



PROTOCOLO SEGURIDAD SANITARIA Grandes Empresas

Centro Universitario México, División Estudios
Superiores A.C.

Servicios Educativos

Avenida General Leandro Valle No.928, Colonia
Del Mar. Alcaldía Tláhuac, C.P.13270

Ciudad de México, noviembre de 2020

Contenido

Datos generales de la empresa.....	4
Categorización del centro de trabajo	5
1. Identificar el tipo de actividad	5
2. Identificar el nivel de riesgo epidemiológico	5
3. Determinar el tamaño de centro de trabajo	7
4. Identificar características internas del centro de trabajo	7
4.1 Personal en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo de contagio por área..	7
4.2 Personal que tiene a su cargo el cuidado de menores de edad, personas adultas mayores, personas en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo de contagio	8
4.3 Áreas o departamentos con los que cuenta el centro de trabajo	8
Estrategias generales de promoción de la salud y seguridad sanitaria en el entorno laboral.....	10
A) Promoción de la salud.....	13
B) Protección a la salud	14
B1) Sana distancia.....	14
B2) Control de ingreso-egreso	15
Colocación de tapetes sanitizantes o alternativas similares en los accesos de los edificios. Las alternativas similares pueden hacer uso de hipoclorito de sodio con concentraciones de al menos 0.5% o con productos registrados ante la Instancia de Protección Ambiental Federal, certificados para eliminar SARS-CoVV-2. Asimismo, se colocarán dispensadores automáticos de alcohol gel al 70%.....	16
B3) Medidas de prevención de contagios en la empresa.....	16
Filtro Sanitario	16
Medidas Personales	17
Mantener Entornos Saludables.....	18
Mantener operaciones saludables	18
Distanciamiento físico en áreas de trabajo administrativo.....	19
Distanciamiento físico en aulas de clases y laboratorios.....	22

Distanciamiento físico en Biblioteca.....	23
Distanciamiento físico en transporte escolar.....	23
Distanciamiento físico y Manejo de Alimentos en la Cafetería	24
B4) Uso de equipo de protección personal (EPP).....	24
Prepararse cuando alguien esté enfermo	25
Atención Psicológica.....	26
Vigilancia y supervisión	27
Medidas de protección para la población vulnerable en centros de trabajo ubicados en regiones designadas de alerta alta y media	27

Datos generales de la empresa

Nombre de la empresa:	
Centro Universitario México, División Estudios Superiores A.C.	
No. Folio de autoevaluación:	Actividad económica o Sector:
	Servicios Educativos
Registro patronal:	RFC:
Y62-26603-10-5	CUM9305312S4
Domicilio:	
Avenida General Leandro Valle No.928 Colonia Del Mar. Alcaldía Tláhuac, C.P.13270.	

Datos de contacto		
Nombre:	Correo electrónico:	Teléfono:
Rogelio Avila Zúñiga	ravila@umarista.edu.mx	55-50-63-30-74

Categorización del centro de trabajo



1. Identificar el tipo de actividad

El Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C. tiene como objeto principal, promover, fomentar, estimular, patrocinar, administrar y/o dirigir toda clase de instituciones y actividades educacionales a nivel medio superior y superior, sin restricción alguna de acuerdo con las leyes de la materia, asimismo, realizar actividades sociales y culturales en favor de la comunidad donde se encuentra inserta.

2. Identificar el nivel de riesgo epidemiológico

Nivel de alerta sanitaria	Descripción	Ejemplos de medidas
Alto	Operación plena de actividades esenciales y operación reducida en actividades no esenciales.	• Se activan los protocolos para favorecer el trabajo en casa. • Presencia de personal al 30% de las actividades no esenciales. • Asegurarse de que existe distancia de 1.5 metros entre personas; cuando esto no se pueda cumplir, se dotará de EPP a las personas trabajadoras. • Colocar barreras físicas en las estaciones de trabajo, comedores, etc. • Incrementar la frecuencia en el transporte y alternar asientos. • Establecer escalonamientos y flexibilización de horarios y turnos. • Prestar atención permanente en la población vulnerable • Reforzar de ingreso y egreso de trabajadores.

Los Lineamientos Técnicos de Seguridad Sanitaria en el Entorno Laboral, emitidos por la Secretaría de Salud en coordinación con las Secretarías de Economía y del Trabajo y Previsión Social, así como el Instituto Mexicano del Seguro Social, establecen en la tabla 3, la clasificación de riesgos por exposición en los Centros de Trabajo, misma que se incorpora a este documento.

Tabla 3. Clasificación de riegos por exposición en los centros de trabajo.

TIPO	OCUPACIÓN	PERSONAL OCUPACIONALMENTE EXPUESTO
RIESGO MUY ALTO	Aquellas con potencial elevado de exposición a altas concentraciones de fuentes conocidas o con sospecha de contagio.	Personal médico Personal de enfermería Dentistas Laboratoristas
RIESGO ALTO	Aquellas con alto potencial de exposición a fuentes conocidas o con sospecha de contagio.	Personal médico Personal de enfermería Paramédicos Técnicos médicos Médicos forenses Personal que labora en depósitos de cadáveres Personal operador de ambulancias Personal de intendencia en hospitalización
RIESGO MEDIO	Aquellas que implican contacto frecuente y cercano de exposición a fuentes con posibilidad de contagio.	Personas trabajadoras con contacto altamente frecuente con público en general, personas en edad escolar, compañeros de trabajo, clientes, y otros individuos o grupos
RIESGO BAJO	Aquellas que no implican contacto frecuente y cercano de exposición a fuentes con posibilidades de contagio.	Personas trabajadoras que tienen contacto ocupacional mínimo con el público en general y otros compañeros de trabajo

Considerando que la función del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C., implica la prestación de un servicio, que conlleva el contacto frecuente y cercano con público en general y compañeros de trabajo, lo que se traduce en una exposición a fuentes con posibilidad de contagio, por lo que el riesgo por exposición en el centro de trabajo se considera MEDIO.

3. Determinar el tamaño de centro de trabajo

Los titulares de la Secretaría de Salud, Economía, del Trabajo y Previsión Social y el Director General del Instituto Mexicano del Seguro Social emiten Acuerdo que tiene por objeto, establecer los Lineamientos técnicos específicos para la reapertura de actividades económicas, publicado en el Diario Oficial de la Federación, en fecha 29 de mayo de 2020, en el que se precisa el criterio orientador para identificar el tamaño de la unidad laboral y por ende, las medidas que le correspondan implementar, mismo que se inserta en el presente apartado.

Tamaño	Sector	Rango de número de personas trabajadoras
Grande	Servicios y Comercio	Desde 101
	Industria	Desde 251

El Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C. cuenta con 169 trabajadores, entre personal directivo, administrativo, docentes y personal de servicio, por lo tanto, se identifica como un centro de trabajo GRANDE.

4. Identificar características internas del centro de trabajo

4.1 Personal en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo de contagio por área

La fracción V del artículo primero del Acuerdo asumido por la Secretaría de Salud publicado en el Diario Oficial de la Federación, de fecha 31 de marzo del año 2020, las personas en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo no deben presentarse al Centro Laboral. Después de realizar las fichas médicas, con la información proporcionada por los trabajadores y los datos que obran en el Servicio Médico.

Personal Administrativo:

- Edad > 65 años 1 persona
- Hipertensión 3 personas
- Diabetes 0 personas
- Obesidad 8 personas
- Traslado superior a una hora en transporte público 11 personas

Personal de Servicios:

- Edad > 65 años 0 personas
- Hipertensión 3 personas
- Diabetes 0 personas
- Obesidad 2 personas
- Traslado superior a una hora en transporte público 8 personas

4.2 Personal que tiene a su cargo el cuidado de menores de edad, personas adultas mayores, personas en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo de contagio

Como parte de las medidas de protección al personal del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C., se identifica a los trabajadores que tienen a su cargo el cuidado de familiares o personas en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo de contagio.

Personal Administrativo:

- Edad > 60 años	12
- Menores de edad	5
- Mujeres embarazadas	0
- Personas con discapacidad	1
- Personas que padezcan enfermedades crónicas como cáncer, diabetes, enfermedades respiratorias y cardíacas	3

Personal de Servicios:

- Edad > 60 años	3
- Menores de edad	5
- Mujeres embarazadas	0
- Personas con discapacidad	1
- Personas que padezcan enfermedades crónicas como cáncer, diabetes, enfermedades respiratorias y cardíacas	2

4.3 Áreas o departamentos con los que cuenta el centro de trabajo

El Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C. está conformado por las siguientes áreas:

- I. Rectoría
- II. Vicerrectoría
- III. Dirección de Finanzas y Administración
- IV. Secretaria General
Servicios Escolares
- V. Dirección de Formación y Desarrollo
- VI. Dirección de Bachillerato
Coordinación de Disciplina

- VII. Dirección de Licenciaturas
 - Dirección de Actuaría
 - Dirección de Administración y Dirección del Deporte
 - Dirección de Administración y Mercadotecnia
 - Dirección de Arquitectura
 - Dirección de Ciencias de la Comunicación
 - Dirección de Contaduría
 - Dirección de Derecho
 - Dirección de Diseño Gráfico
 - Dirección de Negocios Internacionales
 - Dirección de Ingenierías
 - Dirección de Psicología
- VIII. Dirección de Posgrados
 - Dirección del Doctorado en Educación
 - Dirección de la Maestría en Educación
- IX. Coordinación del Centro de Idiomas
- X. Coordinación de Informática
- XI. Coordinación de Promoción y Difusión
- XII. EFISADERE
- XIII. Servicio Médico
- XIV. Mantenimiento

Estrategias generales de promoción de la salud y seguridad sanitaria en el entorno laboral

El Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C., ante la presencia del virus SARS-CoV-2 causante de la enfermedad COVID-19 y ante la declaratoria de la Organización Mundial de la Salud (OMS) como pandemia el pasado 11 de marzo de 2020, emite el siguiente Protocolo y Plan de Seguridad Sanitaria para el regreso al lugar de trabajo, con medidas y lineamientos de prevención para la adaptación de los espacios de trabajo y protección de toda la comunidad universitaria, dentro del marco normativo vigente de salud y estrategias de reapertura de las actividades sociales, educativas y económicas establecidas por el Gobierno de la República. Asimismo, la Mtra. Ana Gabriela Aguirre Franco, Rectora del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C. instruyó la conformación de la Comisión de Salud de manera anticipada, para tratar de forma profesional y colegiada los temas, estrategias y decisiones que garanticen el bienestar de todos los estudiantes, docentes y trabajadores en apego a la normatividad universitaria.

Este documento contiene medidas preventivas que figuran en los Lineamientos Técnicos de Seguridad Sanitaria en el Entorno laboral, Lineamientos para la mitigación y prevención del COVID-19 en espacios públicos cerrados y Guía de actuación para los centros de trabajo ante el COVID-19, emitidos por el Gobierno de la República, los cuales fueron elaborados por la Secretaría de Trabajo y Previsión Social, y la Secretaría de Salud a nivel Federal, para garantizar la correcta implementación de las medidas preventivas y organizativas extraordinarias transitorias de protección en la reincorporación de la comunidad universitaria para el desarrollo de las actividades escolares, de docencia y administrativas de manera presencial.

OBJETIVO

Establecer y promover las medidas preventivas para garantizar la seguridad y salud de los estudiantes, docentes y trabajadores que se reincorporen a las actividades académicas, administrativas y de servicios de manera presencial en las instalaciones del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C., dentro del contexto de la nueva normalidad; así como para evitar la propagación y el contagio del COVID-19.

ALCANCE

Este documento consiste en un ejercicio constante de reforzamiento de medidas preventivas y capacitación de seguridad sanitaria, dirigido a los estudiantes, docentes, trabajadores y visitantes en general del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C., la cual se ubica en la calle Av. General Leandro Valle 928, Colonia del Mar, Alcaldía Tláhuac, 13270 Ciudad de México, CDMX. Teléfono: 55 5063 3070.

MARCO NORMATIVO

- Lineamientos Técnicos de Seguridad Sanitaria en el Entorno laboral, Secretaría de Salud. Mayo 2020.
- Diario Oficial de la Federación, Acuerdo por el que se establece una estrategia para la reapertura de las actividades sociales, educativas y económicas, así como se establecen acciones extraordinarias, de fecha 14 de mayo de 2020.
- Diario Oficial de la Federación, Acuerdo por el que se hacen precisiones al Acuerdo antes citado, de fecha 15 de mayo de 2020.
- Guía de acción para los centros de trabajo ante el COVID-19
- Prevención de COVID-19 en la actividad Laboral
- “Jornada Nacional de Sana Distancia” Secretaría de Salud
- Ley General de Salud
- Ley del Seguro Social
- La Ley Federal del Trabajo
- NOM-030-STPS-2009 (servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo)
- NOM-019-STPS-2004 (constitución, organización y funcionamiento de las comisiones de seguridad e higiene en los centros de trabajo)
- NOM-001-STPS-2008 (Instalaciones)
- NOM-017-STPS-2018 (EPP)
- NOM-019-STPS-2011 (Comisiones de seguridad)
- NOM-030-STPS-2009 (Salud preventiva)

DEFINICIONES

COVID-19: Enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2.

Cuarentena: Consiste en restringir el movimiento de las personas sanas que pueden haber estado expuestas al virus, pero no están enfermas.

Distanciamiento físico: Medidas para contener la propagación de un virus, como evitar besos, abrazos, contacto físico y mantener una distancia entre personas de al menos 1.5 metros.

Enfermedad: Es una alteración del estado de salud normal asociado a la caracterización secuencial de signos y síntomas ocasionados por un agente etiológico específico.

Enfermedades infecciosas: Son causadas por microorganismos patógenos como bacterias, virus, parásitos u hongos. Estas enfermedades pueden transmitirse, directa o indirectamente, de una persona a otra.

Epidemia: Aumento inusual del número de casos de una enfermedad determinada en una población específica, en un período determinado.

Equipo de protección personal: Elementos e indumentaria que utilizan los trabajadores de salud para protegerse de la exposición a agentes infecciosos.

Exposición: Contacto con un agente infeccioso o un factor de riesgo que puede causar una enfermedad.

Factor de riesgo: Condiciones sociales, económicas o biológicas, conductas o ambientes que están asociados con o causen un incremento de la susceptibilidad para una enfermedad específica, una salud deficiente o lesiones.

Pandemia: Epidemia que se ha extendido por varios países, continentes o todo el mundo y que, generalmente, afecta a un gran número de personas.

Personas Vulnerables: En relación con las personas de la comunidad universitaria especialmente sensibles: diabetes, enfermedad cardiovascular (incluida hipertensión), enfermedad hepática crónica, enfermedad pulmonar crónica, enfermedad renal crónica, inmunodeficiencia, cáncer en fase de tratamiento activo, embarazo y personas mayores de 60 años.

Sanitización: Aplicar calor o químicos necesarios para matar a la mayoría de los gérmenes en una superficie hasta el punto de que no signifiquen un riesgo para la salud.

SARS: Severe Acute Respiratory Syndrome (Síndrome Respiratorio Agudo Grave)

POLÍTICAS TEMPORALES

- a) Fomentar y brindar confianza para que la comunidad universitaria se retire ante la presencia de síntomas del COVID-19, a través de la simplificación de trámites de incapacidad y la eliminación de descuentos de cualquier índole por ausencia.
- b) Limitar la realización de reuniones de manera presencial del personal administrativo, de docencia y alumnado tanto de nivel medio superior, licenciatura como de posgrado; y promover en todo momento reuniones de trabajo por medio de videoconferencias.
- c) Suspender de manera temporal y hasta nuevo aviso de las autoridades académicas, los eventos masivos y congregaciones de más de 50 personas en espacios cerrados y abiertos, incluidos los eventos deportivos y culturales, así como la prohibición, de momento, de visitas personales en horarios de trabajo, con excepción las de carácter urgente.
- d) Separar los módulos de trabajo administrativo, así como el mobiliario de las aulas de clases a una distancia de cuando menos 1.5 metros, en la medida de lo posible.
- e) Emplear de forma obligatoria, el uso de cubrebocas en toda la comunidad universitaria, así como de guantes y pantallas faciales en aquellas personas que por el puesto de trabajo estén más expuestas al contagio de la enfermedad.
- f) Permitir al personal administrativo y docente en condiciones de vulnerabilidad no presentarse a las instalaciones del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C., con el fin de cumplir con el resguardo domiciliario correspondiente; desempeñando la actividad laboral a través de teletrabajo y videoconferencias respectivamente.

- g) Propiciar el acceso al trabajo en horarios escalonados y la flexibilidad en las entradas; se procurará establecer turnos entre días, mañana o tarde, no permaneciendo más de 8 horas de jornada continua, estableciendo media hora de diferencia en los cambios de turno y evitándose en todo momento la coincidencia entre éstos.
- h) Acceder únicamente a través de los filtros sanitarios preventivos del COVID-19, instalado en la entrada principal del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C.
- i) Apoyar aquellos trabajadores con familiares enfermos de COVID-19 a permanecer en sus hogares para el cuidado de ellos, cuando así sea requerido por el trabajador.

A) Promoción de la salud

El Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C., a través de la diferentes Direcciones y el Servicio Médico, implementarán en la Institución orientación, capacitación u organización, dirigidas a todo el personal, para prevenir y controlar la propagación del coronavirus, con base a los Lineamientos Técnicos de Seguridad Sanitaria en el Entorno laboral, de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social, del Gobierno de la República, de fecha 29 de mayo de 2020.



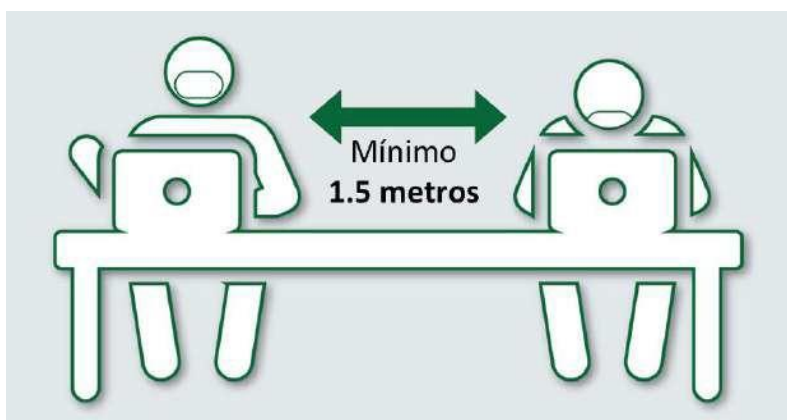
- Información general sobre el SARS-CoV-2, mecanismos de contagio; síntomas que ocasiona y mejores maneras de prevenir la infección.
- Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente, si esto no es posible, usar soluciones a base de alcohol gel al 70%.
- La práctica de la etiqueta respiratoria: cubrirse la nariz y boca al toser o estornudar, con un pañuelo desechable o en el ángulo interno del brazo.
- No escupir. Si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable, introducirlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura; después lavarse las manos.
- No tocarse la cara con las manos sucias, sobre todo nariz, boca y ojos.
- Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso común en oficinas, sitios cerrados, transporte, centros de reunión, entre otros.

- Mantener una sana distancia (al menos 1.5 m) durante los contactos y recordar la importancia de usar cubrebocas u otras barreras en el transporte público.

B) Protección a la salud

B1) Sana distancia

La medida social más importante en las instalaciones del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C. para reducir la frecuencia de contacto entre las personas y disminuir el riesgo en la propagación del COVID-19 es la correcta aplicación de la SANA DISTANCIA entre la comunidad universitaria (administrativos, docentes y estudiantes). Por ello, se mantendrá una distancia entre una persona y otra de al menos 1.5 metros.

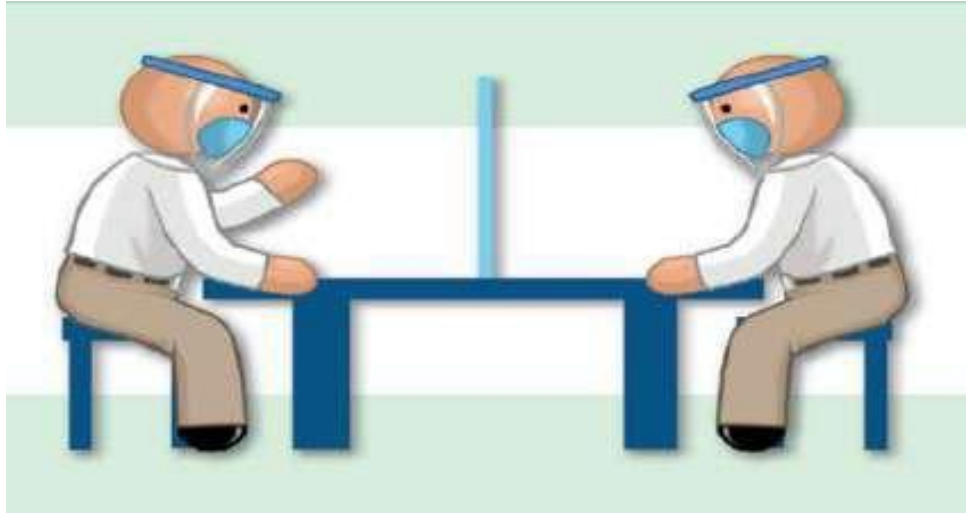


Asimismo, se implementarán las siguientes medidas para garantizar la sana distancia que garantice el distanciamiento social:

- Llevar a cabo reuniones de trabajo por teléfono o videoconferencia.
- Escalonar horarios de trabajo lo máximo posible, si los espacios de trabajo no permiten mantener la distancia de 1.5 metros entre los trabajadores en los turnos ordinarios.
- Limitar reuniones, eventos o cualquier actividad que implique contactos sociales.
- Colocar señalizaciones o marcas en el piso indicando los lugares de trabajo, respetando siempre la distancia mínima entre cada puesto de trabajo, de al menos 1.5 metros.
- En las áreas de espera, colocar señales en piso indicando los espacios destinados para tal fin, respetando la distancia de al menos 1.5 metros entre personas.
- La Cafetería y áreas de comedores, deberán respetar los lineamientos dirigidos al personal de caja, cocina y meseros sobre traer el cabello recogido y utilizar

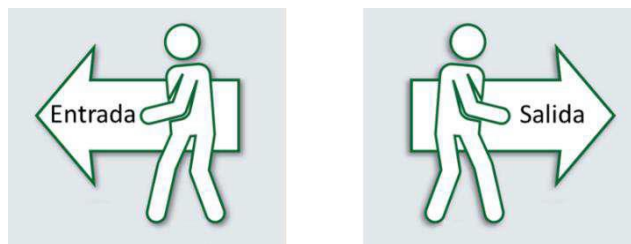
cubrebocas en todo momento; así como la separación de mobiliario para garantizar el distanciamiento de al menos 1.5 metros entre personas.

En los espacios donde no se pueda mantener la sana distancia, se deberá hacer uso de barreras físicas (preferentemente de material transparente que permita tener una limpieza adecuada); en caso de que las características del proceso no lo permitan, se deberá considerar entonces, el uso de cubreboca desechable, careta facial y guantes médicos no estériles.



B2) Control de ingreso-egreso

Con el objetivo de cortar cadenas de transmisión durante el ingreso al Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C., se considerarán las siguientes medidas encaminadas a reducir el nivel de contaminación que puedan portar los trabajadores y estudiantes de la calle al interior de las instalaciones, así mismo, medidas que ayuden a identificar de manera temprana a personas con algún síntoma relacionado a COVID-19 y evitar su ingreso al inmueble, evitando algún posible contacto con otros compañeros de trabajo.



Implementación de entradas y salidas únicas, controladas y exclusivas para la comunidad universitaria, tanto peatonal como vehicular.

Instalación de filtros sanitarios en las entradas y salidas con protocolo de accesibilidad, se deberá revisar la temperatura corporal mediante el uso de termómetros frontales, verificando que no exista algún proceso infeccioso que produzca cambios febriles en los trabajadores y estudiantes. Asimismo, se aplicará alcohol gel al 70% en las manos de las personas.

Colocación de tapetes sanitizantes o alternativas similares en los accesos de los edificios. Las alternativas similares pueden hacer uso de hipoclorito de sodio con concentraciones de al menos 0.5% o con productos registrados ante la Instancia de Protección Ambiental Federal, certificados para eliminar SARS-CoVV-2. Asimismo, se colocarán dispensadores automáticos de alcohol gel al 70%.

B3) Medidas de prevención de contagios en la empresa

Filtro Sanitario

Los filtros sanitarios COVID-19 se instalarán en el acceso principal del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C., garantizando la supervisión del personal administrativo, docentes y estudiantes, así como de personas visitantes que ingresen a la Institución, como medida de prevención de contagio del coronavirus. En estos, se les tomará la temperatura corporal y se les aplicará alcohol gel al 70% en las manos a todas las personas que ingresen.

Para la instalación de los filtros sanitarios COVID-19, el personal designado para la aplicación del filtro deberá utilizar cubreboca desechable, careta facial y guantes médicos no estériles. Estarán equipados con una mesa o escritorio cubierto con un mantel o paño de tela, en caso de no disponer de ello, deberá limpiar la superficie de la mesa cada 4 horas con una solución clorada; silla, termómetro infrarrojo digital, dispensador de alcohol gel al 70% y libreta de registro. Deberán mantener el sano distanciamiento entre sus compañeros, de al menos 1.5 metros, en la medida de lo posible.

El filtro sanitario deberá ser operado por personal de vigilancia previamente capacitados en materia de prevención de contagios del COVID-19 y supervisados por la persona responsable de la implementación de las medidas para la nueva normalidad, garantizando el cumplimiento de los protocolos de seguridad. Asimismo, durante el proceso de ingreso al inmueble, se debe evitar la conglomeración de personal administrativo, docentes y estudiantes que lo hagan de manera peatonal, por lo cual, las personas deberán hacer una fila y guardar el distanciamiento físico de cuando menos 1.5 metros entre ellos.

Cuando el personal que aplica el filtro sanitario detecte alguna persona con fiebre (igual o mayor de 37.5°C) y/o síntomas respiratorios, este deberá impedirles el acceso a las instalaciones del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C. y apoyarlos para remitirlos al servicio médico más cercano para su valoración.

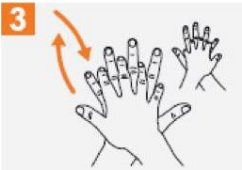
Medidas Personales

- Lavado frecuente y minucioso de las manos con jabón y agua potable aplicando los once pasos para una correcta higiene recomendada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), o el uso de toallitas a base de alcohol.
- Desinfección de manos con gel alcohol

¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinfectese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

 Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos

 1a	 1b	 2
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;		
Frótese las palmas de las manos entre sí;		
 3	 4	 5
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;		
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;		
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;		
 6	 7	 8
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;		
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;		
Una vez secas, sus manos son seguras.		

 Organización Mundial de la Salud	Seguridad del Paciente UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA	SAVE LIVES Clean Your Hands
La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para garantizar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado no garantiza ningún tipo, ya sea explícito o implícito. Corresponde al lector la responsabilidad en la interpretación y el uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudieran ocasionar su utilización. La OMS agradece a las múltiples instituciones de Gestión Pública, en particular a las miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la elaboración de este material.		

Organización Mundial de la Salud, Octubre 2010

- Uso de cubrebocas médico desechable para protegerse de la infección. En aquellos puestos de atención en ventanilla para trámites escolares y pagos de inscripciones, se usará la protección de cubreboca desechable, careta facial y guantes médicos no estériles.
- Evitar, en la medida de lo posible, el uso de joyería, corbatas, barba y bigote, toda vez que son reservorios de virus y demás microorganismos; asimismo,

evitar compartir entre los trabajadores y estudiantes los celulares, bolígrafos, lápices, artículos personales, entre otros

Mantener Entornos Saludables

Limpiar y desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia en las áreas de trabajo, salones de clase, laboratorios y talleres, como cerraduras y manijas de puertas, llaves de lavabos, pasamanos, barras de agarre, escritorios, pupitres, equipo de cómputo y de oficina, gabinetes y equipo de laboratorio, entre otros, dentro de las instalaciones. Los productos químicos de limpieza a emplear son a base de hipoclorito de sodio con concentraciones de al menos 0.5% o con productos autorizados por las instancias de salud estatal y federal que cumplan con las medidas de protección al ambiente. El jefe de mantenimiento coordinará y vigilará el cumplimiento de esta medida de prevención.

Para minimizar el riesgo de otras enfermedades asociadas al agua y garantizar agua limpia en los lavabos para el lavado de manos como medida de prevención de contagios del COVID-19, todos los sistemas de almacenamiento de agua potable de la Universidad se limpiarán y desinfectarán, previo al regreso de actividades en el contexto de la nueva normalidad por personal del área de mantenimiento.

Separación de asientos y sillas escolares con una distancia de cuando menos 1.5 metros entre sí, en las áreas de trabajo, salones de clase, laboratorios y talleres, en la medida de lo posible. En los espacios de salas de conferencia, auditorios, se considerarán encintar los asientos y filas para garantizar que haya una sana distancia de cuando menos 1.5 metros entre asientos.

Se implementarán señales físicas, como cinta en los pisos y carteles en las paredes, como indicativo a la comunidad estudiantil para que permanezcan al menos 1.5 metros de distancia en las filas u otros momentos de mayor cercanía entre las personas.

Mantener operaciones saludables

Serán reemplazadas las reuniones presenciales en la medida de lo posible, por videoconferencias o teleconferencias, tanto para actividades administrativas como de docencia.

Se reemplazará el trabajo de oficina por trabajo en casa y/o teletrabajo, en horarios habituales establecidos según el área de adscripción, únicamente en los casos de personas vulnerables (quienes viven con enfermedades crónicas: cardíacas, pulmonares, renales, hepáticas, sanguíneas, metabólicas o inmunosupresoras; personas con obesidad y sobrepeso; adultos mayores de 60 años y embarazadas).

Capacitación a la comunidad universitaria sobre el Protocolo de Seguridad Sanitaria: Adaptación de los lugares de trabajo y protección de los trabajadores, de manera virtual. En los casos que sea de manera presencial, se asegurará el sano distanciamiento físico.

Supervisión y/o verificación diaria para asegurar que los dispensadores de alcohol gel al 70% cuenten con las cantidades necesarias por turno de trabajo laboral y

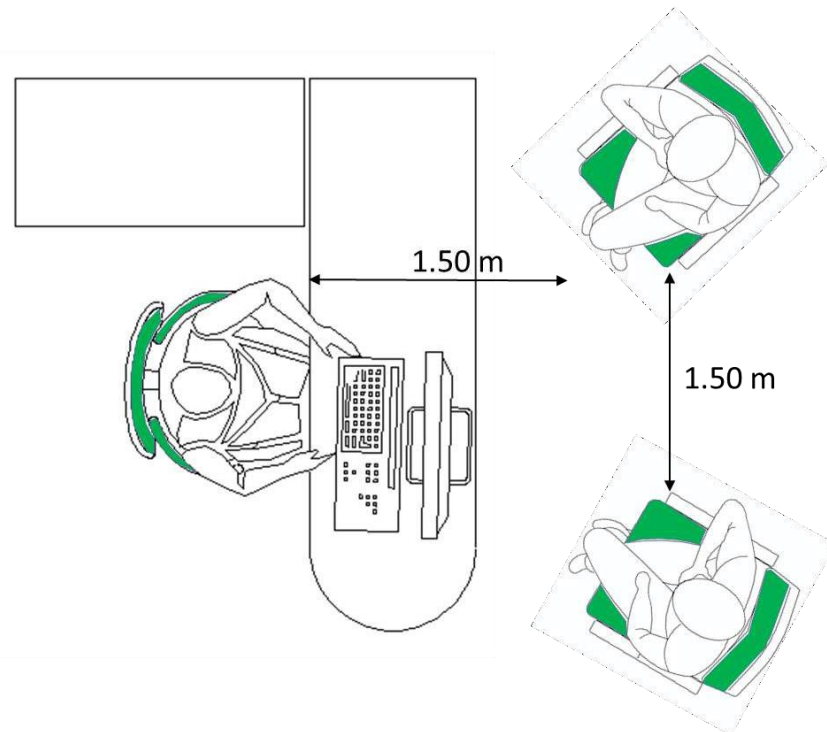
escolar, que los dispensadores de toallas desechables de papel cuenten siempre con este material, que exista el número de contenedores (botes de basura) necesarios para arrojar cubrebocas usados o maltratados y se realizará la recolección de residuos permanente.

Supervisión y/o verificación diaria del cumplimiento a los lineamientos de sana distancia que deben seguir los trabajadores administrativos y académicos del Centro Universitario México, División Estudios Superiores A. C.

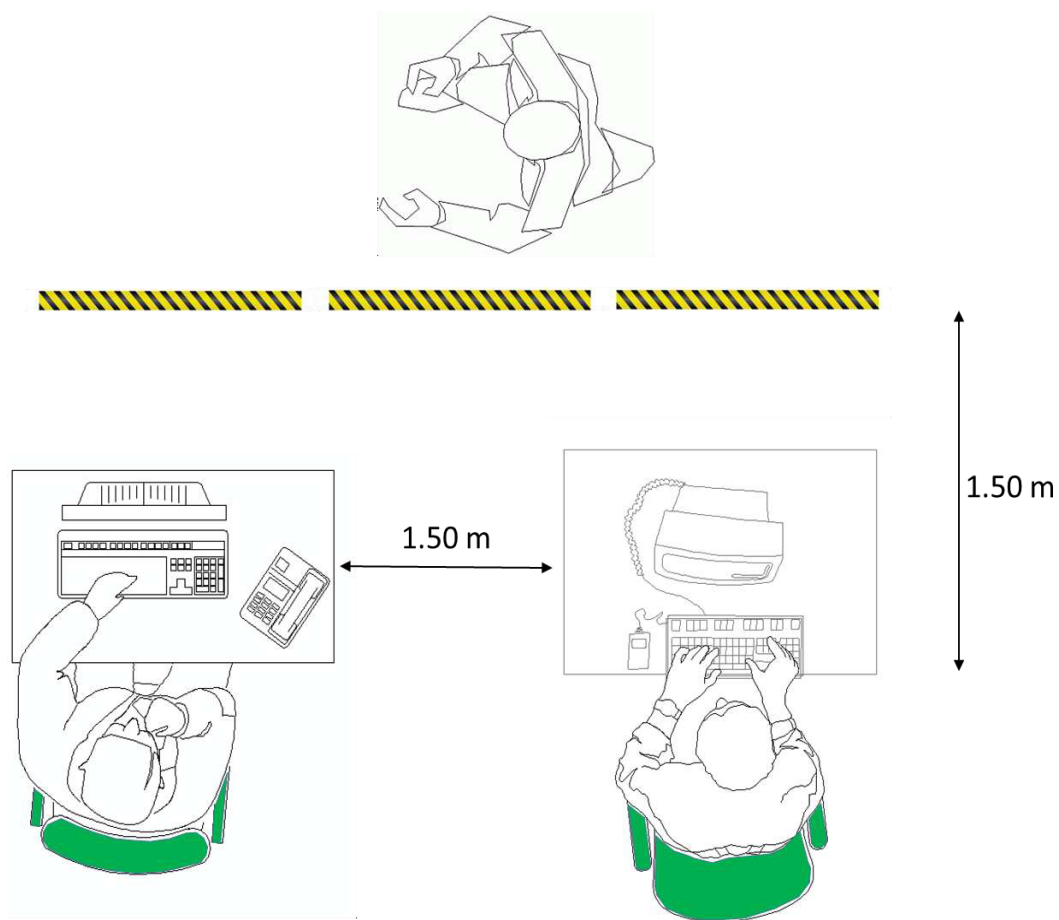
Distanciamiento físico en áreas de trabajo administrativo

Los trabajadores administrativos no vulnerables, que se reincorporen al trabajo de oficina en las instalaciones, deberán respetar y aplicar las siguientes medidas de distanciamiento físico durante la jornada de trabajo, como estrategia de prevención de contagio del COVID-19.

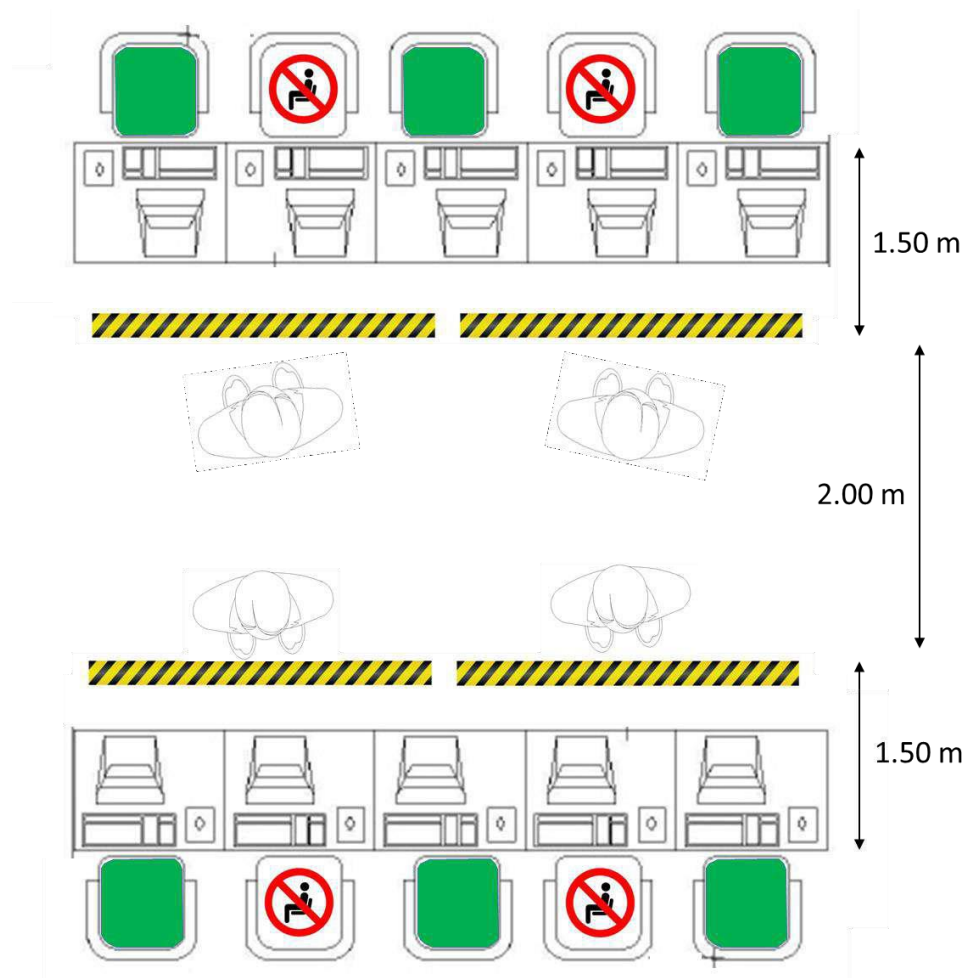
- a) Los asuntos de trabajo por atender de manera presencial deberán ser únicamente aquellos esenciales, por lo que serán desahogados de manera ejecutiva, sin demoras, y sin establecer otro tipo de comunicación diferente al ámbito laboral. Para lo anterior, se deberá mantener una distancia entre una persona y otra de al menos 1.5 metros, en la medida de lo posible, asimismo, deberán portar cubrebocas durante la jornada de trabajo.



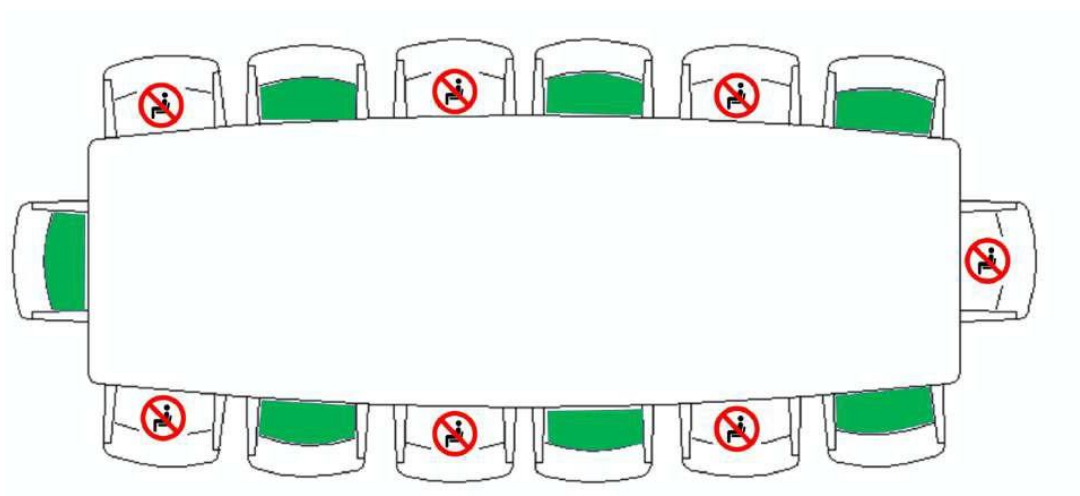
- b) En espacios de trabajo compartidos, deberá existir una separación de cuando menos 1.5 metros entre un módulo de trabajo al otro, asimismo, se empleará señalamientos en piso que garantice la circulación y/o atención de las personas a una distancia no menor a 1.5 metros, tal como se muestra a continuación:



- c) Para aquellos espacios de trabajo de mayor concentración, donde se brinde atención presencial a los estudiantes, docentes y público en general, se dejarán espacios alternados sin uso, tal como se muestra en la siguiente imagen, también, se delimitará el área de atención por medio de cintas adherible en piso, garantizando cuando menos 1.5 metros entre el trabajador y las personas por atender. El proceso de atención deberá ser breve y se le brindará atención a una sola persona por turno.



- d) Las reuniones de trabajo presencial se evitarán en la medida de lo posible, sin embargo, aquellas por su naturaleza e importancia deban realizarse, deberán garantizar el distanciamiento físico entre las personas, tal como se muestra en el siguiente esquema

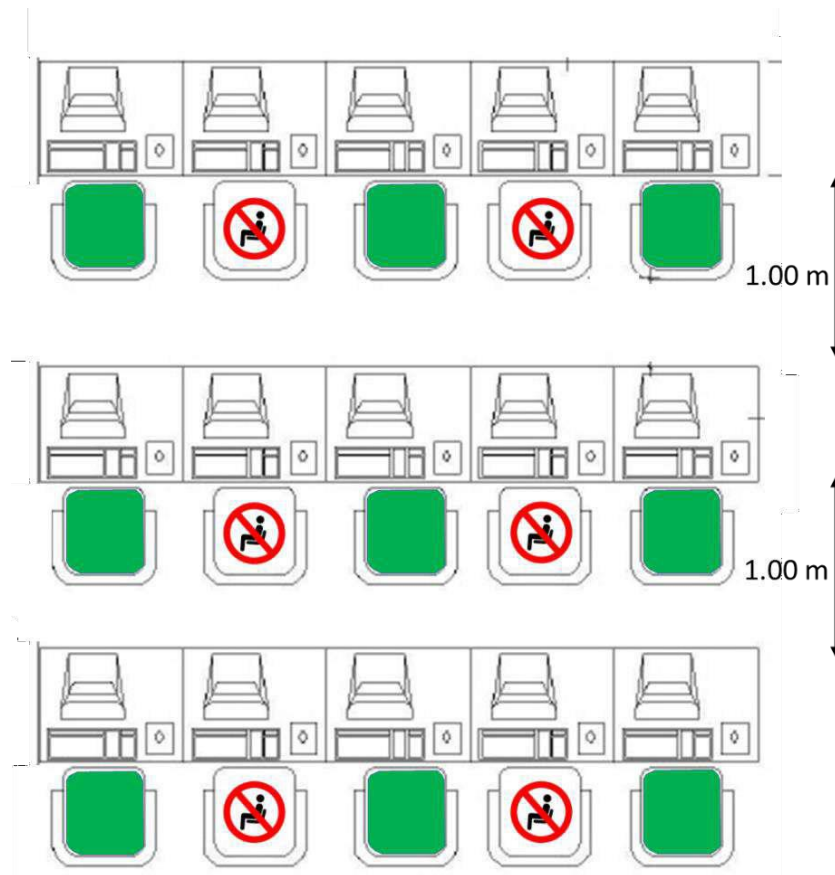


Distanciamiento físico en aulas de clases y laboratorios

El distanciamiento físico entre los estudiantes y docentes debe ser de cuando menos 1.5 metros, en la medida de lo posible; vigilando en todo momento que las relaciones interpersonales que se den dentro de las aulas y en espacios exteriores cumplan con la medida de prevención de contagio del COVID-19. Esta medida de distanciamiento físico es de aplicación tanto para estudiantes, docentes y personal en general.

En las aulas, laboratorios y talleres al inicio de la jornada, el personal de mantenimiento aplicará el protocolo de seguridad sanitaria, garantizando espacios limpios y desinfectados; así como el suministro de alcohol gel al 70% en los dosificadores ubicados en la parte de acceso de los salones. El uso de cubrebocas será de carácter obligatorio para el ingreso y permanencia en las aulas de clase, tanto para estudiantes como docentes.

Los Centros de Computación e Informática empleados para la impartición de clases y/o capacitación de estudiantes, deberán ajustarse a la siguiente distribución para el uso del mobiliario.



Distanciamiento físico en Biblioteca

Limpieza y desinfección del mobiliario, equipo y acervo bibliográfico, con detergente, agua y productos químicos de limpieza a base de hipoclorito de sodio con concentraciones de al menos 0.5% o con productos autorizados por las instancias de salud estatal y federal que cumplan con las medidas de protección al ambiente.

Minimizar el contacto entre trabajadores y usuarios a través del uso de cubrebocas, protectores faciales y guantes médicos no estériles, en aquellos puestos de mayor riesgo de contagio.

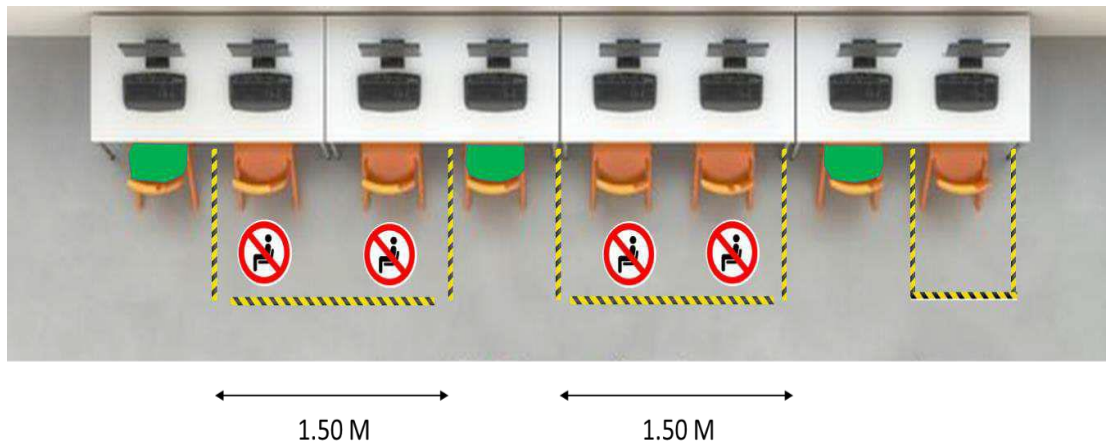
Disponer de alcohol en gel al 70% y tapetes sanitizantes o alternativas similares con uso de hipoclorito de sodio con concentraciones de al menos 0.5% en los accesos principales y verificar el uso de cubrebocas por parte de los usuarios.

Limitar la actividad presencial al interior de la biblioteca y promover el uso de bibliotecas digitales y otras herramientas digitales.

Evitar en todo momento aglomeraciones en la biblioteca, garantizando el distanciamiento entre las personas de cuando menos 1.5 metros; limitando el acceso a un número reducido de usuarios.

Señalizaciones o marcas en el piso indicando los lugares de trabajo, respetando el distanciamiento mínimo entre cada módulo de cuando menos 1.5 metros.

El mobiliario empleado por los usuarios deberá ajustarse a las siguientes medidas de separación, tal como se muestra a continuación:



Distanciamiento físico en transporte escolar

Se reducirá al 50% la capacidad de transporte de estudiantes en el UMABUS, cuidando en todo momento las medidas que minimizan el riesgo de exposición al contagio del COVID-19, tales como: limpieza y desinfección de la unidad antes de usarla, determinación y registro de temperatura corporal antes de subir a los

pasajeros (en caso de que se identifique algún pasajero con temperatura igual o mayor a 37.5 °C, no se le permitirá subir y se dará aviso al personal del servicio médico, se otorgará desinfectante de manos a los pasajeros y se revisará el uso obligatorio de cubrebocas.

Distanciamiento físico y Manejo de Alimentos en la Cafetería

El aforo máximo de la cafetería será del 30% de su capacidad.

Evitar en todo momento aglomeraciones en la cafetería, garantizando el distanciamiento entre las personas de cuando menos 1.5 metros; limitando el acceso a un número reducido de usuarios.

Disponer de alcohol en gel al 70% y tapetes sanitizantes o alternativas similares con uso de hipoclorito de sodio con concentraciones de al menos 0.5% en el acceso principal y verificar el uso de cubrebocas por parte de los usuarios.

En la Cafetería, el personal de caja, cocina y meseros deberán traer el cabello recogido y utilizar cubrebocas en todo momento.

El servicio de la cafetería será sólo para llevar.

Lavar las manos o usar alcohol en gel al 70%.

Depositar la basura en los cestos del pasillo.

No compartir alimentos, bebidas ni utensilios de uso personal.

B4) Uso de equipo de protección personal (EPP)

El equipo de protección personal es el conjunto de elementos y dispositivos diseñados específicamente para proteger al servidor público en contra de agentes o factores que impliquen el riesgo de contagio de COVID-19.

En atención a lo anterior, la Dirección de Finanzas y Administración, dotará a todo el personal del equipo de protección personal, que consistirá, esencialmente, en cubrebocas, protección facial o careta y en su caso, guantes.



Prepararse cuando alguien esté enfermo

Proceso para la identificación de posibles contagios y confirmados:

- En caso de que una persona trabajadora presente sintomatología, deberá regresar a su hogar y no asistir a su lugar de trabajo; informar a su superior jerárquico sobre su situación; dar aviso inmediato a través del sistema LOCATEL (5658-1111) o enviando un mensaje de texto (SMS) con la palabra “covid19” al 51515; e iniciar cuarentena obligatoria de 15 días en caso de ser identificada como caso sospechoso, enferma o positiva confirmada, para ella y todos las personas con las que tuvo algún contacto.
- A fin de llevar un conteo actualizado y preciso es necesario llevar un registro de:
 - 1) posibles casos de COVID-19 con base en los síntomas que presentan;
 - 2) casos confirmados de COVID-19; y
 - 3) casos donde algún trabajador haya tenido contacto directo con personas con síntomas o confirmados de COVID-19.
- Se evitará el retorno de personas trabajadoras enfermas sin contar con la evaluación médica pertinente.
- Se llevará el registro y seguimiento del personal en resguardo domiciliario voluntario y evaluar posibles casos de contagio.
- Todo caso sospechoso deberá reportarse al servicio LOCATEL (5658-1111) o a través de los diversos medios de acceso digitales a disposición del Gobierno de la Ciudad de México y se aislará en su domicilio por 14 días, siguiendo el protocolo para aislamiento domiciliario.
- Se aconseja utilizar la línea COVID-19 en caso de sospecha por síntomas, para ello hay que enviar un mensaje con el texto “COVID19” al 51515. Los casos de enfermedad respiratoria que no cumplan el criterio de caso sospechoso serán enviados a aislamiento domiciliario preventivo por un mínimo de 3 días y, siempre previo a su reincorporación laboral, deberá aplicarse un cuestionario de riesgo biológico.

Cierre de instalaciones por casos confirmados con COVID-19 y notificación:

En caso de registrarse un caso positivo entre personas trabajadoras se podrá evacuar durante el día la zona donde transitó la persona, si se estima conveniente para una adecuada limpieza, y se deberá dar aviso inmediato a las autoridades a través del sistema LOCATEL y el SMS con covid19 al 51515.

Rastreo de contactos.

Se enviará a casa al personal con síntomas de la enfermedad. En caso de que presente dificultad para respirar, se deberá remitir al centro de atención médica más cercano. En caso de ser necesario, el personal con síntomas podrá ser remitido temporalmente al área de asistencia y aislamiento definida para el control de ingreso y egreso. Finalmente, se le deberá dotar de material educativo para prevenir contagios en el hogar.

Se debe mantener un registro claro de los contactos cada día. De modo que, si se identifica una persona trabajadora con síntomas sospechosos, la institución podrá contactar a todos los posibles expuestos para minimizar el riesgo y mitigar el daño a los empleados y clientes.

Vigilancia y seguimiento.

En caso de presentarse un contagio, la persona se mantiene en confinamiento durante un periodo mínimo de dos semanas. El personal del turno de la persona contagiada debe a su vez permanecer en confinamiento durante dos semanas para garantizar que no presentan signos de la enfermedad.

Se aíslan las áreas donde estuvo la persona, se cierran por 48 horas y se sanitizan. La empresa debe notificar a las autoridades correspondientes y tomar todas las medidas pertinentes para contener un brote, así como garantizar que la persona cuente con la atención médica adecuada y no perciba ninguna sanción o sea objeto de ninguna represalia por parte de su superior. Asimismo, debe continuar percibiendo la totalidad de su salario sin considerar los días de ausencia.

Atención Psicológica

La excepcionalidad de la situación vivida puede generar alguna dificultad en el ámbito emocional, razón por la cual se brindarán asesorías psicológicas en las cuales se fomentará los hábitos de higiene, salud mental y psicológica, a todas las personas que lo soliciten, con la finalidad principal de favorecer el desarrollo personal del individuo cohesionándolo de manera simultánea a su grupo familiar, laboral y social. Bajo las siguientes líneas de actuación:

- Proporcionar consulta psicológica a la población en general.
- Promover servicios de salud mental, en el ámbito de su competencia.
- Referir a otras instituciones públicas y privadas, según las necesidades del Paciente.
- Impartir talleres, cursos, conferencias, foros y orientaciones relativas a la salud mental destinados a favorecer a la población.

En caso de crisis, la atención se centrará en:

- Realizar el contacto psicológico, como uno de los principios fundamentales, sobre todo en situaciones de aislamiento, en el cual se debe favorecer la escucha activa, la comprensión y la validación de las emociones de quien está en crisis.
- Analizar de las dimensiones del problema enfocado en el pasado inmediato, presente y futuro inmediato, donde la atención se pone tanto en las fortalezas como en las debilidades durante el periodo de crisis y donde el principal objetivo de este aspecto es trabajar hacia un orden jerárquico de las necesidades de la persona como un ser holístico e integral.

- Analizar las posibles soluciones a las necesidades básicas.
- Realizar el seguimiento para verificar el progreso, identificando el avance en las cuatro tareas de la resolución de la crisis: supervivencia física, expresión de sentimientos, dominio cognoscitivo y adaptaciones conductuales e interpersonales.

Las áreas responsables de brindar este acompañamiento son:

La Directora de la Licenciatura en Psicología atenderá a los alumnos, docentes, personal administrativo y de mantenimiento del nivel superior.

La Directora del Bachillerato atenderá a los alumnos, docentes, personal administrativo y de mantenimiento del nivel medio superior.

Vigilancia y supervisión

El Director de Bachillerato y de las diferentes Licenciaturas, deberán constatar la correcta implementación de todas las medidas, poniendo en conocimiento a la Dirección de Finanzas y Administración cualquier situación que incida en el cumplimiento de esta estrategia.

- Verificar la provisión constante de agua, jabón y toallas desechables, y de soluciones a base de alcohol gel al 70% en todas las áreas de la Universidad.
- Monitorear las disposiciones que establezcan las autoridades competentes para las posibles modificaciones de las acciones a seguir en el centro de trabajo.
- Establecer un mecanismo de seguimiento de personas a su cargo, en aislamiento.

El Departamento Jurídico, llevará a cabo el monitoreo de las disposiciones que establezcan las autoridades competentes, para las posibles modificaciones de las acciones a seguir en el centro de trabajo.

La Dirección de Finanzas y Administración, por conducto del Departamento Jurídico, y el Servicio Médico, llevará un registro y seguimiento del personal en aislamiento.

Medidas de protección para la población vulnerable en centros de trabajo ubicados en regiones designadas de alerta alta y media

Para los casos de personas vulnerables (quienes viven con enfermedades crónicas: cardíacas, pulmonares, renales, hepáticas, sanguíneas, metabólicas o inmunosupresoras; personas con obesidad y sobrepeso; adultos mayores de 60 años cumplidos y embarazadas), se deberán aplicar las siguientes medidas:

- Permitir el trabajo en casa y/o teletrabajo, en horarios establecidos de manera habitual según corresponda el área de adscripción, en ningún caso excederá jornadas de trabajo a la semana establecidas en la Ley Federal del Trabajo.

En caso de que no sea posible hacer el trabajo a distancia, se tomarán las siguientes medidas:

- Identificar en cada área de trabajo al personal en situación de vulnerabilidad.
- Cerciorarse de que dicha población cuente con equipo de protección personal desechable y con soluciones a base de alcohol gel al 70% a disposición permanente.
- Permitir el ingreso en horarios diferentes al resto del personal, para evitar los horarios pico en el transporte público o en el transporte personal.
- Establecer zonas exclusivas en área de alimentos y/o comedores para reducir el riesgo de contagio del personal identificado como vulnerable.
- Deberá considerarse que los procesos en los que participa el personal en situación de vulnerabilidad pueden verse afectados, por lo que se brindará acompañamiento por parte del Director del área para garantizarse que la implementación de las medidas no se utilice para discriminar o limitar su derecho al trabajo.