



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
Facultad de Artes y Diseño



Versión aprobada por el Comité de Seguimiento el día 13 de septiembre de 2021.



Lineamientos para las actividades universitarias en el marco de la pandemia de Covid-19

Posgrado en Artes y Diseño Unidad de Posgrado

OBJETIVO

Actualizar las medidas específicas sobre promoción y protección de la salud de la comunidad universitaria, en el marco de la evolución de la pandemia de COVID-19 y de las medidas adoptadas para su contención, que deberán ser establecidas en todas las entidades y dependencias para la realización o reanudación de actividades laborales, sociales, educativas, deportivas y culturales de forma ordenada, paulatina y progresiva, procurando en todo momento la protección del Derecho Humano a la salud.

PRINCIPIOS E INDICACIONES GENERALES

Cabe señalar que para establecer las siguientes medidas se ha tomado en cuenta la estructura y particularidades de esta Casa de Estudios y las distintas disposiciones para la reapertura de las actividades económicas publicadas en el Diario Oficial de la Federación y otros medios oficiales de carácter local.

También se ha considerado la experiencia acumulada durante el último año de la pandemia de COVID-19, en particular la opinión del Comité de Expertos de la UNAM. Así mismo, *hay que señalar que dichos lineamientos han sido unificados con la Coordinación General de Estudios de Posgrado, esto con el fin de consolidar acciones entre dicha coordinación y el Posgrado en Artes y Diseño*, ya que las instalaciones son compartidas por diversos posgrados de varias facultades.

Su aplicación es de carácter obligatorio y general para todo el personal que labora y que realiza diversas actividades en la Unidad del Posgrado (personal académico y administrativo, alumnos, visitantes, proveedores, contratistas, etc.) Ante la permanencia del riesgo de infección y la necesidad de mantener una higiene permanente, se aplican los siguientes principios rectores:

- Privilegiar la salud y la vida
- Solidaridad y no discriminación
- Responsabilidad compartida

Para el retorno seguro a las actividades y con base a los anteriores postulados, en los conocimientos que indican como principal vía de transmisión del SARS-CoV-2 el contacto con un enfermo de COVID-19 y a través de los aerosoles que se generan al hablar, toser o estornudar las personas que tienen el virus ya sea de forma sintomática o asintomática, y

en los avances del plan nacional de vacunación; es importante tener presente el riesgo de infección, y atender en todo momento las siguientes indicaciones:

- Promover una adecuada ventilación y una efectiva distribución de aire interior en espacios cerrados.
- Mantener una higiene permanente y procurar realizar cuando sea posible, trabajo en casa.
- Quedarse en casa si presenta algunos de los síntomas de enfermedad respiratoria o relacionados con COVID-19.
- Atender las indicaciones médicas y cumplir todas las medidas generales de prevención y las que le sean indicadas.
- Evitar el contacto físico.
- Mantener una sana distancia (de al menos 1.8 metros) con las demás personas.
- Usar cubrebocas de forma adecuada (sobre nariz y boca), incluso al contar con una vacuna, así como otras barreras como caretas o pantallas (las caretas no sustituyen el cobre bocas).
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, o bien limpiarlas con alcohol en gel al 60% como mínimo.
- No tocarse la cara con las manos, sobre todo nariz, boca y ojos.
- Evitar tocar, en la medida de lo posible, cualquier tipo de superficie, como puede ser: barandales, puertas, muros, botones, entre otros.
- Siempre al estornudar o toser, se debe practicar la etiqueta respiratoria, que consiste en cubrirse la nariz y boca, con el ángulo interno del brazo, o cubriéndose nariz y boca con un pañuelo desechable, el cual deberá ser desechado en los contenedores asignados para dichos residuos y después lavarse las manos o desinfectarlas.
- Evitar, siempre que sea posible, el uso de elevadores. El uso de éstos estará reservado preferentemente para la utilización de personas con discapacidad o de edad mayor.
- Evitar, en la medida de lo posible, el uso de joyería y corbatas.
- No compartir materiales, instrumentos y cualquier objeto de uso individual.
- De conformidad con los Lineamientos Generales, los miembros de la comunidad universitaria tienen el deber de reportar su estado de salud al responsable Sanitario

Por otro lado, cabe mencionar que la experiencia acumulada hace innecesarias las siguientes recomendaciones:

- Filtros de ingreso
- Registros de temperatura
- Tapetes sanitarios
- Sistemas de sanitización ambiental
- Direcciones de circulación

ACCIONES PRELIMINARES

Aforo controlado y favorecer la ventilación de los espacios cerrados

DETERMINACIÓN DE AFORO Y TIEMPO DE ESTANCIA EN ÁREAS ACADÉMICAS.

(Realizando la apertura de puertas y ventanas durante el tiempo de permanencia, para evitar la concentración aerosoles).

ÁREA	AFORO MAX DIRECTRIZ DE SEGURIDAD EN ESPACIOS INTERIORES COVID-19	TIEMPO DE PERMANENCIA
SALA DE JUNTAS	5 personas	4 horas
LABORATORIO DE ESMALTES	10 personas	4 horas
LABORATORIO DE CERÁMICA	10 personas	4 horas
LABORATORIO DE DISEÑO	10 personas	7 horas
LABORATORIO DE DIBUJO	10 personas	9 horas
LABORATORIO DE PINTURA	10 personas	7 horas
AULA	10 personas	2 horas
AULA	5 personas	81 minutos
LABORATORIO DE SERIGRAFÍA	10 personas	7 horas
LABORATORIO DE GRABADO	10 personas	7 horas
LABORATORIO DE LITOGRAFÍA	10 personas	7 horas
LABORATORIO DE ARTE Y ENTORNO	25 personas	5 horas
AULA DE CÓMPUTO PC	10 personas	2 horas
AULA DE CÓMPUTO MAC	10 personas	2 horas
AULA DE COMPUTO	10 personas	2 horas
AULA DE TOTORÍAS	2 personas	3 horas
LABORATORIO DE LIBRO ALTERNATIVO	10 personas	7 horas
LABORATORIO DE ESCULTURA	10 personas	15 horas

- La infraestructura con que cuenta el Posgrado en Artes y Diseño, destinada a las actividades académicas y administrativas, se adecuará a la capacidad de afluencia respetando la sana distancia de al menos 1.8 metros.
- En todos los espacios se implementarán medidas para lograr una ventilación adecuada.
- El aforo al interior de los espacios cerrados se determinará conforme a la Guía para determinar la ventilación en espacios cerrados durante la pandemia por COVID-19.
- En las áreas destinadas a la atención de trámites (Sección Escolar y/o Educación Continua), se favorecerá la realización de estos de forma remota, y para aquellos que sea indispensable realizar en forma presencial, se tomará en cuenta la cantidad de trabajadores y personas realizándolos.
- Se instalarán barreras físicas de protección para la realización de trámites presenciales, señalamientos de sana distancia y se proveerá a los trabajadores con equipo de protección personal.
- Para realizar trámites presenciales se promoverá que sea a través de citas.
- Se realizarán trabajos a distancia, así como horarios flexibles, escalonados o modificación de turnos, procurando en la medida de lo posible que exista una distribución equitativa en la aplicación de estos esquemas entre los trabajadores involucrados.

- Se contará con dispensadores de Gel Antibacterial en los accesos a las oficinas administrativas, pasillos y puntos estratégicos, así mismo se contará con solución desinfectante a libre disposición de la comunidad.
- Se colocarán indicaciones para la utilización adecuada de escaleras y elevadores.

Aforo, ventilación y condiciones para espacios de estudio o de uso colectivo

- Se buscará en todo momento preservar distancias mínimas entre personas.
- En los accesos de áreas comunes se colocarán señalamientos que indiquen distancia mínima entre personas (1.8 m.).
- En los espacios comunes o de mayor concentración, se buscará favorecer la ventilación natural, tomando en consideración *la guía para determinar la ventilación en espacios cerrados durante la pandemia de COVID-19* (herramienta: Directriz de Seguridad en Espacios Interiores).
- Se evaluará la calidad de aire en las áreas académicas a través de sensores de CO2.
- Se colocarán dispensadores de gel, a libre disposición de la comunidad en áreas estratégicas (aulas, laboratorios, accesos a oficinas y en la entrada a cada pasillo del PAD).
- Las clases se harán en línea y sólo en caso necesario será presencial, con base en los aforos establecidos y asignando grupos para la asistencia alternada.
- Se establecerá roles para el estudiantado en caso de que deban realizar actividades presenciales, según el aforo establecido y procurando que la participación se haga por el mismo orden alfabético, alternando semanas presenciales y semanas virtuales.

Programa de capacitación

- Se mantendrá informada a toda la comunidad universitaria, a través de infografías, páginas oficiales y programas que se implementen con la Comisión Local de Seguridad (CLS) de la Unidad de Posgrado, sobre acciones y medidas para prevenir y evitar cadenas de contagio por COVID-19.

Medidas complementarias

- Dar a conocer alternativas y recomendaciones Generales en caso de sospecha o confirmación de enfermedad COVID-19
- Invitar a realizar el cuestionario de seguimiento COVID-19 (aplicación desde teléfono inteligente o equipo de cómputo a través del enlace <https://www.salud.covid19.unam.mx/> esto con el fin de identificar riesgos de contagios de infección y de complicaciones por SARS-CoV-2 entre nuestra comunidad.
- Programar en lo posible la entrada y salida de trabajadores, evitando los horarios pico.
- Incrementar las redes de contacto para enviar mensajes a las comunidades de las entidades y dependencias, para evitar el acercamiento físico.

- Se informará de manera adecuada al personal y a los estudiantes sobre la situación actual, las medidas a tomar, y las reglas a seguir.
- Se privilegiará la realización en línea, de coloquios, exposiciones y demás eventos académicos.
- Se llevará a cabo actividades en línea para fomentar comunidad en este tiempo.

PROTOCOLOS DE ACCIÓN

Limpieza frecuente y apropiada de los espacios

- Limpieza periódica de todas las áreas del PAD.
- Revisión periódica, mantenimiento preventivo y correctivo de equipos de aire acondicionado y sistemas de extracción de aire, esto con el fin de disminuir los riesgos.
- Los sanitarios y lavamanos estarán en condiciones adecuadas de limpieza y contarán con los insumos necesarios para el lavado de manos, como son: agua potable, jabón, toallas desechables o en su caso ventiladores para el secado de manos.
- Instalación de cestos especiales claramente identificados y en color rojo, en diversas áreas de la Unidad de Posgrado, claramente identificados para los desechos sanitarios como son: cubrebocas, pañuelos desechables, guantes, cepillos de dientes, chicles o colillas de cigarro (anexo).
- Dispensadores de gel desinfectante, funcionando correctamente y con el debido suministro, a disposición de toda la comunidad Universitaria.
- A los usuarios se les recomendará como medida adicional, que limpien frecuentemente las superficies de trabajo al inicio y al término de su utilización, como son: escritorios, bancas, pupitres, teclados, etc.

Verificación de aforo y ventilación de espacios

- Evitar aglomeraciones en espacios donde se realicen actividades docentes, respetando los aforos calculados y requiriendo el uso obligatorio del cubrebocas todo el tiempo, colocado correctamente sobre nariz y boca.
- Seguir las pautas de ventilación de la Guía para determinar la ventilación en espacios cerrados durante la pandemia por COVID-19.
- Realizar pausas durante el uso de los espacios, para no propiciar la concentración de aerosoles.
- Mantener puertas y ventanas abiertas para una mejor ventilación natural.

MONITOREO, CONTROL Y RESPONSABILIDADES

Administración Central

- Activar conforme al semáforo de riesgo epidemiológico y la opinión del comité de expertos, las acciones específicas en las entidades y dependencias.



- Mantener informada a la comunidad universitaria sobre la evolución de la pandemia, a través de mensajes adecuados y utilizando todos los medios a su disposición.
- Promover la realización de estudios de diagnóstico de infección en casos sospechosos (PCR, anticuerpos y determinación rápida de antígeno), y establecer un programa de seguimiento de contactos para limitar la aparición de brotes.
- Mantener los programas de atención Médica y Psicológica para la comunidad universitaria, reactivar los comités contra la violencia de género y articular la relación de estos con la Defensoría de los Derechos Universitarios, Igualdad y Atención de la Violencia de Género.
- Procurar el abasto de los insumos necesarios para que la comunidad universitaria cuente con las condiciones de trabajo adecuadas.
- Garantizar el suministro de agua potable, electricidad, servicios de cómputo y telecomunicaciones.
- Analizar y realizar ajuste en su caso de los calendarios de trámites académicos y administrativos.
- Hacer gestiones ante organismos extrauniversitarios para que se considere los plazos en la realización de trámites.

Comité de Seguimiento

Se integra por:

1. El Secretario General
2. El Secretario Administrativo
3. El Secretario de Prevención, Atención y Seguridad Universitario
4. El Director General de Personal
5. Los integrantes de la Comisión Universitaria para la Atención de la Emergencia Coronavirus
6. El Coordinador del Colegio de Directores

Sus funciones son:

- Supervisar el funcionamiento de estos lineamientos y asesorar a la Administración Central.
- Coordinar la comunicación con las entidades y dependencias universitarias a través de los responsables sanitarios.
- Consolidar las bases de datos institucionales a partir de la información provista por las dependencias, con el fin de crear un repositorio institucional de información sobre el COVID-19.
- Emitir medidas complementarias a estos lineamientos que mejoren su funcionamiento y resuelvan cuestiones no previstas.

- Fortalecer las medidas para el funcionamiento de los servicios médicos y la atención a casos sospechosos.
- Revisar continuamente los protocolos de actuación.

Directores de entidades académicas dependencias administrativas

- Mantener informada a su comunidad sobre la evolución de la pandemia a través de mensajes adecuados, utilizando todos los medios a su disposición y con mensajes específicos para sus distintas comunidades.
- Nombrar un responsable sanitario de todas las actividades señaladas en los protocolos de acción y comunicarlo al Comité de Seguimiento.
- Supervisar que en sus instalaciones se cumplan las condiciones y procedimientos señalados en estos lineamientos.
- Supervisar la operación de los programas de atención Médica y Psicológica, y las acciones contra la violencia, en especial la de género.
- Proporcionar indicaciones al personal académico y estudiantes para organizar la asistencia alternada a los espacios docentes.
- Informar al Comité de Seguimiento de cualquier incidencia en su entidad o dependencia relacionada con el funcionamiento de estos lineamientos o la emergencia sanitaria.
- Promover los principios rectores de estos lineamientos, con especial énfasis en la “No Discriminación” para las personas que hayan tenido COVID-19 o hayan convivido con algún familiar que lo tenga o haya tenido.

Administradores: Secretarios Administrativos, Delegados Administrativos o cargos equivalentes

- Determinar los aforos y las condiciones de ventilación, de los espacios establecidos para el Posgrado de Artes y Diseño.
- La Coordinación Administrativa de Estudios de Posgrado, establecerá un programa de limpieza y mantenimiento de todas las instalaciones de la Unidad de Posgrado, que propicie la limpieza continua y permanente en los lugares de trabajo, espacios de estudio y áreas comunes.
- La Unidad Administrativa de la Coordinación General de Estudios de Posgrado (Departamento de Bienes y Suministros), realiza un análisis de las necesidades de mantenimiento y suministro de insumos y material de limpieza para atender debidamente las medidas sanitarias.
- Contar con insumos suficientes y adecuados, a través de la Coordinación General de la Unidad de Posgrado, para garantizar la limpieza y mantenimiento permanente de las áreas de trabajo, tales como hipoclorito de sodio, jabón, toallas de papel desechable,

papel higiénico, depósitos suficientes de productos desechables, solución gel antibacterial (alcohol en gel al 60%) etc., así como la disponibilidad permanente de agua potable.

- Se proveerá productos sanitarios y de equipo de protección personal, conforme a lo establecido por el dictamen de la Comisiones Centrales de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Se identificará, con la ayuda de los funcionarios de cada área, al personal a su cargo en posible situación de vulnerabilidad por enfermedad o mayor riesgo de contagio, de acuerdo con las indicaciones de vulnerabilidad que emita el comité de expertos.
- Se otorgará facilidades a las personas trabajadoras en posible situación de vulnerabilidad, las facilidades para acudir a consulta con su médico familiar, para evaluación y fortalecer las medidas higiénico-dietéticas, estilo de vida y farmacológicas.
- Se autorizará de ser posible, el ingreso de trabajadores en horarios escalonados, esto con el fin de evitar los horarios pico en el transporte público, para lo cual se contará con el visto bueno del jefe inmediato.
- Establecer horarios escalonados para los trabajadores en el área de alimentos, esto con el fin de reducir los riesgos de contagio por exposición.
- En caso de ser necesario, se delegan algunas de las actividades anteriores al responsable sanitario.

Responsables sanitarios

- Verificar que se lleve a cabo la correcta implementación de todas las medidas señaladas en estos lineamientos.
- Verificar el correcto funcionamiento de los programas de limpieza.
- Mantenerse informado de las indicaciones de las autoridades locales y federales y de las comunicaciones del comité de seguimiento.

Mantener actualizada la Bitácora del Responsable Sanitario respecto de su entidad o dependencia que incluye:

- Las personas de la entidad o dependencia que pertenezcan a la población en probable situación de vulnerabilidad, de acuerdo con los criterios de vulnerabilidad que emita el Comité de Expertos.
- El seguimiento cronológico del estado de aquellas personas de su comunidad sospechosas o confirmadas por COVID-19, atendiendo la normatividad en el uso de datos personales.
- Las personas de la entidad o dependencia que no hayan sido vacunadas contra COVID-19 y las razones médicas para ello.
- Conocer la Guía para personas con sospecha de infección COVID-19 para los casos en que una persona de su comunidad manifieste síntomas de esta enfermedad.
- Las demás que le asigne el Administrador de su dependencia.



- Cuando así se requiera, por el tamaño de la comunidad, el responsable sanitario podrá tener uno o más asistentes.

Comisión local de seguridad

- La comisión Local de Seguridad, correspondiente a la Coordinación de Estudios de Posgrado, y participará con los secretarios administrativos y los responsables sanitarios en la adaptación de los lineamientos a las particularidades de cada entidad o dependencia.

Trabajadores universitarios (académicos y administrativos).

- Mantenerse informados del sistema de semáforo de riesgo epidemiológico semanal de la Ciudad de México y de las comunicaciones de la UNAM y la Coordinación General de Estudios de Posgrado.
- No acudir al trabajo o reuniones sociales con síntomas compatibles con COVID-19.
- Reportar a su entidad o dependencia: si considera que su enfermedad preexistente lo hace una persona en probable situación de vulnerabilidad, atendiendo los criterios de vulnerabilidad emitidos por el Comité de Expertos.
- Si sospecha o tiene confirmación de COVID-19, no tendrá que acudir a la entidad o dependencia, solo será necesario que su familiar realice el reporte al área de personal y al responsable sanitario de su entidad o dependencia a través de medios electrónicos.
- Indicar al responsable sanitario de su entidad o dependencia, si no ha sido vacunado contra COVID-19 y la razón médica para ello.
- Atender las indicaciones específicas para su área de trabajo, en especial las relativas al uso adecuado y obligatorio de cubrebocas y al espaciamiento seguro.
- Usar adecuadamente el Equipo de Protección Personal, atendiendo su categoría y a lo establecido en por las Comisiones Centrales de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Utilizar la ropa de trabajo de acuerdo con la categoría y funciones y de conformidad a lo previamente aprobado por las Comisiones Centrales de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Portar la credencial de la UNAM que lo identifica como trabajador.
- Evitar compartir con otras personas dispositivos y utensilios de uso personal: teléfono celular, utensilios de cocina y equipo de protección personal.
- De conformidad con los Lineamientos Generales los miembros de la comunidad universitaria tienen el deber de reportar su estado de salud al responsable Sanitario.

Estudiantes

- Mantenerse informado del sistema de semáforo de riesgo epidemiológico semanal y de las comunicaciones de la UNAM y su entidad académica de acuerdo a la ubicación



de la entidad o dependencia para la que realiza sus estudios o actividades relacionadas con los mismos.

- Asistir a las instalaciones de su entidad de acuerdo con las indicaciones de las autoridades de la misma respecto a la forma y dinámicas que permitan respetar el aforo seguro.
- No acudir a actividades académicas o reuniones sociales con síntomas compatibles con COVID-19, para no ser un riesgo de potencial contagio para otras personas.
- Reportar a escuela, facultad o entidad de adscripción:

Si considera que su enfermedad preexistente lo hace una persona en probable situación de vulnerabilidad, atendiendo los criterios de vulnerabilidad emitidos por el Comité de Expertos.

Si sospecha o tiene confirmación de COVID 19, el estudiante no deberá acudir a la entidad, solo será necesario que de forma remota o por medio de un allegado realice el reporte al jefe de carrera y al responsable sanitario de su entidad a través de medios electrónicos.

Indicar al responsable sanitario de la entidad de su adscripción, si no ha sido vacunado contra COVID-19 y la razón médica para ello.

- Atender las indicaciones específicas para el espacio universitario en que desarrolle actividades, en especial las relativas al uso adecuado y obligatorio de cubrebocas y al espaciamiento seguro.
- Portar la credencial de la UNAM que lo identifica como estudiante.
- Evitar compartir con otras personas dispositivos y utensilios de uso personal: teléfono celular, utensilios de cocina y equipo de protección personal.
- De conformidad con los Lineamientos Generales los miembros de la comunidad universitaria tienen el deber de reportar su estado de salud al responsable Sanitario.

Visitantes

- Atender las indicaciones específicas, en especial las relativas a mantener una sana distancia (de al menos 1.8 metros) con las demás personas, uso de cubrebocas de forma obligatoria (sobre nariz y boca), y lavado de manos frecuente con agua y jabón, o bien su limpieza con gel (con un contenido de alcohol mínimo de 60%).

Todas las personas en las instalaciones universitarias

- Atender todas las indicaciones básicas establecidas en estos lineamientos y las establecidas por el personal a cargo de la ejecución de estos.



- Usar cubrebocas de forma obligatoria y adecuada (sobre nariz y boca), mantener una sana distancia (de al menos 1.8 metros) con las demás personas, y lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, o bien limpiarlas con gel (con un contenido de alcohol mínimo de 60%).

Responsable sanitario de la Facultad de Artes y Diseño:

- Act. Gerardo López Alba
- División de Estudios Profesionales
- Facultad de Artes y Diseño
- Correo electrónico: division.estudios@fad.unam.mx
- Tel. 5489 4924 Ext. 156

Responsable sanitario de la Coordinación General de Estudios de Posgrado:

- Mtro. Rafael Avilés Salís
- Jefe de la Unidad Administrativa
- Coordinación General de Estudios de Posgrado
- Tel. 55-5623-7053 Ext. 80219 Cel. 55-5068-0526

INFOGRAFÍAS, SEÑALAMIENTOS, CESTOS Y DISPENSADORES, COLOCADOS EN LA UNIDAD DE POSGRADO POR LA COORDINACIÓN GENERAL DE ESTUDIOS DE POSGRADO.

Ejemplo de infografías:

RECOMENDACIONES GENERALES

En el Posgrado NOS CUIDAMOS TODOS

Recomendaciones para prevenir el COVID-19

- Lava tus manos constantemente con agua y jabón o gel antibacterial con base alcohol al 70%
- Al toser o estornudar, cubre la nariz y boca con la parte interna del codo o con un pañuelo de papel, deséchalo inmediatamente y lávate las manos
- Mantén la sana distancia (1.5 m)
- Evita tocarte la nariz, la boca y los ojos
- Utiliza cubrebocas si sales o estás en contacto con otras personas
- Si tienes una infección respiratoria o malestar leve, reposa en casa

Si presentas síntomas como fiebre, fatiga, dificultad respiratoria, entre otros:

- Ante un la pérdida de salud al Responder al Síndrome de Gripe Asegurada, siempre consulta con tu médico para que te asesore en los procedimientos para los cuidados en casa y realice el seguimiento de la evolución de la enfermedad.
- Acude inmediatamente a recibir atención médica. Alumno - Brindado Médico IMSS.
- Personal UNAM - Brindado Médico ISSSTE.
- Contacta a la Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria (UIES) al 800 00 44 900.

UNAM POSGRADO

CESTO ESPECIAL PARA RESIDUOS SANITARIOS



DISPENSADORES DE GEL



MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

- USO OBLIGATORIO DE CUBREBOCA
- USO OBLIGATORIO DE DISPENSADOR HIGIENICO
- MANTENGA UNA DISTANCIA SEGURA AL MENOS DE 1.5 M.
- OBLIGATORIO LAVARSE LAS MANOS
- EVITE TOCARSE LA CARA
- EVITE EL CONTACTO
- TOSA O ESTORNUDA EN EL PLIEGUE DEL CODO O EN UN PAÑUELO
- QUEDESE EN CASA SI ESTA ENFERMO

¿QUÉ HACER?

¿Qué hacer en caso de sospecha o confirmación de COVID-19?

Síntomas

- Dificultad para respirar o sensación de falta de aire.
- Dolor intenso o presión en el pecho.
- Incapacidad para hablar o moverse.
- Dolor de cabeza.
- Catarro.
- Congestión extrema.
- Dolor de garganta.
- Tos seca.
- Fiebre.
- Molestias o dolor en amigdalas de brazos y piernas.
- Diarrea.
- Dolor abdominal.
- Conjuntivitis.
- Pérdida del sentido del olfato o del gusto.
- Erupciones o rash en la piel.

Sospecha

Si no presentes alguno de los 2 primeros síntomas de forma grave, deberás:

1. Permanecer en casa hasta completar 14 días.
2. No asistir a la universidad ni salir al exterior.
3. Llevar a cabo todas las medidas necesarias de protección e higiene.

Confirmación

Si presentas síntomas de COVID-19 y ya confirmas el diagnóstico con prueba positiva en el estudio de laboratorio, deberás:

1. Permanecer en casa, aislado y favorecer la ventilación del área donde haya compartido 14 días.
2. Realizar todas las recomendaciones de protección, higiene e higiene.
3. Registrar a las autoridades cuando las autoridades sanitarias lo indiquen.

Para ambos casos, deberás:

- Avisar de tu estado de salud al Responsable Sanitario al correo electrónico: aspsocovid@posgrado.unam.mx, éste te avisará las recomendaciones para los cuidados en casa y realizará el seguimiento de la evolución de tu enfermedad.
- Acudir inmediatamente a recibir atención médica: alumnado - Unidades Médicas IMSS, personal UNAM - Unidades Médicas ISSSTE.
- Contactar a la Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Contacto (UIE) al 800 00 41 800.

En el posgrado nos cuidamos todos

TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS

TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS

Antes de ir a clase o salir a cualquier actividad pública debes lavarte las manos.

En el Posgrado nos cuidamos todos

¡QUE SEA COMO UNO DE LOS SIGUIENTES EJEMPLOS!

¡CUIDATE Y CUIDATE A TU ALREDEDOR!

UTILIZACIÓN DE ELEVADOR

En el posgrado nos cuidamos todos

Recomendaciones para prevenir el contagio de COVID-19

- Mantén la sana distancia •
- Evita usar el elevador con más de dos personas •
- Favorece el uso del elevador a quien realmente lo necesite •

Si presentas síntomas como fiebre, fatiga, dificultad respiratoria, entre otros:

1. Avisa de tu estado de salud al Responsable Sanitario al correo electrónico: aspsocovid@posgrado.unam.mx, éste te avisará las recomendaciones para los cuidados en casa y realizará el seguimiento de la evolución de tu enfermedad.
2. Acude inmediatamente a recibir atención médica: alumnado - Unidades Médicas IMSS, personal UNAM - Unidades Médicas ISSSTE.
3. Contacta a la Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Contacto (UIE) al 800 00 41 800.