



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

**LINEAMIENTOS DE MEDIDAS DE PROTECCIÓN A LA SALUD
QUE DEBERÁN CUMPLIR LOS ESTUDIANTES, DOCENTES Y
PERSONAL ADMINISTRATIVO ADSCRITOS A PROGRAMAS
DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LAS UNIVERSIDADES PARA
REANUDAR ACTIVIDADES EN LABORATORIOS HACIA UN
REGRESO SEGURO A LA NUEVA NORMALIDAD EN LA
CIUDAD DE MÉXICO**

Ciudad de México, febrero 2021

LINEAMIENTOS DE MEDIDAS DE PROTECCIÓN A LA SALUD QUE DEBERÁN CUMPLIR LOS ESTUDIANTES, DOCENTES Y PERSONAL ADMINISTRATIVO ADSCRITOS A PROGRAMAS DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LAS UNIVERSIDADES PARA REANUDAR ACTIVIDADES EN LABORATORIOS HACIA UN REGRESO SEGURO A LA NUEVA NORMALIDAD EN LA CIUDAD DE MÉXICO

TABLA DE CONTENIDO

- I. INTRODUCCIÓN
- II. OBJETIVO
- III. MARCO JURÍDICO
- IV. ALCANCE Y CAMPO DE APLICACIÓN
- V. DEFINICIONES
- VI. MEDIDAS PARA LOS LABORATORIOS DE LAS UNIVERSIDADES
- VII. CONTROL DE INGRESO Y EGRESO
- VIII. SEÑALÉTICA
- IX. LIMPIEZA DE ESPACIOS Y DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES
- X. SISTEMA DE VENTILACIÓN
- XI. ESCALONAMIENTO DE HORARIOS Y DÍAS LABORALES
- XII. MEDIDAS PARA LA VIGILANCIA, SUPERVISIÓN E IDENTIFICACIÓN DE POSIBLES CONTAGIOS
- XIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

I. INTRODUCCIÓN

Con fecha 11 de marzo de 2020, fue declarada por la Organización Mundial de la Salud, como una emergencia de salud pública de importancia internacional, la aparición y propagación del virus SARS-CoV-2 (COVID-19), considerado ya como pandemia, por lo que los gobiernos en todo el mundo implementaron medidas urgentes de diversa naturaleza para contrarrestar el contagio de dicho virus.

Ante dicha declaratoria, la Jefatura de Gobierno de la Ciudad de México realizó diversas publicaciones a través de la Gaceta Oficial de la Ciudad de México, en la que se emitieron aquellas disposiciones necesarias para prevenir el riesgo de contagio, como fueron la suspensión de labores y restricción de actividades públicas, reducción de actividades administrativas al mínimo esencial, entre otras.

El Consejo de Salubridad General tuvo a bien acordar el 12 de mayo de 2020, en su tercera reunión de la Sesión Permanente, medidas para continuar con la mitigación de la epidemia causada por el virus SARS-CoV-2, después de la Jornada Nacional de Sana Distancia; la implementación de las mismas le correspondería a la Secretaría de Salud del Gobierno Federal.

Con publicaciones del 14 y 15 de mayo de 2020, en el Diario Oficial de la Federación, la Secretaría de Salud dio a conocer el Acuerdo por el que se establece una estrategia para reanudar con las actividades sociales, educativas y económicas, así como un sistema de semáforo por regiones para evaluar semanalmente el riesgo epidemiológico relacionado con la continuación de actividades en cada entidad federativa, así como se establecen acciones extraordinarias; a partir de este acuerdo se dio inicio al proceso de apertura gradual, ordenada y cauta, dividido en tres etapas. Este mismo acuerdo ordena la elaboración de lineamientos de seguridad sanitaria en el entorno laboral.

Derivado de lo anterior, el Gobierno de la Ciudad de México, en concordancia con lo estipulado por las autoridades sanitarias del gobierno federal, ha desarrollado diferentes instrumentos en coordinación con diferentes instancias tanto del sector público como del privado, para fortalecer todas aquellas acciones que coadyuven a mantener el control y prevenir el riesgo de contagio durante la reanudación de actividades.

Por ese motivo, el día 20 de mayo de 2020, la Jefa de Gobierno de la Ciudad de México presentó el Plan Gradual hacia la Nueva Normalidad en la Ciudad de México que establece las estrategias que se implementarán para reanudar con las actividades laborales, sociales, educativas, culturales y económicas en la Ciudad de México, la cual deberá ser de manera progresiva y apegada a los estándares mínimos de seguridad contra riesgo de contagio. Para ello, se contempló un sistema de semáforo y un Comité de Monitoreo hacia la Nueva Normalidad de la Ciudad de México, que permita evaluar el riesgo epidemiológico relacionado con dicha reanudación de actividades, el cual se encuentra facultado para establecer acciones extraordinarias adicionales a las ya establecidas.

En esta etapa de activación de la economía en la Ciudad de México, es necesario mantener vigente esa coordinación, pero principalmente, contar con la participación de la ciudadanía en este momento de transición. Porque las medidas sanitarias existentes serían inocuas, en tanto que la población rebase los niveles mínimos de seguridad sanitaria en sus diferentes entornos laborales y de convivencia social. A través del presente documento se proponen aquellas directrices que deberán considerar las universidades, con la finalidad de instrumentar apropiadamente las medidas sanitarias suficientes para prevenir el riesgo de contagio y dar seguimiento al interior de sus centros de trabajo conforme a las necesidades específicas del sector educativo.

II. OBJETIVO

En el entorno del retorno de la actividad económica y social en la Ciudad de México, se deben mantener las medidas de seguridad suficientes para prevenir el riesgo de contagio en las universidades que imparten educación superior en el área de la ciencias de la salud. Debido a que cada sector de la industria, el comercio, así como los sectores social y académico responden a diferentes necesidades, se deben establecer medidas de seguridad sanitaria que atiendan a las necesidades propias de cada sector.

El objetivo principal de este documento es establecer las medidas de salubridad mínimas, que para poder evitar el contagio y contener la propagación del virus SARS-CoV-2, deberán observarse en las universidades que realizan sus actividades en la Ciudad de México, tomando como referencia las disposiciones que las autoridades sanitarias federales y locales han emitido al respecto, considerando como mínimo las medidas contempladas en el Plan y demás normativa aplicable.

III. MARCO JURÍDICO

- **Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos**, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 5 de febrero de 1917, última reforma publicada en el Diario Oficial de la Federación el 24 de diciembre de 2020.
- **Ley General de Salud**, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 7 de febrero de 1984, última reforma publicada en el Diario Oficial de la Federación el 7 de enero de 2021.
- **Ley Federal del Trabajo**, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 1 de abril de 1970, última reforma publicada en el Diario Oficial de la Federación el 11 de enero de 2021.
- **Constitución Política de la Ciudad de México**, publicada en el Diario Oficial de la Federación y en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 5 de febrero de 2017, última reforma publicada en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 31 de agosto de 2020.
- **Ley Orgánica del Poder Ejecutivo y de la Administración Pública de la Ciudad de México**, publicada en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 13 de diciembre de 2018, última reforma publicada en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 20 de marzo de 2020.
- **Ley Constitucional de Derechos Humanos y sus Garantías de la Ciudad de México**, publicada en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 8 de febrero de 2019, última reforma publicada en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 7 de junio de 2019.
- **Ley de Salud del Distrito Federal**, publicada en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 17 de septiembre de 2009, última reforma publicada en la Gaceta Oficial del Distrito Federal el 5 de marzo de 2019.
- **Acuerdo por el que se establece una estrategia para la reapertura de las actividades sociales, educativas y económicas, así como un sistema de semáforo por regiones para evaluar semanalmente el riesgo epidemiológico relacionado con la reapertura de actividades en cada entidad federativa, así como se establecen acciones extraordinarias**, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 14 de mayo de 2020, última reforma publicada en el Diario Oficial de la Federación el 15 de mayo de 2020.
- **Acuerdo por el que se establecen los Lineamientos Técnicos Específicos para la Reapertura de las Actividades Económicas**, publicados en el Diario Oficial de la Federación el 29 de mayo de 2020.
- **Sexto Acuerdo por el que se establecen los Lineamientos para la ejecución del Plan Gradual hacia la Nueva Normalidad en la Ciudad de México y se crea el Comité de Monitoreo**, publicado en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 29 de mayo de 2020, y su última reforma publicada en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 11 de diciembre de 2020.

IV. ALCANCES Y CAMPO DE APLICACIÓN

Los presentes Lineamientos son de interés general y observancia obligatoria en las universidades de la Ciudad de México, así como para el personal docente, administrativo, auxiliar y alumnado, o cualquier persona vinculada a este sector.

Las personas responsables de las universidades deberán de apegarse a los presentes Lineamientos, para garantizar la implementación de medidas sanitarias aquí establecidas.

Asimismo, cada institución que esté operando conforme al semáforo epidemiológico será responsable de consultar el portal de publicación y aceptación de las medidas sanitarias, disponible en covid19.cdmx.gob.mx/medidassanitarias, realizar el registro, descargar e imprimir el comprobante correspondiente y pegarlo en la entrada del inmueble.

V. DEFINICIONES

Para los efectos de los presentes Lineamiento, se entenderá por:

- **COVID-19:** Es una enfermedad causada por el virus SARS-CoV-2.
- **Caso sospechoso:** Todas aquellas personas que presenten 2 o más de los síntomas asociados a COVID-19.
 - **Síntomas asociados a COVID-19:**

■ Fiebre	■ Dolor de cabeza (cefalea)
■ Tos	■ Pérdida del sentido del olfato o del gusto
■ Cansancio	■ Escurrimiento nasal
■ Dolor muscular y/o de articulaciones	■ Señal de alarma: somnolencia
■ Dolor de garganta	■ Señal de gravedad: dificultad para respirar
■ Diarrea	
■ Conjuntivitis (secreción ocular) o irritación	
- **Estudiante de programas de ciencias de la salud:** se refiere a todo los estudiantes que cursan estudios universitarios de cualquier nivel en cualquiera de las áreas adscritas a las ciencias de la salud como pueden ser medicina, nutrición, fisioterapia, QFB, QFBT, MVZ, psicología entre otros.
- **Equipo de Protección Personal (EPP):** son equipos, piezas o dispositivos que evitan que una persona tenga contacto directo con los peligros de ambientes riesgosos, los cuales pueden generar lesiones y enfermedades, tales como cubrebocas, careta y guantes
- **Laboratorio:** espacio equipado con los medios necesarios para llevar a cabo experimentos, investigaciones o trabajos de carácter científico o técnico.
- **Personas Trabajadoras:** Toda persona que realice actividades relativas a su trabajo de manera presencial en una oficina, fábrica, planta o instalación similar.
- **Personas en situación de riesgo o vulnerabilidad:**
 - Personas mayores de 60 años;
 - Mujeres embarazadas;
 - Personas con discapacidad; o
 - Personas que padezcan enfermedades crónicas como cáncer, diabetes, enfermedades respiratorias y cardíacas.
- **Público Usuario:** Toda persona estudiante, docente y personal académico-administrativo que realiza actividades dentro de alguna facultad.
- **Práctica en laboratorio:** se refieren a aquellas actividades de enseñanza dirigidas al desarrollo de destrezas específicas y que habitualmente se llevan a cabo en centros de simulación, laboratorios, aulas de microscopía, anfiteatros, quirófanos y consultorios de enseñanza, entre otros.
- **Sana Distancia:** Medida social para disminuir el riesgo de contagio en la propagación de la enfermedad provocada por virus SARS-CoV-2, consistente en mantener una distancia mínima de 1.5 metros entre las personas en los espacios donde ocurra alguna interacción.
- **Señalética:** La técnica comunicacional que mediante el uso de señales y símbolos icónicos, lingüísticos y cromáticos, orienta y brinda instrucciones sobre cómo debe actuar un individuo o un grupo de personas en un determinado espacio físico.

VI. MEDIDAS SANITARIAS QUE DEBERÁN IMPLEMENTARSE EN EL REGRESO DE LOS ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD EN LAS UNIVERSIDADES

El regreso de los estudiantes del área de ciencias de la salud en las diferentes universidades en la Ciudad de México, será únicamente para poder cursar las sesiones de laboratorios en las cuales sea necesario ejecutar prácticas de manera presencial, las clases de teoría deberán permanecer en línea.

Queda estrictamente prohibido brindar clases presenciales que no sean una práctica de laboratorio.

- Las universidades deben de garantizar la infraestructura, insumos y consumibles prestando importancia al equipo de protección personal, como ropa y máscaras; con el fin de mantener la sana distancia y las medidas de seguridad e higiene.
- Las únicas clases prácticas que se permiten son aquellas que se llevan a cabo en los laboratorios de las universidades.
 - El regreso a clases en laboratorios serán únicamente para los estudiantes que pertenezcan a alguna área o facultad de los programas de ciencia de la salud en las universidades.
- En los laboratorios o áreas de práctica se deben reorganizar las áreas de trabajo (separación de 1.5mts.) para cumplir con la distancia entre los alumnos y el personal académico, así como minimizar la cantidad de personas que están en contacto físico con el mismo equipo.
- Los grupos deberán reducirse al número de estudiantes que en el espacio del laboratorio permitan cumplir con la normatividad de distanciamiento físico de 1.5mts entre una persona y otra.
- En caso de contar con varios grupos, se deben escalonar los horarios de entrada y salida a los laboratorios, esto con el objetivo de evitar que exista cruce entre los alumnos.
- Se deberán limpiar las áreas de trabajo, previo a la siguiente práctica.
- Únicamente pueden ingresar a la práctica los estudiantes y personal académico-administrativo (técnicos, personal de limpieza, mantenimiento).
- Todos deberán seguir el protocolo determinado por la autoridad de salud pública para reporte epidemiológico y derivación de casos sospechosos, así como los laboratorios de prueba certificados.
- Establecer prácticas que permitan una distancia mínima de 1.5 metros, la disminución de la frecuencia y el encuentro cara a cara entre las personas trabajadoras, incluyendo la adecuación de los espacios y áreas de trabajo para reducir la densidad humana en ambientes intramuros y extramuros.
- Para las sesiones en laboratorio, dado que es un lugar cerrado, los estudiantes deberán portar de forma obligatoria cubrebocas y protección ocular (lentes de protección o careta).
- Proveer productos sanitarios y de EPP a las personas trabajadoras (cubrebocas, lentes protectores y/o caretas).
- Proveer dispensadores con gel antibacterial con base de alcohol al 70% a libre disposición del personal en distintos puntos del centro de trabajo.
- Establecer un programa de limpieza y mantenimiento permanente de las áreas de uso común, incluidos los destinados a los servicios de alimentos, de descanso y,

en su caso, de pernocta, utilizando los productos de limpieza adecuados para prevenir la propagación del virus.

- Requerir de manera obligatoria al personal lavado de manos frecuente (lavado con agua y jabón o soluciones alcohólicas), especialmente después de tener contacto directo con otras personas.
- Contar con depósitos suficientes para productos desechables y otro de uso personal, procurando la limpieza continua de los mismos.
- Garantizar que los sanitarios cuenten con lavamanos y con condiciones adecuadas para la limpieza del personal (agua, jabón y toallas de papel desechable).
- En la entrada de cada laboratorio, se deberá de colocar un código QR, mismo que previo al ingreso los usuarios, deberán de escanear con su teléfono celular, para que en caso de haber estado en el mismo laboratorio que alguien que dio positivo a COVID-19, puedan ser notificados vía mensaje SMS, para tomar las medidas necesarias y romper la cadena de contagios de COVID-19.
- Establecer horarios alternados de comidas y actividades cotidianas para reducir el contacto entre personas.
- Promover que las personas trabajadoras no compartan equipo de oficina, herramientas de trabajo ni objetos personales.
- Solicitar cuarentena obligatoria de 15 días en caso de que una persona trabajadora sea identificada como caso sospechoso, enferma o positiva confirmada.
- Habilitar un filtro de seguridad. Se describe en la sección “Medidas para la vigilancia, supervisión e identificación de posibles contagios”.
- Realizar una planeación de prácticas buscando priorizar las prácticas mínimas indispensables que deben llevar a cabo los estudiantes para adquirir las habilidades y destrezas declaradas en el perfil profesional de egreso del plan de estudios de cada institución educativa.
- Coordinar horarios para evitar largas jornadas de asistencia sin actividad de los estudiantes en campus.
- En caso de que el estudiante tenga varios laboratorios, tratar de que se acomoden a un período del día, de manera que esté solamente el tiempo mínimo necesario en la Universidad.
- La planeación es fundamental, tanto para el uso de espacios como para que el estudiante, pueda atender sus clases y permanezca el menos tiempo posible en las instalaciones.
- Las sesiones tendrán una duración máxima de 90 minutos con descansos de 20 minutos para limpieza y ventilación del espacio.
- Asistencia máxima por alumno 3 días a la semana, 4 horas cada día.

Para estudiantes que asisten a una práctica de laboratorio

- Se deberá requerir el uso correcto y obligatorio del cubrebocas durante toda la estancia al interior del inmueble. Las universidades podrán negar la entrada a todo alumno que no porten cubrebocas.

- Se deberá fomentar el uso de cubrebocas como son los de tricapa quirúrgico, tricapa de tela, N95 o KN95.
- Aplicar gel a base de alcohol al 70% a todas las personas que ingresen a los laboratorios.
 - De igual forma se debe fomentar el lavado de manos constante, por lo que en los laboratorios se deberá de contar con lavamanos, agua, jabón y toallas de papel.
- Respetar la distancia mínima de 1.5 metros que debe existir entre las personas dentro de los laboratorios.
- No se podrá ingresar con acompañantes a las instalaciones y/o laboratorios.
- Guardar silencio en la medida de lo posible. Al hablar, hacerlo con el cubrebocas puesto y con protección ocular (lentes de protección o careta) puestos.
- La práctica de la etiqueta respiratoria: cubrirse la nariz y boca al toser o estornudar, con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.
- No escupir. Si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable, meterlo 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.
- Los estudiantes deberán de asistir a los laboratorios con el uniforme establecido por cada institución para el desarrollo de las prácticas; en caso de ser requerido, llevar el uniforme correspondiente.
- Se deberá portar el uniforme determinado por la institución educativa (que podría incorporar elementos como gorro, red, pico, filipina de manga corta, mandil, camisola, bata, pantalón, zapato, que requiera su programa/campus) más el EPP indicado por el tipo de actividad práctica que se realiza (lentes de protección o careta y cubre bocas).
- Cada institución deberá de tener un protocolo para el uso de consumibles dependiendo de la naturaleza de la práctica a ejecutar y escenario a ocupar.
- En los casos que aplique, se deben limpiar y desinfectar los empaques e ingredientes antes de almacenarlos.
- Cada estudiante es responsable de traer los materiales consumibles que requiera la sesión práctica.
- Cualquier intercambio de material o equipo dentro del escenario practico se debe realizar bajo el sistema de transferencia sin contacto.
- No manipular ningún dispositivo que no venga descrito en la guía de práctica de la sesión.
- Asegurar el término de la sesión práctica para que cualquier material sobrante sea retirado y desechado de manera apropiada.
- Cada estudiante tendrá consumibles propios o se buscará un representante del grupo que utilice los consumibles para evitar la manipulación de insumos entre muchas personas.
- Se debe buscar o proporcionar que cada estudiante tenga sus consumibles para evitar manipulación y en su caso implementar procesos de desinfección y sanitización.
- Mientras el semáforo no esté en verde, la Universidad no podrá obligar a todos los estudiantes a asistir, de tal manera que deberá de ser una asistencia voluntaria, previa firma de una carta de conformidad.

- Los estudiantes que no puedan asistir por estar en condiciones de vulnerabilidad, vivir con una persona vulnerable o ser foráneos no tendrán la obligación de asistir.

Para personal académico-administrativo

- Portar el cubrebocas, así como protección ocular (lentes de protección o careta).
- Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente o bien, usar gel antibacterial con base de alcohol al 70%.
- La práctica de la etiqueta respiratoria: cubrirse la nariz y boca al toser o estornudar, con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.
- No escupir. Si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable, meterlo 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, centros de reunión, áreas comunes, entre otros.
- Evitar compartir objetos de uso común, como plumas, grapadoras, lápices, etc.
- Mantener una sana distancia de 1.5 metros durante los contactos. Hacer las modificaciones necesarias en la disposición del mobiliario para garantizar que se cumpla esta medida.
- Promover los principios rectores de la “No Discriminación” hacia las personas que hayan tenido COVID-19 o hayan convivido con algún familiar que lo tenga o haya tenido.
- El personal deberá rotarse según los esquemas descritos en el apartado XI. ESCALONAMIENTO DE HORARIOS Y DÍAS LABORALES.
- Llevar en una maleta el uniforme clínico favoreciendo el uso de zapato clínico, plástico y cerrado. Una vez que ingrese, tras haber pasado satisfactoriamente el filtro del campus universitario, deberá cambiar su ropa por el uniforme clínico (incluye zapatos); de igual forma al salir deberá cambiar su uniforme clínico por ropa (incluye zapatos). No uso corbata, ni usar filipina sin mangas.
 - Al llegar a casa, procurar el lavado del uniforme clínico inmediatamente, así como la limpieza del calzado. Lavarse la cara y manos posteriormente. Esta sencilla medida tiene como propósito proteger al personal, sus familias y a los pacientes.

Equipo personal para sesiones en laboratorios:




Toda persona que acuda a una clase de laboratorio, debe contar con equipo de protección personal de acuerdo con la actividad que realicen y del grado de exposición y atención al público, así como su condición de vulnerabilidad. El equipo de protección personal será como mínimo, el siguiente:

- a) En lugares sin contacto con público usuario:
 - Uniforme
 - Cubrebocas

- Protección ocular (lentes de protección o careta)
- En caso de que la actividad sea con animales o exista trabajo con riesgo de salpicaduras de sangre utilizar equipo necesario.

b) En lugares de atención al público:

- Cubrebocas
- Protección ocular (lentes de protección o careta)
- Proponemos guantes desechables no estériles.

EPP Estándar		EPP Completo		EPP Mejorado	
Situación:	Contacto con pacientes y/o sin riesgo de exposición a fluidos corporales ni aerosol.	Situación:	Contacto con pacientes con riesgo de exposición a fluidos corporales	Situación:	Procedimientos especiales, riesgo de exposición a fluidos corporales y aerosoles
Personal administrativo, mantenimiento, limpieza, pasantes y alumnos sin contacto con pacientes. Personal Clínico durante consulta o procedimientos sin riesgo de exposición a fluidos corporales/aerosol.		Personal como Médicos, Odontólogos, Enfermeras, Fisioterapeutas, Pasantes y Alumnos en el ejercicio clínico con riesgo de exposición a fluidos corporales.		Personal clínico, alumnos y pasantes de odontología sólo durante procedimientos con riesgo de exposición a aerosol. Manejo de pacientes confirmados COVID19 con Alta y fuera de cuarentena, en procesos de riesgo de exposición de fluidos/aerosol. La supervisión es requerida todo el tiempo.	
					
Cubrebocas Plisado 3 capas		Cubrebocas Plisado 3 capas		Gorro quirúrgico	
		Careta de acrílico		Mascarilla N95 con Careta de acrílico y Goggles o Respirador con filtro N100 (FPP2 o FPP3) con careta completa.	
Lentes de Protección		Lentes de Protección/Goggles			
		Bata clínica completa, desechable y repelente al agua		Overol (mono) medico de protección, transpirable, desechable y repelente al agua	

Guantes desechables solo personal de limpieza/caja o aquellos con contacto físico con pacientes.	Guantes desechables	Doble guante
		Cubrebotas desechable
Gel antibacterial con base de alcohol al 70% Jabón y Técnica de lavado de manos	Gel antibacterial con base de alcohol al 70% Jabón y Técnica de lavado de manos	Gel antibacterial con base de alcohol al 70% Jabón y Técnica de lavado de manos
Curso de Bioseguridad Básico (IMSS)	Curso de Bioseguridad Intermedio (IMSS y UNIVERSITARIAS)	Curso de Bioseguridad Avanzado (IMSS y UNIVERSITARIAS)

VII. CONTROL DE INGRESOS Y EGRESOS

De acuerdo con los Lineamientos Técnicos de Seguridad Sanitaria en el Entorno Laboral, los controles de ingreso-egreso deberán ser:

- Establecer un filtro sanitario para la identificación de personas con sintomatología. Para las personas trabajadoras que se lleguen a detectar con signos de enfermedades respiratorias y/o temperatura corporal mayor a 37.5 °C, designar un área de estancia y aislamiento, dotarlas de un cubrebocas y remitirlas al domicilio particular y/o servicios médicos. En este sentido, no podrán presentarse a laborar hasta después de 14 días. El protocolo de toma de signos deberá ser en cada ingreso, incluso si una persona trabajadora entra y sale múltiples veces en un día al centro de trabajo.
- Proporcionar gel antibacterial con base de alcohol al 70% para la desinfección de manos y verificar el uso apropiado de cubrebocas.
- Colocar jergas saturadas, tapetes sanitizantes o alternativas similares con hipoclorito de sodio con concentraciones de al menos 0.5% con productos registrados ante la Agencia de Protección Ambiental (EPA) certificados para eliminar SARS-CoV-2 para los estudiantes, usuarios y/o pacientes que entren al establecimiento. No se recomienda el uso de arcos desinfectantes.
- Establecer entradas y salidas exclusivas del personal, en caso de que se cuente con un solo acceso, este se deberá de dividir por barreras físicas a fin de contar con espacios específicos para el ingreso y salida del personal.
- Será necesario llevar un registro pormenorizado de todos los asistentes al centro de trabajo y procurar coordinar el ingreso a modo de evitar aglomeraciones en espacios cerrados. Esta bitácora deberá incluir todos los ingresos y egresos de personas trabajadoras y usuarios, incluso si ingresaron y egresaron varias veces en el día.
- Se debe privilegiar mantener abiertas las puertas para evitar la necesidad de tocar manijas u otras superficies.
- Los usuarios y personas trabajadoras no deberán venir con acompañantes.
- Para los visitantes que deben ingresar físicamente a los laboratorios para realizar trabajos de reparación, debe designar un período de tiempo fuera del horario de clase habitual para minimizar las interacciones con pacientes, médicos o personal.

VIII. SEÑALÉTICA

Se deberá colocar material informativo en las entradas, áreas de trabajo, sanitarios y espacios comunes, sobre las buenas prácticas preventivas (lavado continuo de manos, estornudo en el ángulo interno del codo, uso de equipo de protección personal, entre otras).



LIMPIA TUS MANOS CON GEL ANTIBACTERIAL ASIDUAMENTE



NO TOCAR CARA, OJOS, NARIZ Y BOCA



LAVA CONSTANTEMENTE TUS MANOS CON AGUA Y JABÓN DURANTE 20 SEGUNDOS

Se colocarán infografías oficiales sobre medidas sanitarias ante la emergencia en múltiples lugares visibles. Se deberán exhibir carteles físicos o electrónicos dentro de las instalaciones. De uso general para los espacios al interior y exterior de las carpas (zonas de taquillas, pasillos, vestíbulos y áreas comunes, servicios sanitarios), se establecerá la siguiente señalética:

A. Señalética general para uso dentro de las universidades:

- Letreros indicando sana distancia:
 - En todos los cuartos y particularmente en las zonas donde se hagan filas, es necesario poner carteles para mantener distancia. Por ejemplo, las filas de entrada y salida al establecimiento, las filas para elevadores, comedor y salas de reunión y en toda aquella fila común en la cual sea necesario mantener la sana distancia.
- Zonas que no deben ocuparse:
 - En los espacios, asientos, que no deban usarse con el objetivo de mantener la sana distancia de un metro y medio, es necesario poner letreros para que se evite utilizar dichas zonas. Ejemplo: lugares dentro del comedor, lugares dentro de zonas de trabajo, salas de espera y salas de juntas.
- Uso obligatorio de cubrebocas y caretas en zonas de trabajo:
 - Colocar carteles del uso obligatorio de cubrebocas y caretas dentro de los centros de trabajo. Ejemplo: accesos de entrada y salida, zona de trabajo, comedor, baños, área administrativa, salas de juntas.
- Señalética indicando puntos con gel antibacterial:



Sitios de espera en la fila



No sentarse
No pararse
No utilizar



- Colocar marcas indicando puntos en los que hay gel antibacterial con base de alcohol al 70% disponible para su uso. Estos deben forzosamente estar indicados en zonas de ingreso y egreso, en zonas de trabajo, en salas de espera y salas de atención exclusiva para público usuario, entre otros.
- Señalética de número máximo de personas en lugares de riesgo:
 - Colocar carteles con el número máximo de personas en zonas que suelen ser concurridas para evitar grandes aglomeraciones.
 - Ejemplo: baños, zonas de trabajo, comedor, sala de espera para clientes, elevadores, salas de juntas, entre otros.



B. Flujos de entrada y salida a los centros de trabajo y señalética dentro de las universidades:

- Para oficinas administrativas con más de una entrada y/o salida se debe delimitar rutas de acceso y rutas de flujo. Especial énfasis en delimitar el flujo de público usuario para limitar el contacto con zonas de trabajo.
- Se usará la siguiente señalética para definir el flujo de los usuarios y los accesos.

Señalética de circulación:



C. Señalética en salas de espera

- En caso de contar con áreas de espera se señalizará el espacio del establecimiento con marcas en el piso, paredes y/o mobiliario, que indiquen espacios de espera y espacios que no deben ser usados, recordando la distancia mínima de 1.5 metros entre personas, dentro del establecimiento y fuera de este (previando casos en que se formarán filas fuera del establecimiento de gente esperando su turno).

SALA DE ESPERA



IX. LIMPIEZA DE ESPACIOS Y DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES

Será indispensable establecer un programa de limpieza constante en las áreas de trabajo utilizando los productos de limpieza adecuados para prevenir la propagación del virus. Los laboratorios universitarios deben comprometerse a realizar rondas de limpieza y desinfección intensiva en todas las áreas y particularmente en las zonas de mayor riesgo ya sea por el alto flujo o por ser un espacio cerrado.

El área responsable de los laboratorios universitarios debe establecer comunicación abierta con el servicio de mantenimiento y limpieza de las instalaciones con respecto a los horarios y protocolos relacionados con espacios comunes , para generar en conjunto una rutina para la limpieza y desinfección a fondo antes de usar los espacios o instalaciones.

Capacitación para el manejo de sustancias sanitizantes

- Se contará con protocolos de limpieza y desinfección diaria de áreas, superficies y objetos de contacto y de uso común, que incluya lavar con agua y jabón, y desinfectar con una solución de hipoclorito de sodio al 0.5% u otra certificada para eliminar SARS-CoV-2.
 - Previo al inicio de la jornada laboral debe realizarse una limpieza exhaustiva y trabajo de sanitización y desinfección.
 - Para facilitar la limpieza los trabajadores deben mantener áreas de trabajo despejadas. Esto implica limitar la presencia de documentos, objetos personales e instrumentos de uso común sobre escritorios y otras superficies de trabajo.
 - En caso de que el establecimiento cuente con almacenes o bodegas, se deberán desinfectar de manera regular.
 - En caso de contar con elevadores, estos se deben desinfectar de manera regular múltiples veces al día considerando su demanda y uso.
- El responsable de los laboratorios debe garantizar abasto de insumos de lavado y desinfección para el funcionamiento de la misma.
 - Si se usa cloro doméstico para limpiar, se usará a una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que, por cada litro de agua, se debe agregar 4 cucharaditas (10 ml) de cloro.
 - Para apoyo de capacitación del uso de mecanismos de preparación de soluciones desinfectantes podrá consultar [las recomendaciones de la OMS](#). Se aconseja seguir las medidas aprobadas por las autoridades de salud y organismos regulatorios pertinentes.
- En caso de un caso confirmado de COVID-19 en el establecimiento, se recomienda esperar 24 horas antes de limpiar y desinfectar para minimizar la posibilidad de que otras personas y/o trabajadores se expongan.

Medidas especiales en comedores comunes

- En caso de que se cuente con comedor común, se recomienda contar con el mismo protocolo de limpieza mencionado en el inciso anterior.

- Se deberá intercalar la hora de la comida para evitar saturación de esta área. Además, será indispensable marcar espacios que pueden usarse y espacios que no se deben usar a fin de facilitar la sana distancia.
- Se deberán implementar medidas para evitar compartir utensilios de cocina entre las personas trabajadoras.
- En todo momento es necesario mantener la sana distancia.
- Las personas trabajadoras deberán lavar sus manos antes y después de ingerir alimentos.

Medidas especiales en salas de espera

- La institución debe garantizar abasto de insumos como gel antibacterial con base de alcohol al 70%, cubrebocas y careta, guantes y material de limpieza para que público usuario y personas trabajadoras puedan hacer uso del mismo en estos espacios. Previo al inicio de la jornada laboral debe realizarse una limpieza exhaustiva y trabajo de sanitización y desinfección.
- Se deben establecer rondas de limpieza constantes en estos espacios para mantener un área limpia y libre de riesgos.
- En las salas de espera, debe realizarse limpieza exhaustiva y desinfección entre cada uso. Si un grupo sale de la sala de espera se debe realizar una limpieza y desinfección antes de que ingrese otro grupo.
- Para facilitar la limpieza de estos espacios se aconseja mantener todas las superficies lo más despejadas posible.

X. SISTEMA DE VENTILACIÓN

Para la ventilación en los laboratorios universitarios, se deberán cumplir las siguientes medidas:

- Asegurar la ventilación natural de los espacios que así lo permitan: abrir puertas y ventanas para la correcta dirección del aire.
- El sistema de ventilación sólo podrá operar con recirculación de un mínimo de 30% hacia el exterior.
- Entre las estrategias de ventilación, las principales son: la dilución, los patrones de flujos de aire, la presurización, la distribución y control de la temperatura y de la humedad, la filtración y otras estrategias tales como la Irradiación Germicida Ultravioleta (UVGI).
- Mantenimiento continuo de los sistemas de aire acondicionado, incluyendo cambio de filtros de manera regular, asegurándose de la correcta colocación para evitar filtraciones de aire. Verificar si los filtros que se utilizan pueden ser cambiados por unos de mayor eficiencia.
- Los filtros deben estar apropiadamente instalados y con mantenimiento adecuado para el sistema de recirculado del aire. Los filtros deben ser diseñados adecuadamente para el edificio en que serán usados.
- Instalados correctamente, los filtros de mayor eficiencia pueden remover partículas de un tamaño relevante dependiendo de la eficiencia de captura instalada. Se deberá cumplir la norma ISO 16890-1:2016
- El sistema debe apagarse al cambiar los filtros y tomar todas las medidas de protección necesarias, como usar guantes, incluido un respirador FFP3, al aire libre y desecharlo en una bolsa sellada.
- Reducir la humedad relativa al 30% ($\pm 10\%$) en todos los espacios, para evitar la concentración de gotículas de SARS-CoV-2.
- El porcentaje mínimo de aire hacia el exterior es de 30%, con una temperatura de 24°C ($\pm 2^\circ\text{C}$).
- Revisar que no existan fugas en tuberías, ni en ninguna parte del sistema.
- Encender la ventilación a la velocidad nominal al menos 2 horas antes de la ocupación del edificio y cambiar a baja velocidad dos horas después de que se desocupe el edificio.
- En noches y fines de semana no apagar la ventilación, dejar operando a baja velocidad.
- Evitar que las personas trabajen cerca de la extracción del sistema de aire acondicionado.
- Capacitación continua al personal que opera el sistema de aire acondicionado.
- Si en el establecimiento cuenta con inodoros con tapas instaladas, lavar los inodoros con tapas cerradas, para minimizar la liberación de gotas y residuos que queden suspendidos en ese espacio. Es importante que los sellos de agua funcionen todo el tiempo. Por lo tanto, deben organizarse para que los ocupantes del edificio tengan instrucciones de usar tapas siempre cerradas.

XI. ESCALONAMIENTO DE HORARIOS Y DÍAS LABORALES

El área responsable deberá establecer una jornada laboral con medidas de escalonamiento de horarios y días de trabajo para reducir la cantidad de personas trabajadoras dentro de las universidades.

El personal administrativo, profesores o alumnos que no necesiten estar físicamente en las clases o pertenezcan a un grupo vulnerable deberá quedarse en casa y tomar clases de forma remota de manera electrónica.

Implementación de horarios escalonados

- Para las prácticas en laboratorios universitarios se deberán establecer horarios escalonados para evitar saturación de los espacios de trabajo.

XII. MEDIDAS PARA LA VIGILANCIA, SUPERVISIÓN E IDENTIFICACIÓN DE POSIBLES CONTAGIOS

Comisiones de Seguridad e Higiene:

De acuerdo con lo estipulado en la NOM-019-STPS-2011 las instituciones deben designar un comité o una persona responsable de la implementación, seguimiento y supervisión de las medidas sanitarias, las cuales son esenciales para la implementación y regreso hacia la Nueva Normalidad en el marco del COVID-19.

La Comisión de Seguridad e Higiene es el grupo encargado de dar seguimiento a la instauración de las medidas propuestas para prevenir la propagación del virus en el espacio de trabajo. De esta forma, es su responsabilidad vigilar que se cumplan las medidas de distanciamiento, sanitización y demás protocolos para evitar la propagación del COVID-19 dentro del centros de trabajo. Finalmente, es el enlace directo con la Secretaría de Salud de la CDMX, a fin de reportar continuamente el registro de personas trabajadoras con COVID-19, con lo que se busca detectar de forma oportuna posibles focos de contagio locales, y de esa forma coadyuvar para mitigar y detener la propagación de forma rápida y eficaz.

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.

Sistema de identificación de contagios en espacios cerrados

Las personas físicas o morales titulares de establecimientos mercantiles o de las actividades que conforme al color del Semáforo se encuentren operando, deberán ingresar a la página: <https://medidassanitarias.covid19.cdmx.gob.mx/> y obtener la actualización de la carta compromiso de cumplimiento de las medidas sanitarias, la cual contendrá un nuevo código QR. De no contar con registro en dicha plataforma, deberá realizarlo y obtener dicha carta.

Asimismo, deberán imprimir la carta con el código QR y colocarla en un lugar visible en la entrada de su establecimiento o lugar de su actividad, a efecto de que todas las personas que ingresen realicen el escaneo del código mediante la cámara de su equipo móvil y registre su asistencia, ingresando el número telefónico de su equipo. En caso de que las personas que no cuenten con un equipo móvil que le permita escanear el código, deberán enviar los 9 dígitos que aparecen debajo del código QR por mensaje de texto SMS al número 51515.

Este sistema permitirá identificar los casos positivos, de acuerdo con los datos del Sistema de Vigilancia Epidemiológica de Enfermedades Respiratorias (SISVER). Se notificará a las personas que hayan coincidido en ese mismo lugar y a la misma hora mediante el Servicio Público de Localización Telefónica (LOCATEL).

Las personas que sean notificadas deberán permanecer en aislamiento y recibirán seguimiento médico a través del Servicio Público de Localización Telefónica (LOCATEL).

El Instituto de Verificación Administrativa (INVEA), en coordinación con las demás autoridades competentes de la Ciudad de México, realizarán las actividades de supervisión y vigilancia a los establecimientos mercantiles y demás actividades que se encuentren operando conforme al color del Semáforo, a efecto de comprobar el cumplimiento de las presentes medidas sanitarias de protección a la salud, así como las generales y específicas establecidas para cada sector.

En caso de que en las visitas de supervisión y vigilancia se constate algún incumplimiento, la autoridad verificadora ordenará la suspensión temporal total o parcial de la actividad hasta por 3 días naturales, sin perjuicio de cualquier otra sanción que corresponda.

Rastros de contactos al interior de las universidades:

Se enviará a casa la persona que tenga síntomas originados por el virus SARS-CoV-2 (COVID-19). En caso de que presente dificultad para respirar, se deberá remitir al centro de atención médica más cercano. En caso de ser necesario, la persona con síntomas podrá ser remitida 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 supervisión:

El personal médico designado, estará a cargo de dar seguimiento junto con la Comisión de Seguridad e Higiene; o en caso contrario, las instituciones deben asignar personal dedicado al monitoreo. Con base en sus propias observaciones y las respuestas de los cuestionarios aplicados diariamente, vigilarán la sintomatología de los colaboradores. Asimismo, supervisarán las labores de limpieza y el cumplimiento de las medidas de prevención por parte de todas las personas que ingresan a las instalaciones.

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 universidad debe notificar a las autoridades correspondientes (SEDESA) 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.

XIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Gobierno de la Ciudad de México (2020). *Plan gradual hacia la nueva normalidad en la Ciudad de México*. Disponible en <https://covid19.cdmx.gob.mx/storage/app/media/plan%20gradual%20hacia%20la%20nueva%20normalidad%20en%20la%20ciudad%20de%20mexico/plangradualhacialanuevanormalidadenlaciudaddemexico20.pdf>
- Gobierno de México (2020). *Lineamiento general para la mitigación y prevención de COVID-19 en espacios públicos cerrados*. Disponible en https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/03/Lineamiento_Espacio_Cerrado_27032020.pdf
- Gobierno de México (2020). *Lineamientos Técnicos de Seguridad Sanitaria en el Entorno Laboral*. Disponible en <http://nuevanormalidad.gob.mx/files/LT-SS-EL-2020.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (2020). *Limpieza y desinfección de las superficies del entorno inmediato en el marco de COVID-19*. Disponible en <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332168/WHO-2019-nCoV-Disinfection-2020.1-spa.pdf>