

LINEAMIENTOS PARA EL REGRESO A LAS ACTIVIDADES EN EL INSTITUTO DE CIENCIAS APLICADAS Y TECNOLOGÍA EN EL MARCO DE LA PANDEMIA POR LA COVID-19

I. PRESENTACIÓN

Estos lineamientos tienen como objetivo establecer las medidas específicas sobre promoción y protección de la salud de la comunidad del Instituto en el marco de la evolución de la pandemia de COVID-19 y de las medidas adoptadas para su contención, que deberán ser implementadas y acatadas por la comunidad del ICAT, a partir de la reanudación de actividades laborales, y educativas de forma ordenada, paulatina y progresiva, procurando en todo momento la protección del derecho humano a la salud.

II. PRINCIPIOS E INDICACIONES GENERALES

La aplicación de estos lineamientos es de carácter obligatorio y general para toda la comunidad del ICAT. Se basan en los siguientes principios rectores:

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

Con base en los anteriores postulados, en los conocimientos que identifican como principal vía de transmisión del SARS-CoV-2 el contacto directo con un enfermo de COVID-19 y a través de los aerosoles que generan al hablar, toser o estornudar las personas que tienen el virus ya sea de forma sintomática o asintomática, y en los avances de plan nacional de vacunación; es importante tener presente la permanencia del **riesgo de infección**, la necesidad de mantener una **higiene** permanente y de procurar realizar, cuando sea posible, **trabajo en casa**.

La Comunidad del ICAT, así como la de los visitantes (colaboradores, proveedores, contratistas, mensajeros, etc.), que accedan a las instalaciones del Instituto deberá atender en todo momento las siguientes indicaciones:

- Usar cubrebocas de forma adecuada (sobre nariz y boca), incluso al contar con vacuna. En espacios abiertos, en exteriores donde se pierda la sana distancia.
- Promover una adecuada ventilación en espacios cerrados.
- Completar los esquemas de vacunación contra el COVID-19.
- Quedarse en casa si presenta síntomas de enfermedad respiratoria o relacionados con COVID-19.
- Procurar atención médica y de laboratorio para confirmar el diagnóstico y para limitar la aparición de brotes.
- Atender las indicaciones médicas y cumplir todas las medidas de prevención que le sean indicadas.

- Al toser, cubrirse nariz y boca con el ángulo interno del brazo o con un pañuelo desechable. Deberá desechar este último de manera apropiada
- **Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón**, o bien limpiarse las
- Promover una adecuada ventilación y una efectiva distribución del aire interior en espacios cerrados.
- Evitar el uso del elevador. El uso de este estará reservado, preferentemente, para personas de la tercera edad o con alguna discapacidad motriz. El uso del elevador deberá ser de manera individual, en casos necesarios (personas que requieran de un acompañante) podrá ser ocuparlo por un máximo de tres personas por recorrido, en todo momento se deberá de utilizar el cubrebocas adecuadamente.

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

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

III. **ACCIONES PRELIMINARES**

Determinación del aforo y condiciones de los espacios cerrados

El ingreso al Instituto deberá de ser rigurosamente por el acceso principal, respetando una distancia mínima de 1.80 m entre cada individuo, deberán aplicarse gel antibacterial en las manos antes de teclear la clave de acceso al instituto y portar cubrebocas obligatorio en todo momento, no deberán de existir aglomeraciones en el acceso principal al instituto (para lo que se colocarán marcas en la zona de ingreso al Instituto) ni deberán entablarse conversaciones sin respetar la distancia mínima de 1.80 m. En la etapa inicial de regreso a las actividades se retirarán las listas de asistencia para académicos y alumnos que se colocan en la entrada del Instituto. En el reloj checador para el personal de base se deberá respetar siempre la distancia mínima de 1.8 m.

En los pasillos y escaleras no estará permitido entablar conversaciones, las reuniones deberán de ser, preferentemente, remotas y en el caso de reuniones presenciales se deberá procurar que exista el número mínimo de personas, ventilando el espacio de la reunión y respetando la distancia mínima antes recomendada. En todos los casos se deberá optar por

realizar conversaciones por vía telefónica o virtual y evitar las conversaciones y reuniones presenciales.

Cada coordinador de grupo académico o funcionario del Instituto deberá analizar las condiciones de sus espacios de trabajo para determinar su capacidad de aforo, **Favoreciendo en todo momento la ventilación de los espacios, e implementando las medidas para lograr una ventilación adecuada.**

En particular, para la atención de trámites se deberá propiciar la realización de estos de forma remota. Para aquellos que sea indispensable realizar en forma presencial, se deberá tomar en cuenta la cantidad normal de trabajadores y personas realizando trámites y se proveerá a los trabajadores con equipo de protección personal, que consistirá en un kit de dos cubrebocas lavables, careta (en caso de comprometerse a usarla) y guantes, se instalarán barreras físicas de protección donde sea posible, **los espacios deberán permanecer en todo momento ventilados.**

En el caso de áreas de trabajo donde no sea posible garantizar la sana distancia entre trabajadores, se podrá optar por el trabajo a distancia, horarios escalonados, modificación de turnos, horarios flexibles u otros esquemas que eviten concentraciones de personal en las instalaciones. Se procurará, en la medida de lo posible, que exista una distribución equitativa en la aplicación de estos esquemas entre los trabajadores involucrados. Se colocarán de forma estratégica en distintos puntos de las áreas de trabajo dispensadores con gel y con solución desinfectante a base de cloro a libre disposición de la comunidad, **en estos espacios se deberá de mantener ventanas abiertas que favorezcan la ventilación de los espacios**

Aforo y condiciones para espacios de estudio o de uso colectivo

El aforo en el auditorio deberá de ser del 50% de su capacidad, marcando las sillas que no deberán utilizarse para lograr una distancia mínima entre los asistentes de 1.8 m. Antes de cada ingreso los asistentes y los ponentes deberán de aplicarse gel antibacterial y portar de forma obligatoria y correcta el cubrebocas. Siempre que sea posible se preferirá la realización de eventos remotos, se desincentivará la realización de eventos presenciales en el auditorio. Cuando este se utilice **todas las ventanas deberán permanecer abiertas para favorecer una adecuada ventilación.**

El aforo de los espacios de estudios como aulas, salones de seminario y biblioteca, deberán de ser reducidos a un 50% de su capacidad y cada responsable de los laboratorios deberá determinar su aforo seguro, buscando siempre preservar distancias seguras y **mantener ventilados los espacios.**

En el acceso a áreas comunes: baños, vestidores, casilleros, comedores y sala académica se colocarán marcas en lugares apropiados que indiquen la distancia mínima entre personas, en el caso de los comedores se deberán evitar aglomeraciones de personas, el usuario deberá de limpiar el espacio, la silla y la mesa antes y después de utilizarlos, así como las botoneras de los hornos de microondas y los utensilios utilizados, **se deberá de permanecer abierta la puerta de acceso y ventanas para ventilar al máximo estos espacios.** En la etapa inicial lo recomendable es no utilizar los comedores y permanecer el mayor tiempo posible en su espacio de trabajo.

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 por COVID-19**.

Se colocarán de forma estratégica en distintos puntos de las áreas de circulación dispensadores de gel a libre disposición de la comunidad.

Cada coordinador de grupo académico deberá entregar a la Secretaría Administrativa un listado de académicos, estudiantes y visitantes que acuden al laboratorio a su cargo, para saber cuánta gente estará ingresando al instituto, preferentemente especificando si las personas que ingresan pertenecen a algún grupo de riesgo.

Se establecerán roles para la asistencia de los estudiantes a actividades presenciales y para el uso de laboratorios experimentales. En los laboratorios y grupos en los que haya estudiantes trabajando, en todo momento deberá estar presente un académico responsable de supervisarlos al interior del ICAT.

Los cursos curriculares se impartirán de forma remota durante todo el semestre 2021-1. En el caso en que sea estrictamente necesario realizar labores docentes presenciales, y con base en los aforos establecidos, la lista de integrantes a cada grupo de docencia se partirá, asignando la asistencia alternada para los estudiantes según la partición adoptada. Para favorecer la organización para la impartición de cursos, se procurará que la división se haga por orden alfabético. De acuerdo con lo anterior, se podrán programar todas las actividades docentes para que los estudiantes puedan tener semanas presenciales y semanas virtuales.

Programa de capacitación

Se deberá estar atento al programa de capacitación para toda la comunidad que implementará la UNAM, acerca de las acciones y medidas para prevenir y evitar cadenas de contagio por COVID-19. Los elementos básicos para este programa serán provistos por el Comité de Seguimiento de la UNAM.

Medidas complementarias

El servicio médico más cercano es La Dirección General de Servicios Médicos, ubicado a un costado de la Alberca de C.U., frente a la Facultad de Arquitectura.

Programar, de ser posible, la entrada y salida de trabajadores en horarios escalonados para evitar los horarios pico en el transporte público.

Organizar redes de contacto a través de redes sociales o correo electrónicos para enviar mensajes a las comunidades de las entidades y dependencias.

IV. PROTOCOLOS DE ACCIÓN

Guía para la limpieza de espacios universitarios

Limpieza apropiada de los espacios.

Se deberán de realizar la limpieza continua y permanente en los lugares de trabajo, espacios de estudio y áreas comunes, tal y como lo establece la **guía para la limpieza de espacios universitarios, versión del 31 de agosto de 2021**.

1. Utilizar guantes, uniforme en su caso la ropa de trabajo para realizar la limpieza (utilice cubrebocas y en caso de ser necesario proteja también los ojos).
2. Limpiar los espacios y las superficies que se tocan con más frecuencia con agua y jabón o limpiadores apropiados para cada superficie (mesas, escritorios, manijas, interruptores de luz, teléfonos, teclados, inodoros, grifos, lavabos, etc.).
3. Realice la VENTILACIÓN adecuada de los espacios, con base en la “Guía para la ventilación en espacios cerrados durante la pandemia COVID-19”
4. Lavar y desinfectar las manos inmediatamente después de quitarse guantes.

La limpieza se llevará a cabo de manera periódica en todas las áreas de trabajo. Esto incluye la limpieza de superficies y objetos de uso común en oficinas, salones, sanitarios, sitios cerrados, transportes, elevadores, escaleras, centros de reunión, etc. Se concientizará al personal académico, estudiantes y trabajadores administrativos para que apoyen en el mantenimiento de la limpieza de sus lugares de trabajo. En este sentido, se recomienda a los usuarios que limpien de manera frecuente las superficies de trabajo (escritorios, bancas, pupitres, sillas, teclados de computadoras, mesas de laboratorio, equipos, etc.) al inicio y término de su utilización.

Los sanitarios y lavamanos deberán estar siempre en condiciones adecuadas de limpieza y contar con los insumos necesarios para el lavado de manos: agua potable, jabón y toallas de papel desechable o, en su caso, ventiladores para el secado de manos, así como instalar despachadores de gel antibacterial en cada núcleo sanitario.

Cada laboratorio deberá de contar con medidas de limpieza, higiene y seguridad complementarias a las ya indicadas en sus reglamentos de seguridad internos, bolsas de plástico adecuadamente identificadas exclusivas para desechos, tales como cubrebocas, guantes o el papel utilizado en estornudos

En el caso de los laboratorios que cuenten con sistemas de extracción o acondicionamiento de aire, se deberá realizar la revisión periódica de su funcionamiento con énfasis en el estado de sus filtros y no operarlos en el modo de recirculación de aire.

Recomendaciones:

- Utilice la cantidad recomendada para limpieza que se marca en la etiqueta del producto.
- Etiquete las soluciones de limpieza diluidas.
- Almacene y use los productos químicos fuera del alcance de menores y mascotas.
- Nunca debe ingerir, beber, respirar o inyectarse estos productos en el cuerpo ni aplicarlos directamente sobre la piel ya que pueden provocar daños graves.
- Para artículos electrónicos, siga las instrucciones del fabricante para su limpieza, utilice toallitas a base de alcohol o un paño que contengan una solución con al menos un 60 % de alcohol y seque la superficie por completo

Verificación de aforo y ventilación de espacios

En el caso de las aulas de docencia, seminarios y auditorio, se deben evitar aglomeraciones y, además:

- Requerir el uso de **cubre bocas** todo el tiempo, colocado de manera adecuada (sobre nariz y boca). No podrán tener acceso al espacio quienes no lo porten.
- Respetar los aforos calculados.
- Mantener abiertas las ventanas para y las puertas de los pasillos para permitir la ventilación cruzada en los espacios.
- Procurar pausas durante el uso de los espacios para no propiciar la concentración de aerosoles.

V.- Tareas y responsabilidades:

Director: Dra. María Herlinda Montiel Sánchez

Mantener informada a su comunidad sobre la evolución de la pandemia, 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, con apoyo del Responsable Sanitario y sus auxiliares, 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, con apoyo de las secretarías Administrativa y Académica, indicaciones al personal académico y estudiantes para organizar la asistencia alternada a los espacios docentes.

Informar al Comité de Seguimiento de cualquier incidencia en la 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: Lic. Norma Angélica Cuevas Trejo

Determinar los aforos y condiciones de operación de los espacios a su cargo.

Establecer el programa de limpieza del Instituto, que propicie la limpieza continua y permanente en los lugares de trabajo, espacios de estudio y áreas comunes.

Contar con insumos suficientes y adecuados, para garantizar la limpieza 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 a base de alcohol al 60%, así como la disponibilidad permanente de agua potable, en coordinación con el Secretario Técnico.

Proveer productos sanitarios y de equipo de protección personal, a los trabajadores conforme a lo establecido por el dictamen de las Comisiones Mixtas Permanentes de Seguridad y Salud en el Trabajo a las personas trabajadoras.

Identificar, con la ayuda de los funcionarios de cada área, al personal a su cargo para determinar al personal en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo de contagio.

Otorgar a las personas trabajadoras en situación de vulnerabilidad, las facilidades para acudir a consulta con su médico familiar, para evaluar su control y fortalecer las medidas higiénico-dietéticas, estilos de vida y farmacológicas.

Autorizar, de ser posible, el ingreso de trabajadores en horarios escalonados para evitar los horarios pico en el transporte público.

Establecer horarios escalonados para los trabajadores en los comedores y vestidores para reducir el riesgo de exposición, se recomienda hacer uso de los comedores solo para calentar la comida y retirarse del área.

Delegar algunas de estas actividades en el responsable sanitario del ICAT.

Responsables sanitarios Coordinador: Arq. Luis Felipe González Valdemar

Constatar 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.

Mantener actualizada la Bitácora Sanitaria de su entidad o dependencia que incluya:

Las personas de la entidad o dependencia que pertenezcan a la población en situación de vulnerabilidad de acuerdo con los criterios de vulnerabilidad que emita el Comité de Expertos.

Las personas de la entidad o dependencia que no hayan sido vacunadas contra COVID-19 y las razones médicas para ello.

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.

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.

Comisiones locales de seguridad del ICAT.

Participar, conjuntamente con el Secretario Administrativo y los Responsables Sanitarios, en la aplicación de estos lineamientos a las particularidades de su entidad y dependencia.

Trabajadores universitarios (académicos y administrativos)

Mantenerse informados del sistema de semáforo de riesgo epidemiológico semanal y de las comunicaciones de la UNAM, es especial las de la Coordinación de la Investigación Científica que serán transmitidas por el Director.

Portar la credencial de la UNAM que lo identifica como trabajador, administrativo de base, académico o funcionario.

Cumplir a cabalidad los presentes lineamientos.

No acudir al trabajo o reuniones con síntomas compatibles con COVID-19, para no ser un riesgo de potencial contagio para otras personas.

Reportar a las autoridades del ICAT:

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 trabajador no deberá acudir a la entidad o dependencia, solo será necesario que un familiar o el propio trabajador, realice el reporte al área de personal y al responsable sanitario de la entidad a través de medios electrónicos.

Atender las indicaciones específicas para su área de trabajo, en especial las relativas al espaciamiento seguro, así como las medidas de higiene y limpieza recomendadas líneas arriba.

Ingresar y salir de forma ordenada de la dependencia, por el acceso principal.

Utilizar la ropa de trabajo de acuerdo con la categoría y funciones, de conformidad a lo previamente aprobado por la Comisión Mixta Permanente de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Usar adecuadamente el Equipo de Protección Personal, atendiendo su categoría y a lo establecido por la Comisión Mixta Permanente de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Evitar compartir con otras personas dispositivos y utensilios de uso personal: teléfono celular, utensilios de cocina, equipo de protección personal, papelería.

Estudiantes

Mantenerse informado del sistema de semáforo de riesgo epidemiológico semanal de la Ciudad de México y de las comunicaciones de la UNAM y su entidad académica o programa de posgrado, que serán transmitidas por el Secretario Académico del ICAT.

Asistir a las instalaciones del ICAT de acuerdo con las indicaciones de las autoridades de la misma respecto a la forma y dinámicas que permitan respetar el aforo seguro y cumplir a cabalidad estos lineamientos.

No acudir a actividades académicas o reuniones sociales con síntomas compatibles con COVID-19, para no ser un riesgo de potencial de contagio para otras personas.

Reportar a las autoridades del ICAT:

Si forma parte de un grupo de población en situación de vulnerabilidad.

Si sospecha o tiene confirmación de COVID-19. En estos casos, el estudiante no deberá acudir a la entidad, solo será necesario que realice el reporte a su tutor o asesor a través de medios electrónicos, por vía telefónica o a través de una persona allegada.

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, en especial las relativas al espaciamiento seguro, así como las medidas de higiene y limpieza recomendadas líneas arriba.

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, equipo de protección personal, papelería.

Visitantes

Atender las indicaciones específicas, en especial las relativas a mantener una **sanadistancia** (de al menos 1.8 metros), con las demás personas, uso de **cubrebocas** de forma obligatoria y adecuada (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%), durante todo el tiempo que permanezca la interior de la dependencia.

Todas las personas en las instalaciones del ICAT

Atender las indicaciones del personal a cargo de la ejecución de estos lineamientos.

Usar cubrebocas de manera obligatoria, de forma adecuada, guardar la sana distancia (1.8 m como mínimo), lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, o bien limpiarlas con gel (con un contenido de alcohol mínimo de 60%), promover la ventilación de los espacios en los que se encuentren, evitar conversaciones en voz alta, mantener una adecuada higiene de sus espacios de trabajo.

ANEXO

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

GUÍA PARA PERSONAS CON SOSPECHA DE INFECCION COVID-19

1. En las condiciones actuales, es muy probable que tengas la enfermedad COVID-19 si presentas tres o más los siguientes signos o síntomas: fiebre, tos, debilidad general/fatiga, dolor de cabeza, dolor muscular, dolor de garganta, congestión nasal, falta de aire o dificultad para respirar, voz ronca, falta de apetito/náuseas/vómitos, diarrea o estado mental alterado, debes suponer que has contraído la enfermedad y por tanto deberás aislarte en un cuarto separado de los demás* y vigilar tu evolución clínica. Pasados 7 días de la aparición de los síntomas, puedes realizarte una prueba rápida de antígenos: si es negativa, podrás reincorporarte a tus actividades, siempre y cuando tu condición física sea favorable; si la prueba es positiva, deberás esperar otros 5 días para reiniciar actividades. Si no es posible hacer alguna prueba, después de completar el séptimo día de aislamiento y, si tu estado de salud es favorable, podrás reincorporarte a tus actividades con estricto cumplimiento de las precauciones generales (uso de cubrebocas, sana distancia, higiene de manos, evitar aglomeraciones, procurar espacios ventilados).
2. Si te confirmaron el diagnóstico de infección COVID-19 con alguna prueba positiva realizada en casa o en laboratorio, no debes presentarte a clases o laborar para evitar la transmisión de la enfermedad a otras personas. Deberás permanecer aislado durante 7 días contados a partir del primer día de síntomas o de la fecha de la prueba positiva, en un cuarto separado de los demás*. Si no presentaras síntomas después de este periodo de 7 días, podrás reincorporarte a tus actividades. En estos casos no es necesario hacer pruebas adicionales para reincorporarse a las actividades.
3. Desde el primer día de aparición de síntomas, le debes comunicar a las personas con las que estuviste en contacto los últimos 3 días que es probable que estés cursando COVID-19. Ellas deben vigilar la posible aparición de síntomas y avisar a sus contactos cercanos. Las personas asintomáticas no deben hacerse pruebas de ningún tipo antes del tercer día posterior al contacto con alguien positivo a COVID.
4. Dentro de tu casa debes mantener la sana distancia con las personas con las que cohabitas (mínimo 2 brazos extendidos) y mantener una adecuada ventilación con puertas y ventanas abiertas durante el día (de ser posible, colocar un ventilador apuntando hacia alguna de las ventanas). Es recomendable que solo una persona se

encargue de tu cuidado, la cual debe estar sana, idealmente vacunada, y mantener poco contacto con los demás habitantes de tu hogar o del exterior.

5. Si estás enfermo, tú y la persona cuidadora deben usar cubrebocas, mantener la etiqueta respiratoria, lavarse las manos con frecuencia, limpiar las superficies y objetos de uso frecuente (apagadores, jaladeras de cajones, bordes de sillas y mesas, manijas, controles remotos y aparatos), con los limpiadores convencionales que utilicen en casa, no compartir platos, vasos ni objetos de aseo personal. Los trastes de la comida y la ropa deben lavarse de forma habitual.
6. Para fines de vigilancia epidemiológica, es necesario que reportes tu caso mediante un mensaje de texto vía celular al 51515, donde te darán recomendaciones dependiendo de la situación. También puedes acudir a la unidad médica que te corresponde, para recibir atención.
7. Si padeces alguna otra enfermedad, no debes suspender tus medicamentos habituales. Con la enfermedad COVID-19 no es conveniente automedicarse. No se deben usar medicamentos que no tienen utilidad contra la enfermedad leve (antigripales, azitromicina, ivermectina, antibióticos, dexametasona, anticoagulantes). Cualquier otro medicamento debe utilizarse bajo supervisión médica.
8. Para protección de la Comunidad Universitaria, deberás informar tu estado de salud al Responsable Sanitario de tu entidad o dependencia vía electrónica o telefónica, para que, de manera confidencial registre la información y dé seguimiento.
9. El Responsable Sanitario te enviará las recomendaciones para los cuidados en casa (material proporcionado por el PUIS, UNAM**).

DATOS DE ALARMA PARA ACUDIR A SOLICITAR ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA

En caso de presentar fatiga, falta de aire y/o dificultad para respirar, dolor torácico o presión en el pecho, confusión, incapacidad para hablar o moverte, coloración azulada en los labios o los dedos de pies o manos, deberán llamar al 911 o llevarte inmediatamente a recibir atención médica:

- **Alumnas y alumnos: Unidades médicas IMSS**
- **Personal académico y administrativo: Unidades Médicas**

ISSSTE En caso de dudas llamar a:

- **LOCATEL 55 5658-1111**
- **Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria 800 0044 800**

