



# Protocolo para el regreso a las actividades en el ICML-UVES

**COVID-19**

agosto, 2020



# Directorio

**INSTITUTO DE CIENCIAS DEL MAR Y LIMNOLOGÍA**

**UNIDAD DE VINCULACIÓN Y EDUCACIÓN DEL SURESTE  
CD. DEL CARMEN, CAMPECHE**

**Dr. Carlos Jorge Robinson Mendoza**

**Director**

**55 56 22 58 08**

**55 56 22 57 71**

**[direccion@cmarl.unam.mx](mailto:direccion@cmarl.unam.mx)**

**Dr. Mario Alejandro Gómez Ponce**

**Jefe de la Estación El Carmen**

**938 3831 846**

**Ext. 104**

**L.C. Tabata Esbeyde Hernández Galindez**

**Secretaria Administrativa**

**55 56 22 57 74**

**55 56 22 57 75**

**[icmlad@cmarl.unam.mx](mailto:icmlad@cmarl.unam.mx)**

**LC. Rodolfo V. Linaldi Laureano**

**Delegado Administrativo**

**938 11 22 835**

**Ext. 113**

**[uvesdeleg@cmarl.unam.mx](mailto:uvesdeleg@cmarl.unam.mx)**

# Tabla de contenido

1. Introducción .....	4
2. Lineamientos generales .....	5
3. Consideraciones generales para el personal que acuda a las instalaciones.....	6
4. Protocolo de ingreso y salida de las instalaciones.....	6
5. Protocolo de permanencia en las instalaciones.....	7
6. Aseo de espacios .....	9
7. Protocolo ante casos sospechosos de contagio .....	9
8. Cursos de capacitación .....	10
9. Avisos a la comunidad .....	11
10. Referencias.....	11
11. Anexo 1. Fotografías de Oficina Administrativa, Auditorio y Salones.....	13
12. Anexo 2. Bitácora de seguimiento al personal con sospecha de haber contraído la Covid-19.....	16

# 1. Introducción

Estos lineamientos tienen como objetivo establecer las medidas específicas sobre promoción y protección de la salud de la comunidad universitaria que deberán ser implementadas en la Unidad de Vinculación y Educación del Sureste "Mtro. Justo Sierra Méndez" en la 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.

Para lograr un retorno a las actividades laborales que sea seguro, responsable y confiable, y en concordancia con las recomendaciones de la UNESCO Respuesta del ámbito educativo al COVID 19. Preparación para la reapertura de las escuelas, la UNAM regresará a sus actividades no escolares en forma disminuida, gradual y diferenciada **10 días hábiles después de que el semáforo sanitario municipal o estatal se encuentre en amarillo.**

Los directores de las entidades académicas y dependencias administrativas establecerán, desde el inicio de la fase amarilla y previo a la reapertura, todas las medidas de prevención y seguridad anunciadas y consensuadas con las comisiones locales de seguridad y de conformidad con el documento Lineamientos generales para el regreso a las actividades universitarias en el marco de la pandemia, aprobados el 12 de noviembre de 2021.

Invitamos a la comunidad del ICML-UVES, a participar en este ejercicio.

Basado en la Versión del Protocolo para el regreso a las actividades en el ICML aprobado por el Comité de Seguimiento el día 26 de agosto de 2020. Y actualizado de conformidad a los nuevos Lineamientos.

**Versión aprobada por el Comité de Seguimiento el día 29 de septiembre de 2021.**



## 2. Lineamientos generales

Es recomendable quedarse en casa si:

### A) Formas parte de los grupos de riesgo



Personas de  
+ de 65  
años



Embarazadas



Niñ@s menores  
de 5 años

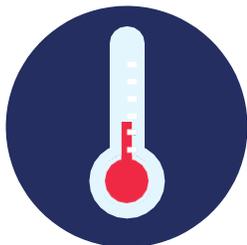


Personas con  
obesidad  
o  
sobrepeso

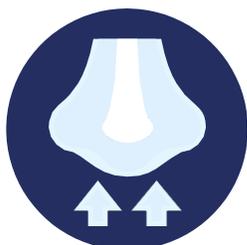


Personas con  
enfermedades  
inmunodepresivas,  
crónicas, cardíacas,  
pulmonares, renales,  
hepáticas, sanguíneas  
o metabólicas

### B) Presentas síntomas asociados con enfermedades respiratorias o COVID-19



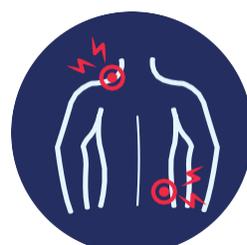
Fiebre  
(mayor de 37.8  
°C)



Pérdida del  
olfato y  
gusto



Tos



Malestar y/o  
dolor de  
cuerpo



Dolor de cabeza



Dolor de garganta



Congestión nasal



Diarrea



Fatiga



Falta de aire  
(gravedad)

### C) Las características de tu trabajo te permiten realizarlo de manera remota (home office)



### 3. Consideraciones generales para el personal que acuda a las instalaciones

---

Académicos, administrativos y estudiantes (becarios, servicio social, tesis, posdoctorado) deberán atender las siguientes recomendaciones:

- Evita la presencia de acompañantes. En caso de requerirlo deberán cumplir con los lineamientos establecidos en el Protocolo de permanencia en las instalaciones.
- No están permitidos los visitantes.
- En caso de recibir documentación o paquetería, esta se recibirá en la entrada del instituto.
- Si debes usar el transporte público, es recomendable no hacerlo en "horas pico", y establecer un horario de trabajo de 11:00 a 17:00 h. En el caso de la comunidad estudiantil, los académicos responsables se encargarán de fijar horarios que le sean favorables a los estudiantes para evitar aglomeraciones, así como determinar si es necesaria su asistencia.
- No habrá actividades presenciales que impliquen un aforo que comprometa la sana distancia.
  - Seminarios, conferencias, charlas, talleres, etc., deberán organizarse de forma virtual. Puedes solicitar el apoyo de la oficina de Comunicación y Difusión, y de la Secretaría Técnica para su realización.
  - En caso de que las actividades presenciales se reanuden, el aforo deberá cumplir con los lineamientos detallados al 30% y 50%.

### 4. Protocolo de ingreso y salida de las instalaciones

---

Si vas a ingresar a la Unidad deberás:

- Ingresar ya sea a pie o en auto con el cubrebocas colocado de manera correcta. Si no dispones de uno, puedes solicitarlo en el área de vigilancia.

- Si presentas una temperatura mayor a 37.8 °C, no portas cubrebocas, o lo portas de manera incorrecta no podrás entrar al instituto.
- Aplica gel antibacterial (60%) en tus manos; el dispensador se encontrará en la entrada.
- No debes presentar síntomas asociados con enfermedades respiratorias o COVID-19, o formar parte de los grupos de riesgo.

## 5. Protocolo de permanencia en las instalaciones



Usa el cubrebocas de forma correcta (cubriendo boca, nariz y barbilla), en todo momento.



Procura un lavado constante de manos y/o uso de gel

- antibacterial. Tira los pañuelos desechables en los contenedores asignados.
- Se han instalado despachadores de gel en los pasillos principales de la sede, y de manera regular se llenarán los despachadores de jabón de todos los baños.



Evita el contacto físico (saludo de mano, abrazos, besos).

- Se limitará la capacidad del aforo de las oficinas administrativas).
- Se promoverá el uso de correo electrónico y plataformas digitales para realizar trámites académicos y administrativos.



Mantén una sana distancia de al menos 1.8 m, la cual estará señalada en puntos estratégicos del instituto.

En la medida que puedas, mantén siempre abiertas ventanas y puertas.



Basado en *la Guía para determinar la ventilación en espacios cerrados durante la Pandemia por COVID-19:*

- Se proveerá de ventiladores de torre a aquellas áreas que lo requieran.

- Se instalarán filtros tipo HEPA-categoría MERV 13 en aquellas áreas que cuenten con aire acondicionado. Esta medida evitará la recirculación del aire en espacios cerrados.
- Los filtros serán reemplazados cada tres meses para asegurar su óptimo funcionamiento.



Adopta el estornudo/tos de etiqueta (ángulo interno del brazo).



Evita tocarte la cara (ojos, nariz, boca).



Evita tocar, en la medida de lo posible, cualquier tipo de superficie, barandales, puertas, muros, botones, etc. Si es necesario hacerlo, asegúrate de lavar tus manos posteriormente.



No compartas materiales, instrumentos y/o cualquier objeto de uso personal.



Evita, en la medida de lo posible, el uso de joyería y corbatas.



Para ingerir alimentos, es preferible que acudas a espacios al aire libre o en todo caso al comedor, respetando la sana distancia (se indicará en el comedor la afluencia máxima).



Utiliza la ropa de trabajo de acuerdo a la categoría y funciones, así como de conformidad a lo aprobado por la Comisión Mixta Permanente de Seguridad y Salud en el Trabajo. Porta tú credencial de identificación (UNAM o INE).

## 6. Aseo de espacios

---

- ♦ Se proveerá de material de limpieza y de equipo de protección personal a los auxiliares de intendencia para que puedan realizar de manera adecuada sus funciones.
- ♦ Todas las áreas de trabajo deberán ser limpiadas al término de las actividades utilizando germicidas, soluciones de alcohol al menos al 60% y/o solución de cloro.
- ♦ Se les recomendará a los usuarios la limpieza constante de sus áreas de trabajo y materiales de uso continuo (escritorio, teclado, teléfono, etc.). Se les proveerá de los insumos necesarios.
- ♦ Los sanitarios también serán limpiados de manera continua.
- ♦ Todas las mañanas el delegado administrativo revisará que se disponga de los insumos necesarios, como: agua potable, jabón, gel antibacterial (60%) y toallas de papel desechables.
- ♦ Se dispondrá de bolsas de plástico destinadas exclusivamente para desechos, como: cubrebocas y papel que haya sido utilizado para cubrir boca o nariz.
- ♦ Se recomienda no mezclar productos químicos para la limpieza de las áreas, ya que pueden generarse sustancias tóxicas perjudiciales para la salud.

## 7. Protocolo ante casos sospechosos de contagio

---

Si tú, un familiar o un conocido con el que hayas tenido contacto, tiene sospecha de haber contraído la COVID-19, no te alarmes y sigue las siguientes recomendaciones:

Contacta a la Delegación Administrativa del ICML-UVES, para que puedan brindarte información sobre atención a la comunidad de acuerdo con la *Guía para personas con sospecha de infección COVID-19* (consulta el Anexo 1: Bitácora de seguimiento al personal con sospecha de la COVID-19).

- ♦ El Gobierno de Campeche también ha puesto a disposición de la ciudadanía diversas herramientas para poder valorar si una persona ha contraído la COVID-19.



Puedes ingresar en la página web: [campeche.salud.gob.mx](http://campeche.salud.gob.mx)



Puedes llamar al 911 Línea de Emergencia Nacional

- ♦ En caso de confirmarse el diagnóstico (propio, el de un familiar o conocido con el que hayas tenido contacto), por favor notifícalo a la Delegación Administrativa del ICML-UVES para poder tomar las medidas pertinentes, siguiendo el principio de "no discriminación" de acuerdo con la *Guía para personas con infección COVID-19 (prueba positiva)*.
- ♦ Sigue las recomendaciones del personal de salud, y por favor, no te automediques.

## 8. Cursos de capacitación

Los cursos de capacitación están dirigidos a toda la comunidad (académicos, administrativos y estudiantes), y son gratuitos. Deberán tomarse vía remota, respetando los lineamientos generales establecidos por la UNAM y de acuerdo con lo que notifique la administración central.

- ♦ Prevención y control de infecciones (PCI) causadas por el nuevo coronavirus (COVID-19)

<https://openwho.org/courses/COVID-19-PCI-ES>



- ♦ Nuevos virus respiratorios, incluido el COVID-19: métodos de detección, prevención, respuesta y control

<https://openwho.org/courses/introduccion-al-ncov>



- ♦ Todos contra la epidemia COVID-19

<http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/202003/122>



- Recomendaciones para un retorno seguro al trabajo ante COVID-19  
<https://climss.imss.gob.mx/>
- Plan de acción para el hogar ante COVID-19  
<https://climss.imss.gob.mx/>



## 9. Avisos a la comunidad

- La Secretaria Administrativa, Lic. Tabata Esbeyde Hernández Galindez, ha sido nombrada como la Responsable Sanitario, con el apoyo correspondiente a las actividades señaladas en este protocolo de acción, ha designado como ayudante en la Sede Unidad de Vinculación y Educación del Sureste al Delegado Administrativo, al L.C. Rodolfo Valentino Linaldi Laureano.
- La oficina de Comunicación y Difusión mantendrá informada a la comunidad sobre el desarrollo del semáforo de riesgo epidemiológico, así como de la evolución de la pandemia.

## 10. Referencias

- Apoyo de la UNESCO: respuesta del ámbito educativo a la COVID-19.  
<https://es.unesco.org/covid19/educationresponse/support>
- Lineamientos generales para el regreso a las actividades universitarias en el marco de la pandemia.  
[https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2020\\_528.html](https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2020_528.html)
- Comisión Universitaria para la Atención de la Emergencia por coronavirus.  
<https://covid19comisionunam.unamglobal.com/>
- OMS: Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19).  
[https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses?gclid=Cj0KCKQjw7Nj5BRcZARIsABwxDKIWDJtlm6-JwiiVNs7aCKcV6rsJaxlgvfPd5fvt1Xweq32eLwNT2laArFIEALw\\_wcB](https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses?gclid=Cj0KCKQjw7Nj5BRcZARIsABwxDKIWDJtlm6-JwiiVNs7aCKcV6rsJaxlgvfPd5fvt1Xweq32eLwNT2laArFIEALw_wcB)

- Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19): orientaciones para el público. <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>
- Gobierno Federal. Sitio oficial COVID-19 <https://coronavirus.gob.mx/>
- Instituto Mexicano del Seguro Social <http://climss.imss.gob.mx>

# 11. Anexo 1: Fotografías de la Oficina Administrativa, Auditorio y Salones

## Oficina Administrativa



# Auditorio Aforo al 30%



# Salones Aforo al 30%



# 12. Anexo 2: Bitácora de seguimiento al personal con sospecha de haber contraído la COVID-19

## BITÁCORA DE SEGUIMIENTO INSTITUTO DE CIENCIAS DEL MAR Y LIMNOLOGÍA

Correo electrónico de contacto \_\_\_\_\_

Nombre \_\_\_\_\_

Quien tiene los síntomas

Usted   
un Familiar

En caso de un familiar, Vive con el o con ellos?

si   
no

Las siguientes preguntas se refieren a las personas que esta presentando los síntomas

SINTOMAS

Edad

Fiebre   
Escorrimento nasal   
Dolor de cabeza   
Dificultad para respirar   
Estornudos   
Tos seca   
Nauseas   
Vomito   
diarrea   
Malestar General   
Presenta pérdida de gusto y/o olfato

OTROS \_\_\_\_\_

Fecha de Inicio

DD / MM / AAAA \_\_\_\_\_

Fue al Medico

si   
no

Prueba COVID-19

si   
no

Resultado, en caso de realizar la prueba COVID19

Positivo   
Negativo

Algún mal Crónico

si   
no

¿Viajó Internacionalmente en los últimos 20 días o algún familiar cercano?

si   
no

¿A dónde viajo? \_\_\_\_\_

¿Viajo a algún estado del país, los últimos 20 días o algún familiar cercano?

si   
no

¿A dónde viajo? \_\_\_\_\_

¿Utiliza frecuentemente el transporte público?

si   
no

Favor de indicar cuál: \_\_\_\_\_

En caso de no poder contactarlo a usted, indiquenos datos de un familiar o amigo con quien podamos comunicarnos. \_\_\_\_\_

Número de Teléfono \_\_\_\_\_