



PROTOCOLO DE REGRESO SEGURO A LAS ACTIVIDADES UNIVERSITARIAS EN EL MARCO DE LA PANDEMIA DE COVID 19

Coordinación Universitaria para la sustentabilidad (COUS)

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

Con el fin de salvaguardar la salud en el marco de la pandemia COVID 19 de los integrantes de la CoUS, alumnos, proveedores y visitantes en general y controlar el riesgo de infección y mantener la higiene en nuestras instalaciones hacemos las siguientes recomendaciones para nuestro espacio de trabajo.

PRINCIPIOS E INDICACIONES GENERALES

Con base en los anteriores postulados, en los conocimientos que identifican como principal vía de transmisión del SARSCoV-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 el riesgo de infección, la necesidad de mantener una higiene permanente y de procurar realizar, cuando sea posible, trabajo desde casa. La comunidad universitaria en general, así como los visitantes (espectadores, proveedores, contratistas, etc.), que accedan a las instalaciones universitarias deberán atender en todo momento las siguientes indicaciones:

- **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.
- **Evitar todo contacto físico y 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 vacuna. Usar caretas o pantallas, en caso de así ser requerido, recordando que estas no sustituyen al cubrebocas.
- **Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, o bien limpiarse las manos con gel** (con un contenido de alcohol mínimo de 60%).
- **No tocarse la cara con las manos, sobre todo nariz, boca y ojos.**
- **Cubrirse nariz y boca al toser con el ángulo interno del brazo** o con un pañuelo desechable. Este último deberá tirarlo en los contenedores asignados para tales residuos, después lavarse las manos.
- **Evitar la presencia de acompañantes, en especial de menores de edad y personas con alto riesgo frente al COVID-19.**
- **Promover una adecuada ventilación y una efectiva distribución del aire interior en espacios cerrados.**



Determinación del aforo, ventilación y condiciones de los espacios cerrados

En la CoUS laboran actualmente 15 personas. El espacio de oficinas está dividido en tres secciones, dos de ellas principales. En una de ellas laboran cuatro personas, en la segunda cinco personas y en la tercera seis. La oficina en donde laboran cuatro personas tiene una extensión de 3X4 m² y en la sección donde laboran las otras 9 personas se cuenta con un cubículo de 2X2 m² otros dos cubículos de 3X5m², dos áreas comunes de 5X5 m² y 3X10 m², más una cocineta de 2X2 m². Dada la naturaleza del edificio, Antiguo edificio del Posgrado, la ventilación es casi nula, se utiliza aire acondicionado la mayor parte del tiempo. Además, se comparte piso con otra dependencia Universitaria, cuyos horarios son de 9:00 am a 3:00 pm. Por lo que se hacen las siguientes recomendaciones:

Horario escalonado que se propone es el siguiente: 9 am a 2 pm y de 2 pm a 6pm.

- Con un máximo de ocupación de cinco personas por día en la oficina, repartidas en las diferentes secciones con las que cuenta la oficina.

Otras medidas:

- Las ventanas y puertas disponibles en toda la oficina se abren y se mantienen así, a partir del horario de llegada.
- Toda persona que ingrese a la oficina deberá lavarse las manos/gel y hacer registro de su temperatura en la bitácora del mostrador.
- Los espacios compartidos como el sanitario cuentan ya con señalamientos de sana distancia, los cuales deberán ser respetados.
- Cada persona que se encuentre en la oficina, deberá llevar su botella de agua para uso personal, ya que el filtró se mantendrá clausurado durante la contingencia.
- En la entrada de la oficina y en cada uno de los espacios con personal, se colocaron infografías relacionadas con la prevención del contagio de COVID-19.
- El teléfono de contacto del servicio médico más cercano se encontrará pegado en la entrada principal de la oficina.
- La limpieza de la oficina continuará de forma habitual.
- Se contará con dos dispensadores de alcohol a la entrada de las dos secciones principales de la oficina.

Atentamente,

“POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU”

Ciudad Universitaria CDMX, 27 de septiembre de 2021.

DRA. MARIA ALEJANDRA FONSECA SALAZAR
Responsable Sanitario
Coordinación Universitaria para la Sustentabilidad

