

22 de marzo de 2020

## **Cuarto caso confirmado de COVID-19 y comunicación subsiguiente**

Estimada comunidad de la Universidad de Maryland,

### **Nuevo caso confirmado**

Ayer, la Universidad anunció dos nuevos casos confirmados de COVID-19 relacionados con la UMD. Hoy, podemos confirmar un cuarto caso: un miembro del personal en la Facultad de Computación, Matemáticas y Ciencias Naturales. Durante las dos semanas anteriores, el miembro del personal solo estuvo en el campus el 12 de marzo de 2020. Siguiendo nuestro protocolo estándar, hemos notificado a todas las personas de quienes se sabe que tuvieron contacto directo y les proporcionamos la orientación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

### **Comunicación subsiguiente:**

La comunicación eficaz y oportuna es una herramienta importante en la lucha contra la propagación del COVID-19. Para todos los casos confirmados adicionales, mantendremos al campus informado de las siguientes maneras:

- Notificaremos a todas las personas de quienes se sepa que tuvieron contacto directo con una persona afectada en los últimos 14 días;
- Distribuiremos las notificaciones adicionales por correo electrónico a otras poblaciones afectadas, según corresponda.
- Mantendremos a [umd.edu/virusinfo](http://umd.edu/virusinfo) como el recurso central sobre el COVID-19, el cual incluye un recuento de los casos conocidos para las personas en la comunidad de la Universidad de Maryland; y,
- Limitaremos los correos electrónicos para todo el campus a notificaciones de emergencia e información relevante para toda la comunidad universitaria, en lugar de los recuentos de casos. Esto se realiza de conformidad con la Ley Clery, una ley federal que rige las notificaciones de emergencia.

### **Información de bienestar**

El virus COVID-19 ha afectado casi cada faceta de nuestras vidas personales y profesionales. El virus no discrimina por la geografía, la raza, la identidad o el género, y todos estamos enfrentando nuevos desafíos. Aquí en el campus, ha significado una interrupción en nuestro entorno de campus a medida que nos adaptamos al teletrabajo y al aprendizaje y la enseñanza de forma remota.

El Centro de Salud Universitario trabaja para proporcionar programas de salud y bienestar de alta calidad a la comunidad universitaria. Esto significa que cuidamos su bienestar físico y mental. Durante estos tiempos de casos positivos, cancelaciones y distanciamiento social, es vital que cuide su salud emocional. Los CDC recomiendan lo siguiente:

- Tome descansos de ver, leer o escuchar las noticias, incluidas las redes sociales. Escuchar sobre la pandemia una y otra vez puede ser triste.

- Cuide su cuerpo. Respire profundamente, realice estiramientos o medite. Trate de ingerir comidas saludables y bien balanceadas, realice ejercicios con regularidad, duerma bien y evite el consumo de alcohol y drogas.
- Aparte tiempo para relajarse. Trate de hacer otras actividades que disfrute.
- Conéctese con los demás. Hable con personas de confianza acerca de sus preocupaciones y de cómo se está sintiendo.

## **Gracias**

Espero sinceramente que esta información de salud les ayudará a hacer frente a estos tiempos de incertidumbre. En nombre de la universidad, me gustaría dar las gracias a nuestros profesionales de atención médica y a todos aquellos que deben seguir trabajando para servir al público durante esta pandemia. Por favor manténganse saludables y cúidense unos a los otros.

Atentamente,

**Sacared Bodison, MD**

*Directora Interina, Centro de Salud Universitario*