáles son las principales medidas para prevenir Ómicron?

Pese a que la información sobre la variante Ómicron es aún incierta, lo conocido a la fecha es que se expande con mayor rapidez que otras variantes. Dado lo anterior, se sugiere **reforzar** las medidas de prevención básicas contra el contagio por COVID-19, tales como:

- Mantener la distancia física de al menos 1 metro.
- Utilizar mascarilla en todo momento, tanto en lugares cerrados como abiertos.
- Lavado frecuente de manos con agua y jabón por al menos 20 segundos o desinfección con alcohol gel al 70%.
- Mantener ambientes ventilados constantemente.

- Si es indispensable la interacción con personas, prefiera los espacios abiertos.
- Al estornudar, cubra su boca y nariz con un pañuelo desechable o con su antebrazo. Elimine el pañuelo una vez utilizado.
- Evitar tocarse nariz, boca u ojos.



¿Qué medidas adicionales debo cumplir para prevenir en mi trabajo los contagios COVID-19 por variante Ómicron?

- Evitar el saludo que implique contacto físico (beso, mano o abrazo)
- Aumentar y/o mejorar las rutinas de aseo y desinfección en su puesto de trabajo.
- No compartir elementos de protección personal, artículos de higiene, utensilios, ni alimentos.
- Evite reuniones presenciales, celebraciones y fumar de forma colectiva.
- Evitar las interacciones y/o aglomeraciones en comedores o casinos. Cumpla los horarios establecidos diferidos de almuerzo y comida (prefiera el consumo de alimentos al aire libre si es posible).
- De ser posible, evite horas punta en el transporte.
- Vacúnese o complete su esquema de vacunación. La vacunación sigue siendo fundamental para reducir los cuadros graves de enfermedad y la muerte por COVID-19.