UNIVERSIDAD DE GRANADA

Servicio de Salud y Prevención

Medidas de Prevención COVID-19 (Actividad no Presencial)

Actuación en caso de síntomas o contacto estrecho

Si te encuentras en alguna de las siguientes situaciones debes contactar lo antes posible con el Equipo COVID-19 de tu Centro, además de seguir las siguientes indicaciones según cada caso:

1. Si presentas cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con la COVID-19.
    - Debes contactar con el teléfono de atención al COVID-19 y seguir sus instrucciones:
        - En Granada (y resto de Andalucía): 900400061
        - Ciudad Autónoma de Melilla: 112
        - Ciudad Autónoma de Ceuta: 900 720 692
    - Consulta la siguiente información:
        - Decálogo de cómo actuar en caso de síntomas (PDF)
        - Aislamiento domiciliario en casos leves (JPG)
        - Vídeo de aislamiento en caso de síntomas (YouTube)
2. Si has estado en contacto estrecho con un caso confirmado, las medidas a tener en cuenta deben ser valoradas e indicadas por personal sanitario, ya que pueden variar según las circunstancias de cada persona. En general se establece que:
    - En el caso de que hayas recibido una pauta de vacunación completa o pasado la enfermedad en los últimos 6 meses (confirmada con pruebas diagnósticas), estarás exento de cuarentena (salvo algunas excepciones), pero con las siguientes precauciones durante al menos 10 días después del último contacto:
        - Usar la mascarilla (quirúrgica o FFP2) y mantener la distancia en las interacciones sociales en todo momento. Evitar contacto sin estas medidas en descansos, desayunos, comidas, etc.
        - Evitar el contacto con personas vulnerables.

Copyright© 2026 Universidad de Granada

        - No acudir a eventos multitudinarios.
    - Si no estás vacunado o no has pasado la enfermedad en los últimos 6 meses (confirmada con pruebas diagnósticas) debes hacer cuarentena , incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 10 días, estableciéndose modalidades de trabajo no presencial o baja por incapacidad temporal en una situación asimilada a accidente de trabajo para la prestación económica.

En todos los casos debes vigilar si aparecen signos de la enfermedad (JPG) (si estos aparecieran, deberías aislarte y seguir las indicaciones del apartado 1) y extremar las medidas generales para evitar el contagio (PDF). Además se debe hacer un seguimiento con pruebas diagnósticas durante el periodo de vigilancia (a determinar por el servicio público de salud).

Recomendaciones Aislamiento/Cuarentena Casos y Contactos Covid-19

- Aislamiento/cuarentena casos y contactos Covid-19

Hogar y Espacio de Trabajo

1. Deberán cuidar las distancias y las medidas de prevención de contagios e higiene en el hogar, máxime si conviven con personas de grupos de riesgo.
2. Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica. Es especialmente importante lavarse después de toser o estornudar o después de tocar superficies potencialmente contaminadas. Trata de que cada lavado dure al menos 40 segundos. En estos enlace tienes recomendaciones de cómo hacerlo:
    - Agua y jabón: Documento. Vídeo.
    - Solución hidroalcohólica. Documento. Vídeo.
3. Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y deséchalo a continuación a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no dispones de pañuelos emplea la parte interna del codo para no contaminar las manos.
4. Evita tocarte los ojos, la nariz o la boca.
5. Mantenimiento de la limpieza y orden.

Copyright© 2026 Universidad de Granada

6. Tira cualquier desecho de higiene personal, especialmente los pañuelos desechables, de forma inmediata a las papeleras o contenedores habilitados.

7. Consulte la siguiente información que puede ser de tu interés:

    - Salud y Teletrabajo SSP
    - Guía teletrabajo Fremap (PDF)
    - Uso de mascarillas (JPG), en los casos en los que manifiestes síntomas respiratorios o tengas infección por Covid-19 (mascarilla quirúrgica), cuides a una persona con síntomas respiratorios o tenga Covid-19 (mascarilla FFP2) o permanezcas en lugares cerrados a menos de 1.5 metros con otras personas (mascarilla higiénica), como medios de transporte comunitario, etc.
    - Uso de guantes (JPG)
    - Limpieza de vivienda (JPG)
    - Recomendaciones higiénicas al llegar a casa (JPG)

Copyright© 2026 Universidad de Granada