

# COVID-19 MÉXICO

## Comunicado Técnico Diario

---

**FASE 3    Sábado 1 agosto, 2020**

**SALUD**

SECRETARÍA DE SALUD



# Avance de estrategia

Fase 3

**62**  
Nueva  
Normalidad

**155**  
Conferencias  
vespertinas

## Agosto, 2020

dom	lun	mar	mie	jue	vie	sáb
26	27	28	29	30	31	
 2	 3	 4	 5	 6	 7	 8
 9	 10	 11	 12	 13	 14	 15
 16	 17	 18	 19	 20	 21	 22
 23	 24	 25	 26	 27	 28	 29
 30	 31	1	2	3	4	5

Marzo

Abril

Mayo

Junio

Julio

dom	lun	mar	mie	jue	vie	sab
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

dom	lun	mar	mie	jue	vie	sab
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

dom	lun	mar	mie	jue	vie	sab
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

dom	lun	mar	mie	jue	vie	sab
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4

dom	lun	mar	mie	jue	vie	sab
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

# Información diaria

---

**FASE 3    Sábado 1 agosto, 2020**

**SALUD**

SECRETARÍA DE SALUD

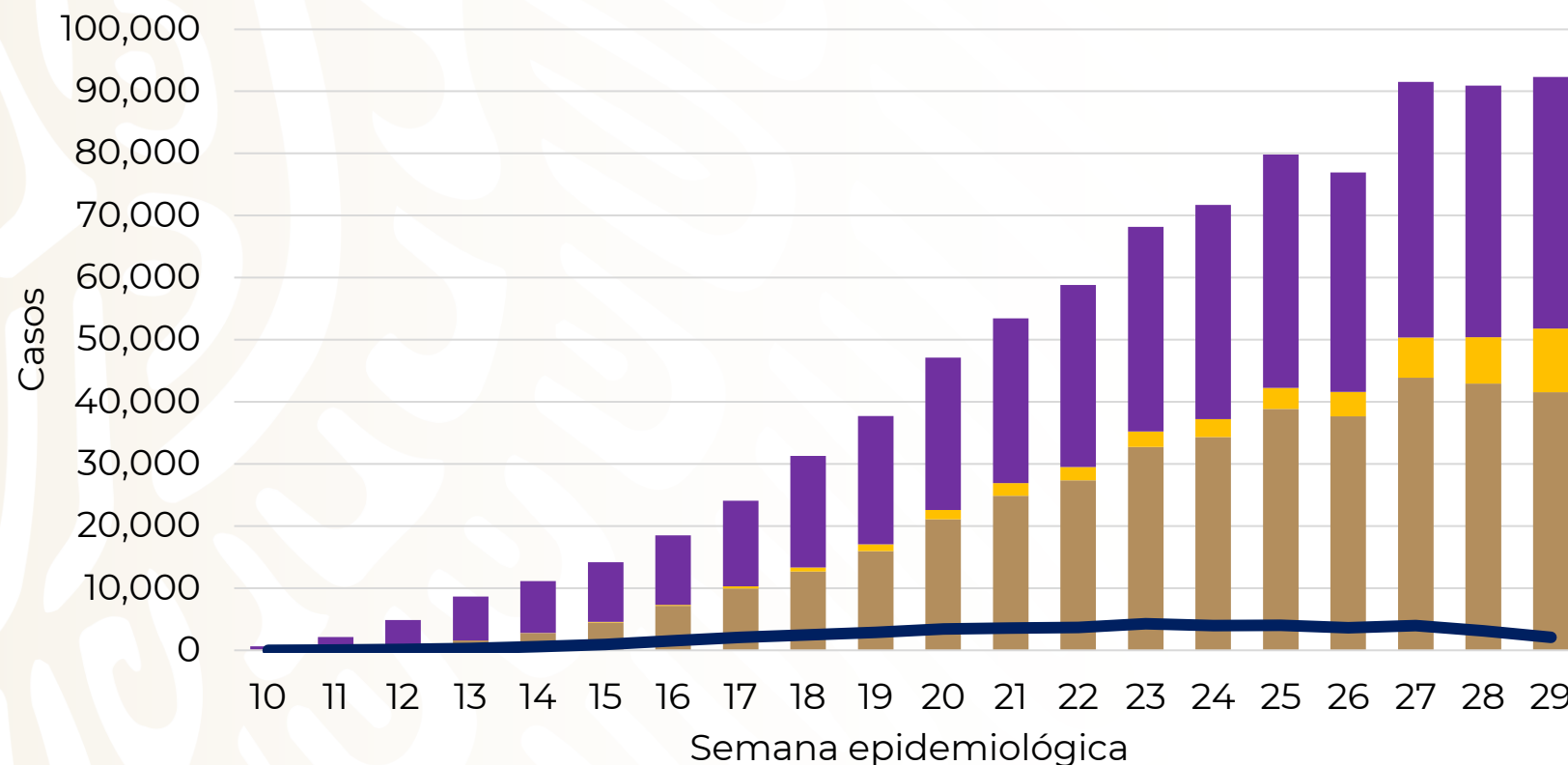


# COVID-19 México: casos positivos, sospechosos y negativos

## Escenario nacional

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**



**477,733**

Negativos

**87,771**

Sospechosos

**434,193**

Casos confirmados

**47,472**

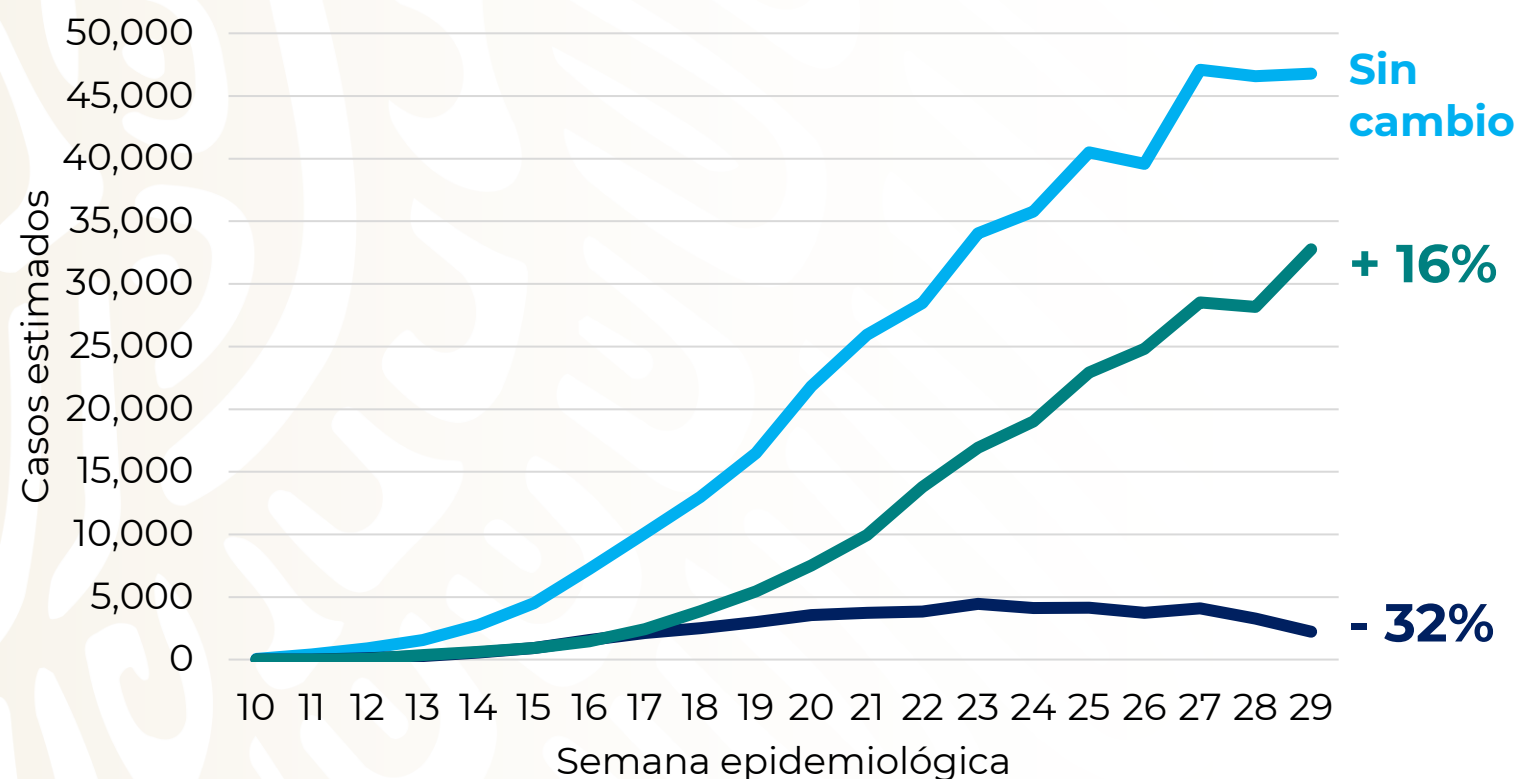
Defunciones confirmadas



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

# COVID-19 México: casos incidentes, personas recuperadas y defunciones estimadas por semana

## Escenario nacional



**284,847**

Recuperados

**49,392**

Defunciones  
estimadas

**Fase 3**

1 agosto, 2020

**475,510**

Casos  
estimados

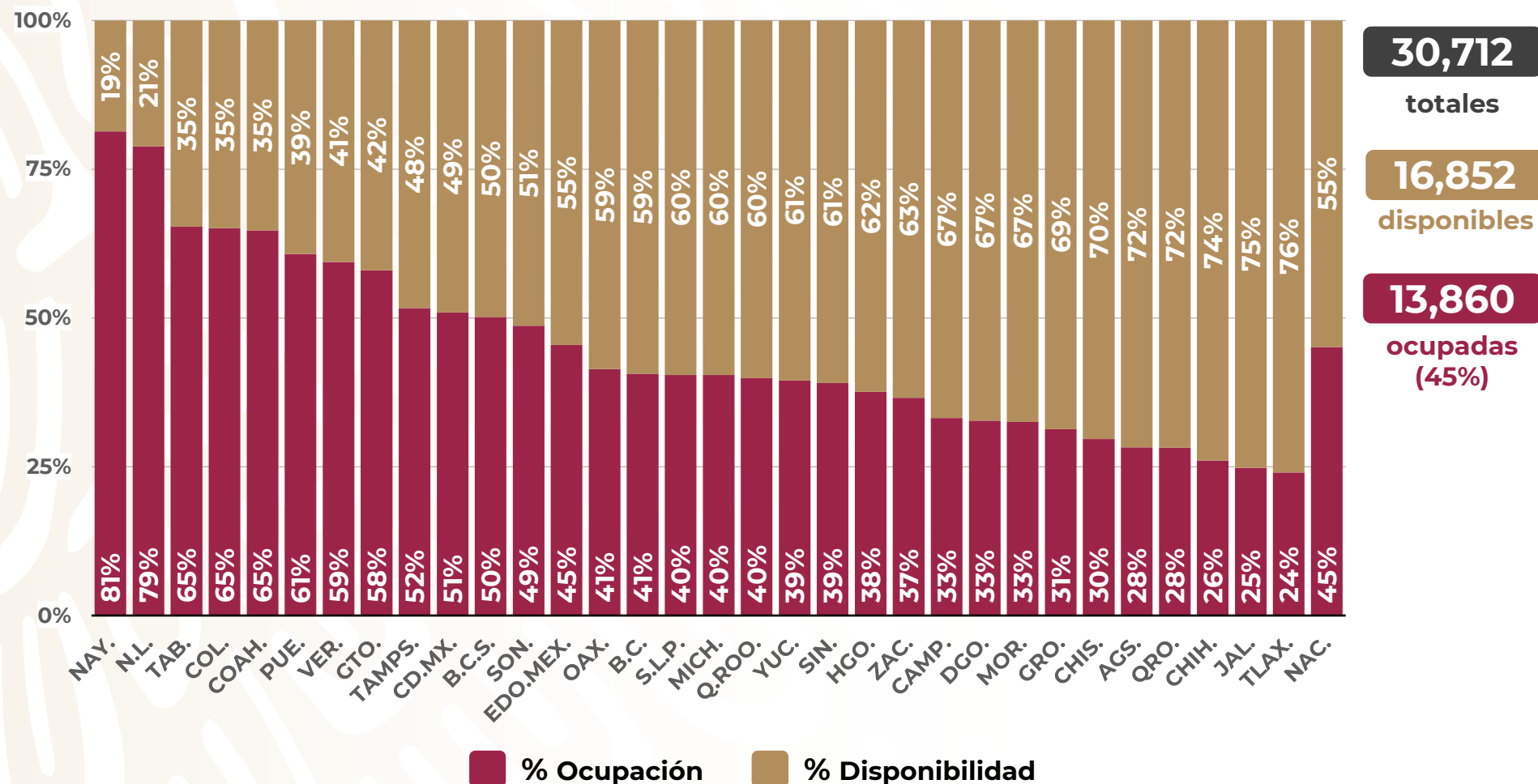
**51,857 (11%)**

Casos activos  
estimados

# COVID-19 México: Disponibilidad camas hospitalización general

**Fase 3**

1 agosto, 2020

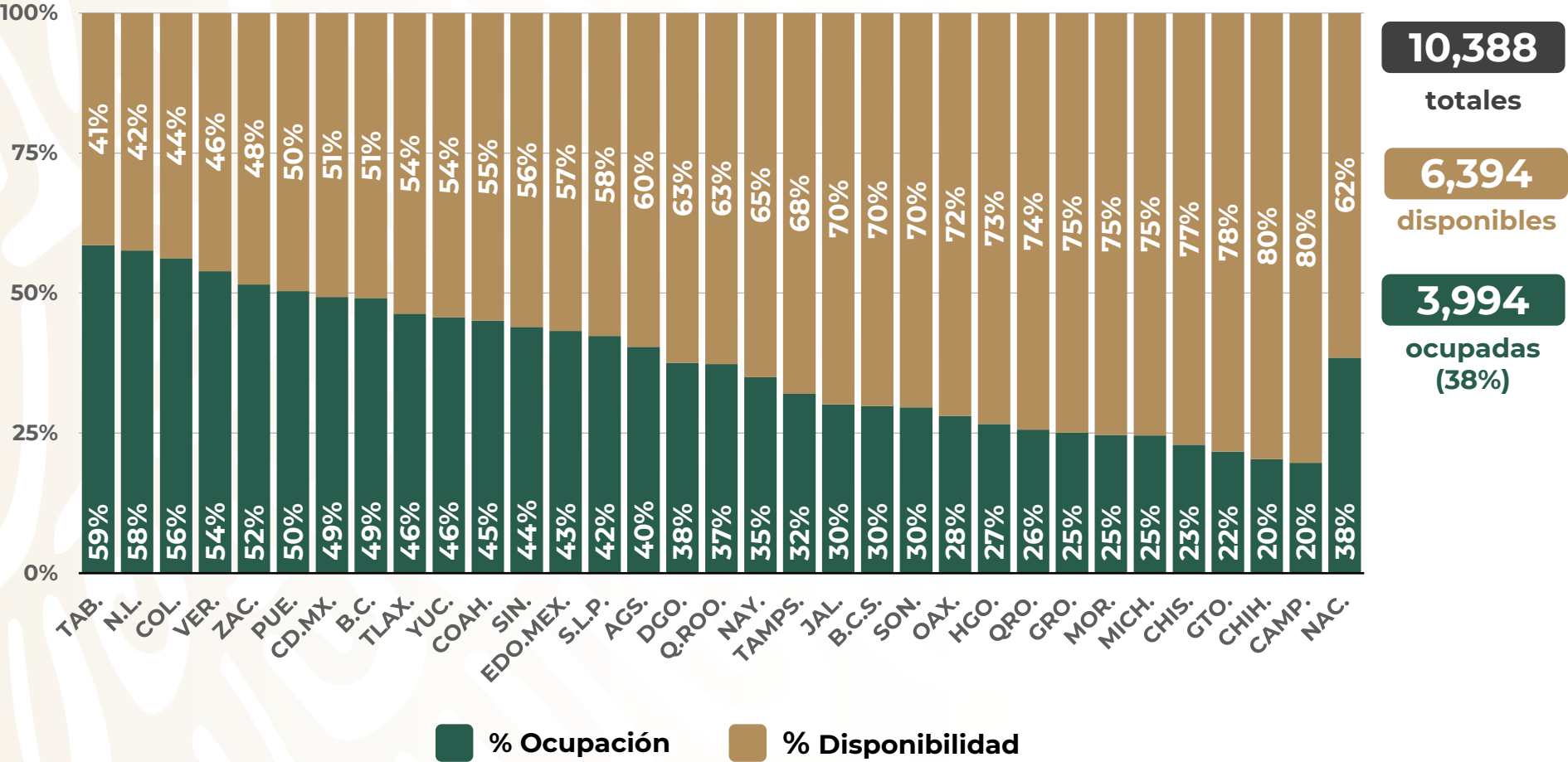


FUENTE: RED IRAG, acumulado del 31 julio, 2020. - SSA/SPPS/DGTI/SERVICIOS DE SALUD ESTATALES

# COVID-19 México: Disponibilidad camas con ventilador

Fase 3

1 agosto, 2020



FUENTE: RED IRAG, acumulado del 31 julio, 2020. - SSA/SPPS/DGTI/SERVICIOS DE SALUD ESTATALES

# Componente estatal

---

**FASE 3    Sábado 1 agosto, 2020**

**SALUD**

SECRETARÍA DE SALUD



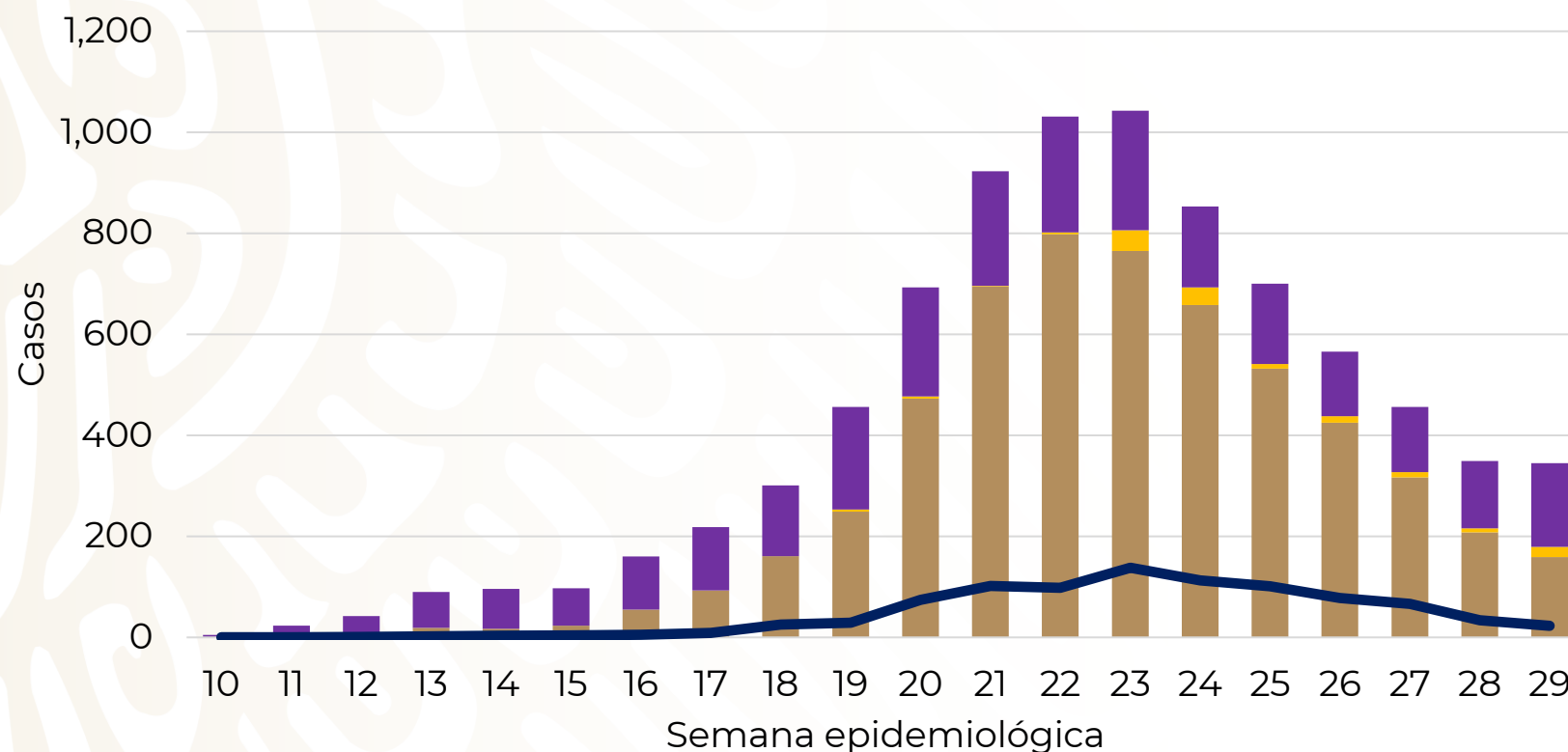


# COVID-19 Estatal: casos positivos, sospechosos y negativos

## Chiapas

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**



**2,838**

Negativos

**309**

Sospechosos

**5,775**

Casos confirmados

**912**

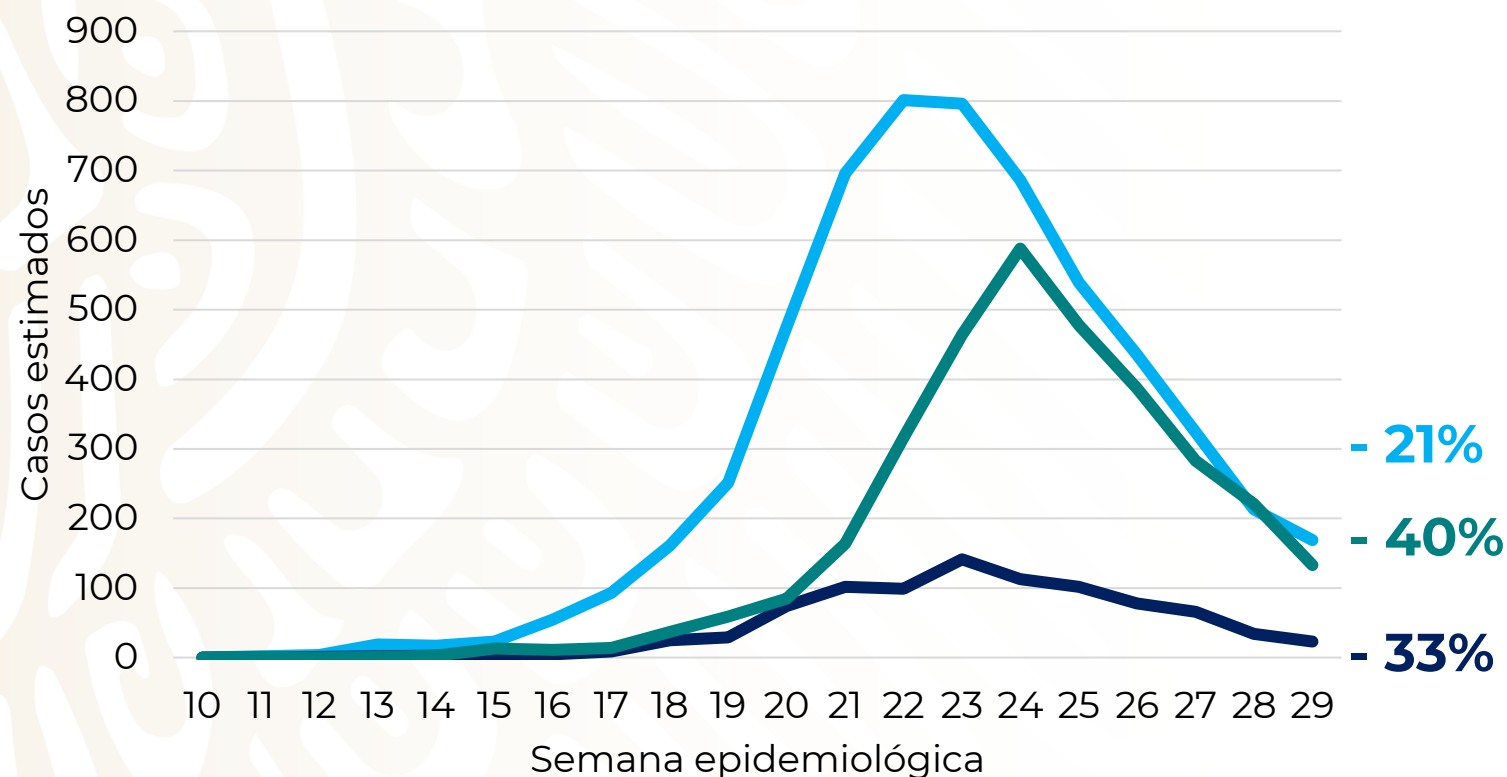
Defunciones confirmadas



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

# COVID-19 Estatal: casos incidentes, personas recuperadas y defunciones estimadas por semana

## Chiapas



**3,433**

Recuperados

**919**

Defunciones  
estimadas

**Fase 3**

1 agosto, 2020

**5,936**

Casos  
estimados

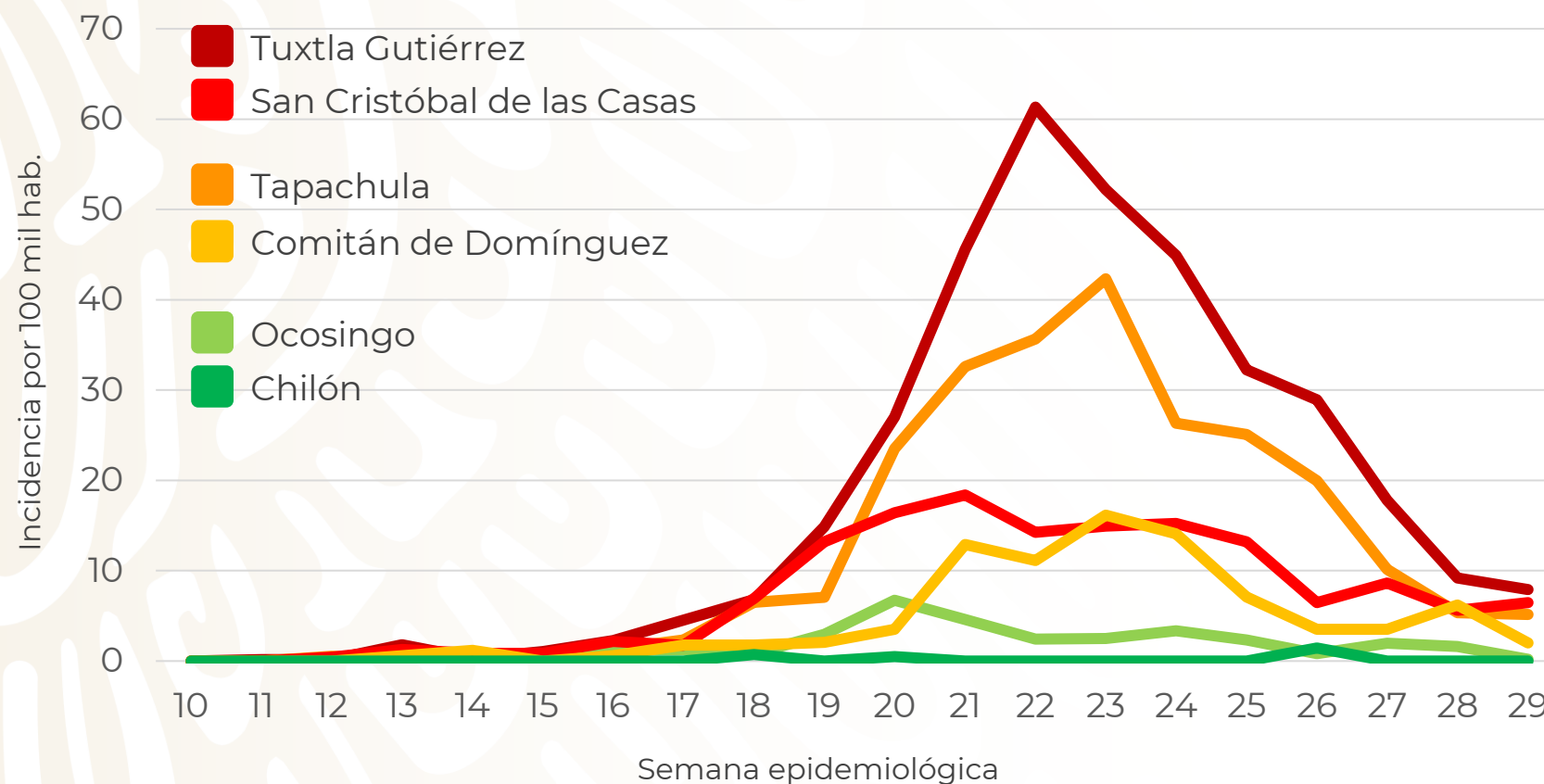
**175 (3%)**

Casos activos  
estimados



# COVID-19 Estatal: incidencia por 100 mil habitantes por semana epidemiológica

## Municipios\* de Chiapas



**30%**

Ocupación  
Camas General

**23%**

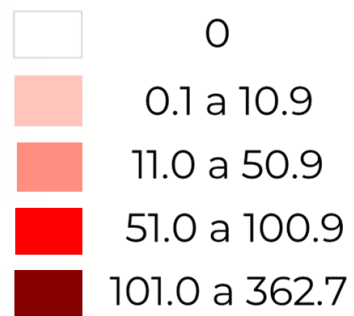
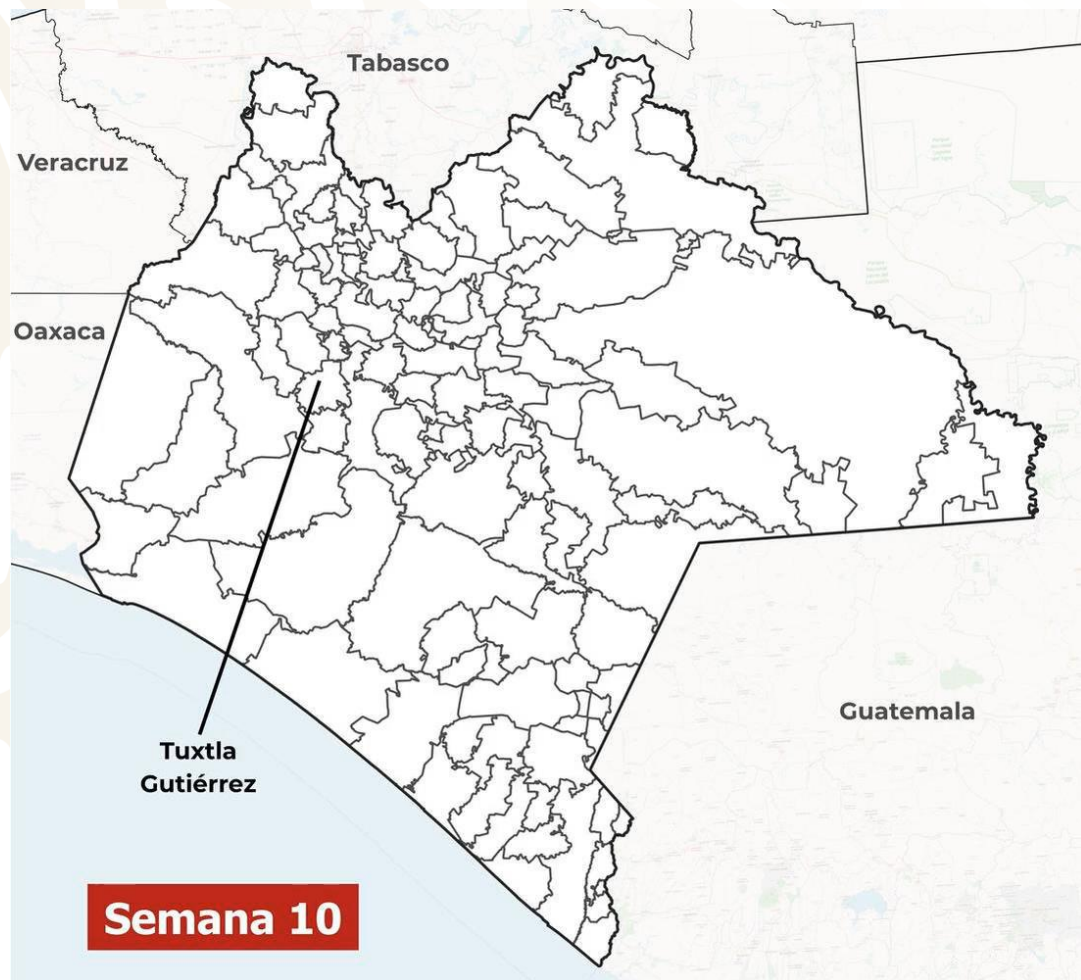
Ocupación  
Camas Ventilador

**Fase 3**

1 agosto, 2020

# COVID-19 Estatal: Casos estimados por cada 100 mil habitantes por semana epidemiológica

## Chiapas



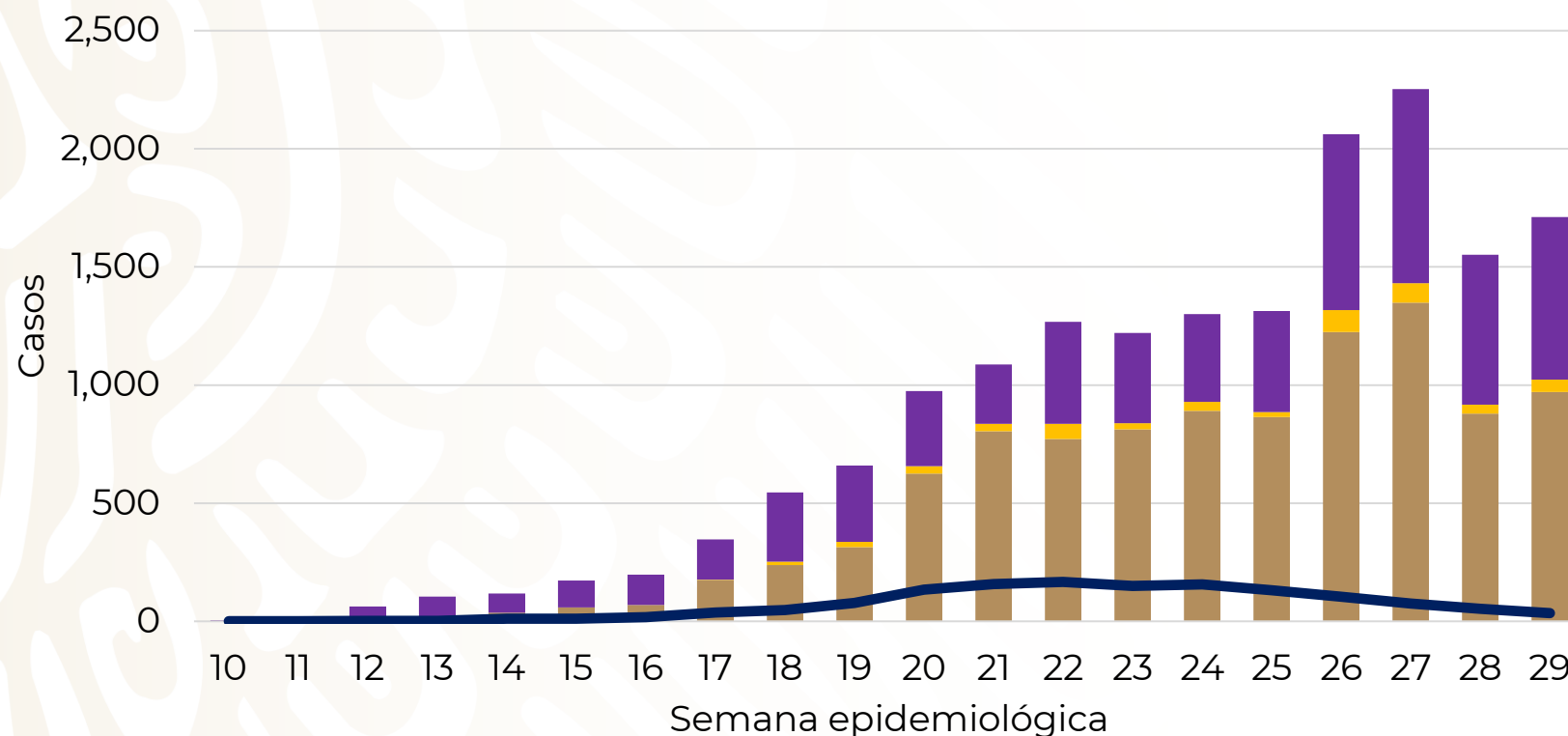
**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**

# COVID-19 Estatal: casos positivos, sospechosos y negativos

## Guerrero



**6,955**

Negativos

**1,596**

Sospechosos

**11,032**

Casos confirmados

**1,382**

Defunciones confirmadas

**Fase 3**

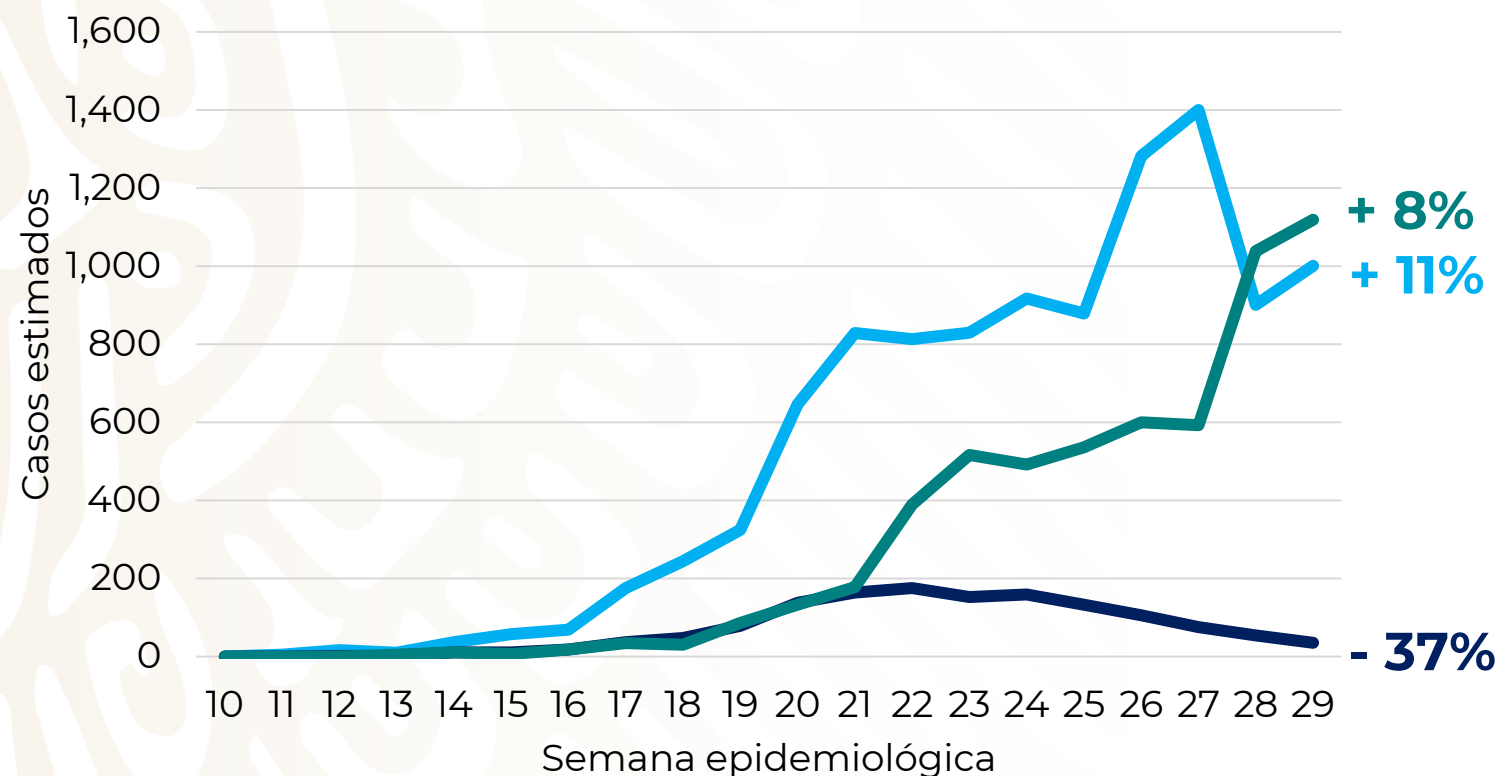
**1 agosto, 2020**



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

# COVID-19 Estatal: casos incidentes, personas recuperadas y defunciones estimadas por semana

## Guerrero



**7,303**

Recuperados

**1,419**

Defunciones  
estimadas

**Fase 3**

1 agosto, 2020

**11,977**

Casos  
estimados

**1,537 (13%)**

Casos activos  
estimados

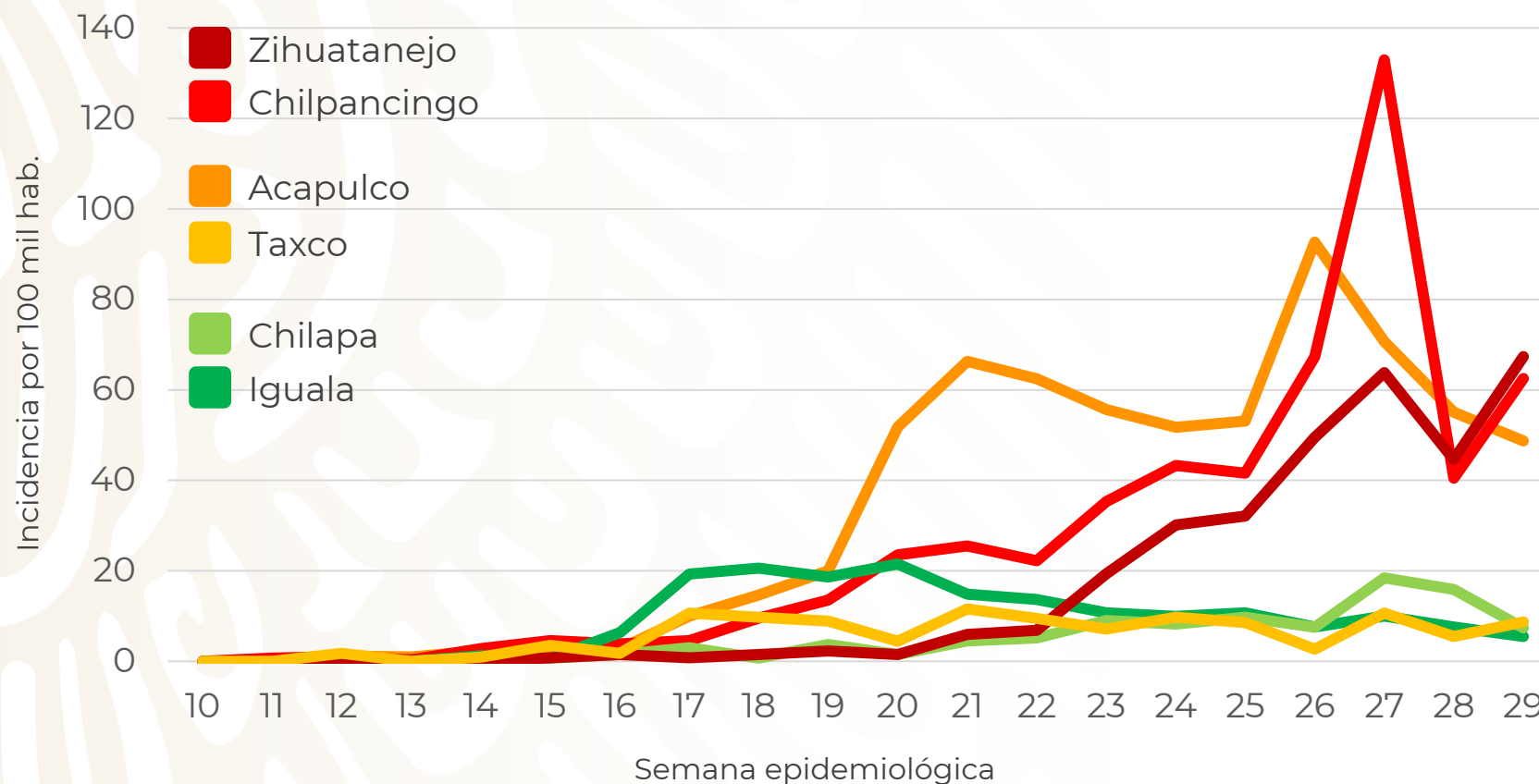
+ 8%

+ 11%

- 37%

# COVID-19 Estatal: incidencia por 100 mil habitantes por semana epidemiológica

## Municipios\* de Guerrero



**31%**

Ocupación  
Camas General

**25%**

Ocupación  
Camas Ventilador

**Fase 3**

1 agosto, 2020



# COVID-19 Estatal: Casos estimados por cada 100 mil habitantes por semana epidemiológica

## Guerrero



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

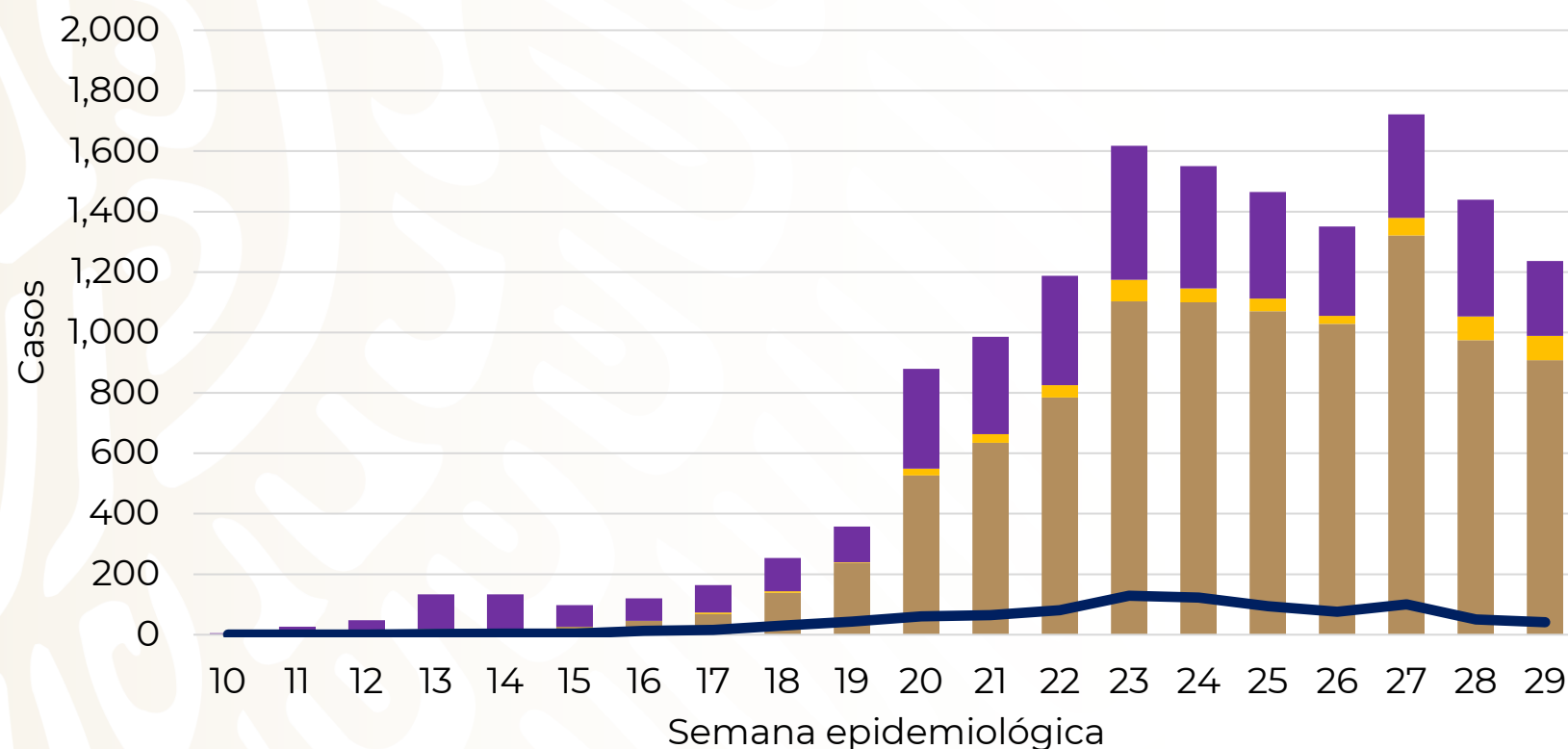
**Fase 3**

**1 agosto, 2020**



# COVID-19 Estatal: casos positivos, sospechosos y negativos

## Oaxaca



**4,500**

Negativos

**959**

Sospechosos

**10,673**

Casos  
confirmados

**943**

Defunciones  
confirmadas

**Fase 3**

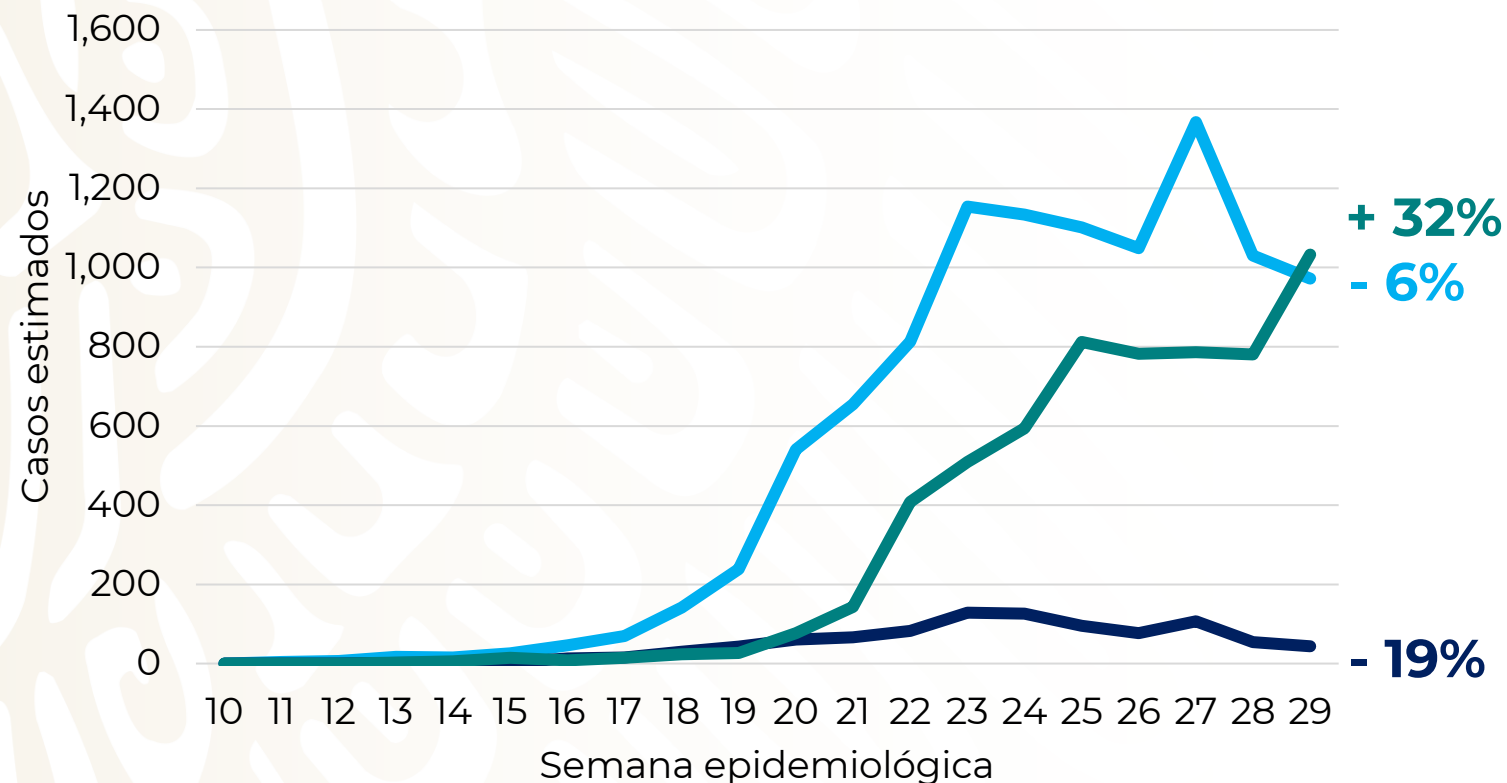
**1 agosto, 2020**



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

# COVID-19 Estatal: casos incidentes, personas recuperadas y defunciones estimadas por semana

## Oaxaca



**7,572**

Recuperados

**976**

Defunciones  
estimadas

**Fase 3**

1 agosto, 2020

**11,348**

Casos  
estimados

**967 (9%)**

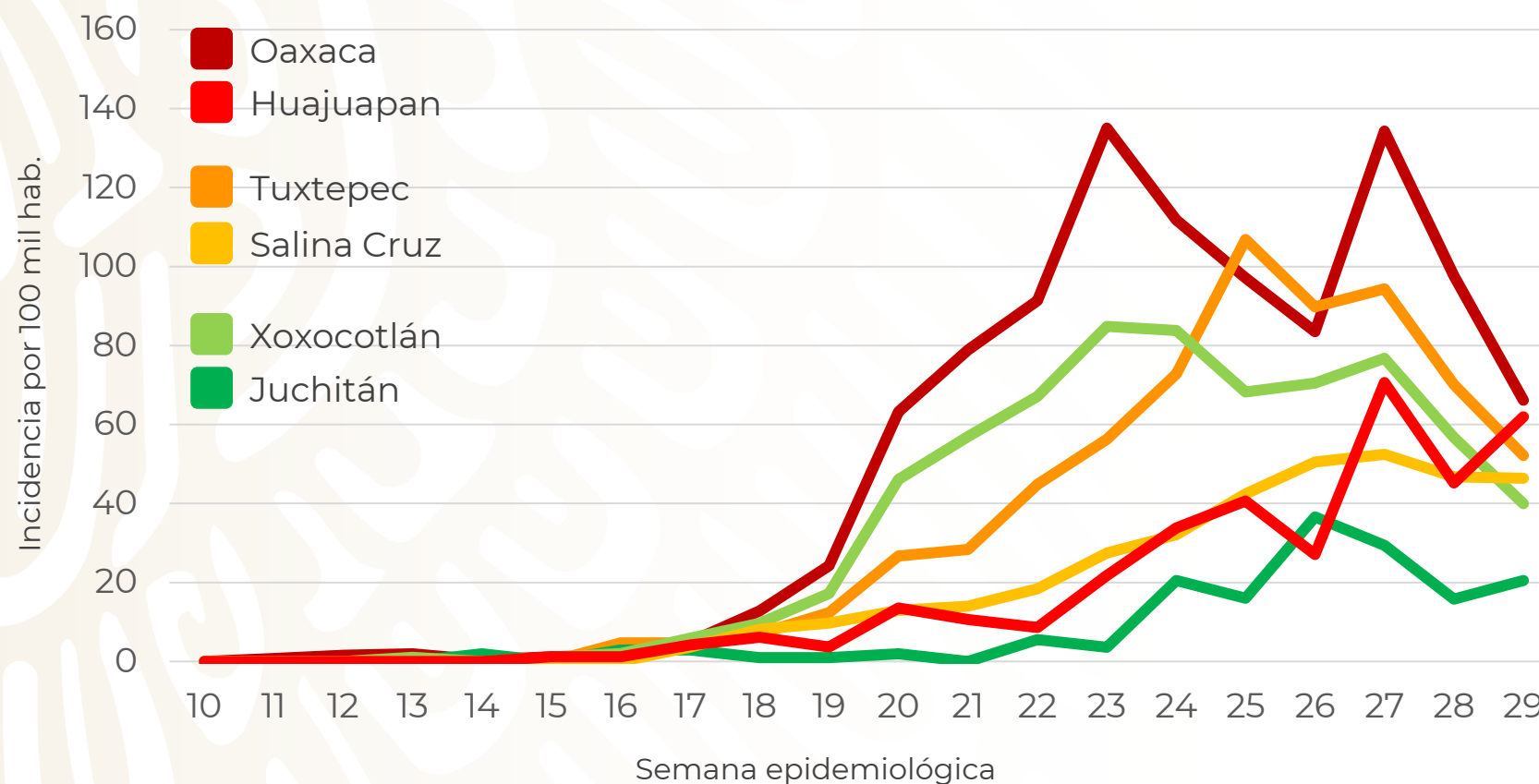
Casos activos  
estimados



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

# COVID-19 Estatal: incidencia por 100 mil habitantes por semana epidemiológica

## Municipios\* de Oaxaca



**41%**

Ocupación  
Camas General

**28%**

Ocupación  
Camas Ventilador

**Fase 3**

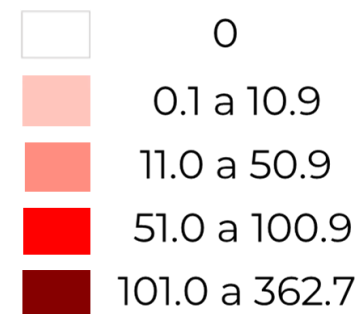
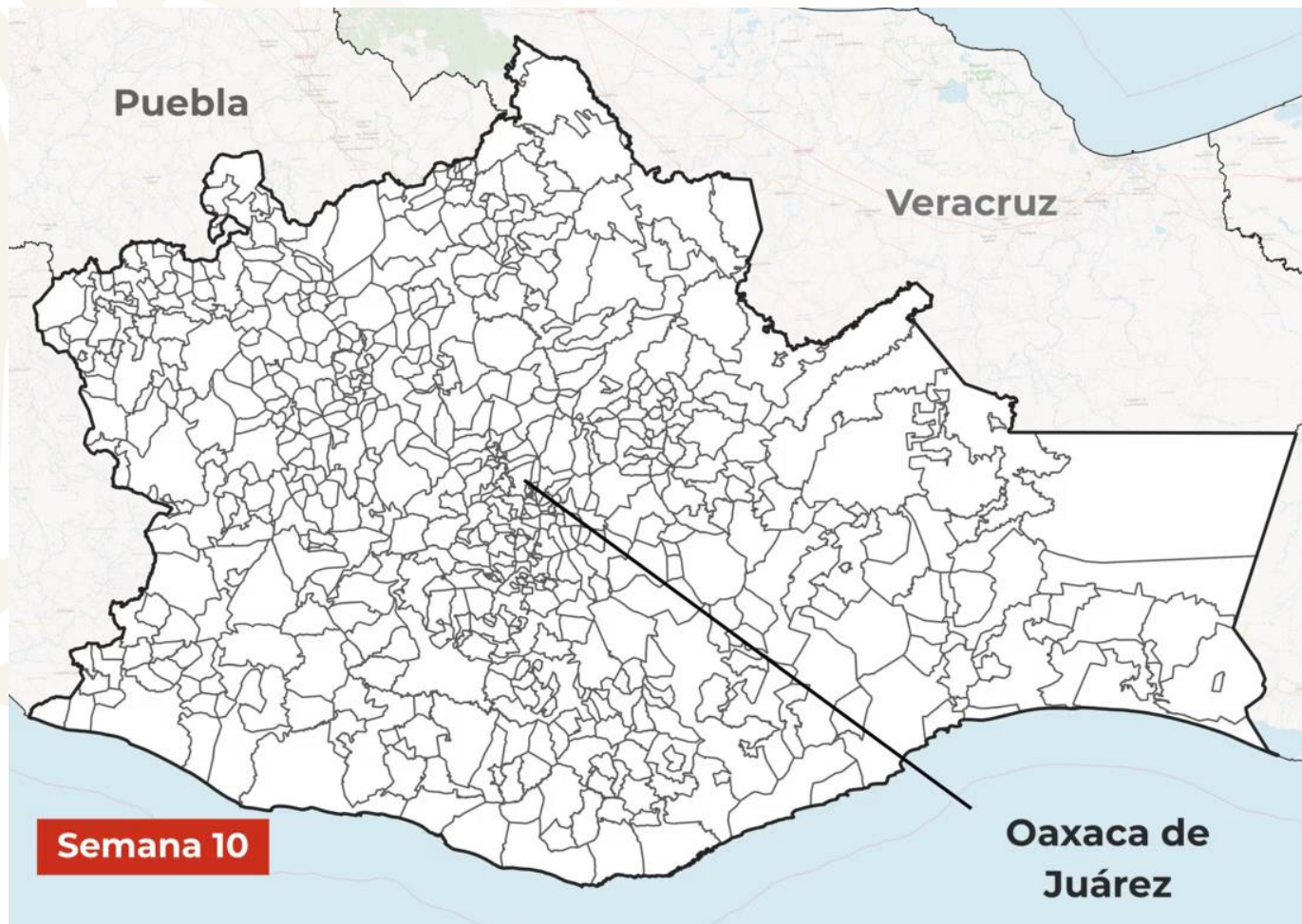
1 agosto, 2020

# COVID-19 Estatal: Casos estimados por cada 100 mil habitantes por semana epidemiológica

## Oaxaca

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**



# Componente temático

---

**FASE 3    Sábado 1 agosto, 2020**

**SALUD**

SECRETARÍA DE SALUD



# COVID-19 Temático: Salud mental en la Nueva Normalidad

## Consecuencias psicológicas

**Fase 3**

1 agosto, 2020

### Ciclo de Gestión de Riesgo de Desastres

		Fase 1	Fase 2		Fase 3		
	Amenaza	Alerta	Impacto	Luna de Miel	Desilusión	Recuperación	Reconstrucción del Tejido Social
Contenidos Generales	Promoción de autocuidado y estilo de vida saludable  Prevención de pánico	Sana distancia y medidas de afrontamiento  Manejo del estrés	Afrontamiento al pánico y otras reacciones  Prevención del estigma  Prevención de consumo de sustancias  Prevención de violencias	Solidaridad con el personal de salud  Afrontamiento positivo para el aislamiento	Cuidado de pacientes  Cuidado de cuidadores  Atención al burn-out  Duelo  Atención al estrés postraumático	Restablecimiento de rutinas	Retorno a una vida normal (escolar, laboral, comercios, hogar)



**Nueva Normalidad**
















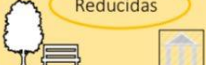





# COVID-19 Temático: Salud mental en la Nueva Normalidad

## Desconfinamiento y recuperación

- ❖ Reapertura en etapas
- ❖ Semáforo Epidemiológico
- ❖ Reintegración gradual en las actividades escolares, laborales y sociales

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**

ACTIVIDADES				
Medidas de salud pública y del trabajo				
Laborales Esenciales   No Esenciales				
Espacio Público Abierto   Cerrado				
Personas vulnerables				
Escolares				

# COVID-19 Temático: Salud mental en la Nueva Normalidad

## Hacia la Nueva Normalidad

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**

- ❖ Balance entre el derecho a la salud y al bienestar
- ❖ **MIEDO AL REGRESO**
  - ❖ Mientras no haya una vacuna contra COVID-19, o un medicamento que mitigue los casos graves
  - ❖ Incertidumbre de la duración de la pandemia
- ❖ Equilibrio entre la economía de las familias y la salud.
- ❖ Medidas de prevención deben de continuar



# COVID-19 Temático: Salud mental en la Nueva Normalidad

## Medidas de apoyo para la salud mental

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**

1. Mantener información constante y cercana sobre las medidas de salud.
2. Difundir ampliamente los **servicios de apoyo** en salud mental.
  - Directorio de Servicios
  - <https://coronavirus.gob.mx/salud-mental/>
3. Identificar de manera **proactiva** a las personas que haya sobrevivido o tenga un familiar afectado por COVID-19.
4. Promover una **cultura de cuidado del bienestar y salud mental** en el lugar de trabajo, escolar o de convivencia social.
5. Difundir información sobre medidas de **autocuidado** para salud mental y psicoeducación.
6. Prevenir **estigma** de personal sobreviviente a COVID-19.
7. Prever **riesgos** psicosociales del personal según la zona de alta, media o baja exposición.

# COVID-19 Temático: Salud mental en la Nueva Normalidad

## Riesgos en la salud mental

T. Adaptativos	T. Por estrés	Complicaciones por T. Previos
Ansiosos Depresivos	TEPT Estrés agudo	Recaídas y episodios recurrentes

DUELO	Consumo de sustancias	T. Ansiedad
Pérdidas personas, proyectos, \$.	Recaídas Intoxicaciones	TAG T. Angustia

T. Afectivos.	Suicidio
Depresión Mayor	Intentos Suicidas

- Psicoeducación
- Promoción del autocuidado
- Manejo del estrés
- Modelo comunitario
- Grupos de autoayuda
- Atención de los servicios comunitarios
- Servicios especializados

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**

# COVID-19 Temático: Salud mental en la Nueva Normalidad

## Autocuidado para prevenir

Acciones que hacemos por nosotros mismos para establecer y mantener la salud y prevenir y tratar la enfermedad.

Es un concepto amplio que abarca la higiene (general y personal), la nutrición (tipo y calidad de los alimentos que se consumen), estilo de vida (actividades deportivas, ocio, etc.), factores ambientales (condiciones de vida, hábitos sociales, etc.), entre otros.

Afecto positivo es protector frente al estrés

Disminución en la activación autónoma tras la exposición al estrés

Mejor salud física

Bienestar subjetivo

Conexiones y redes sociales más satisfactorias

Menos desesperanza e impotencia

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**

# COVID-19 Temático: Salud mental en la Nueva Normalidad

## Recuperación social y emocional

La Resiliencia en la Salud Mental es la capacidad de adaptarse positivamente a situaciones adversas, reconstruirse y salir fortalecido. Es percibir las dificultades como un desafío sin derrumbarse.

"un proceso dinámico que tiene como resultado la **adaptación positiva en contextos de adversidad significativa**".

Componentes esenciales :

1. La noción de adversidad, trauma, riesgo, o amenaza al desarrollo humano.
2. La adaptación positiva o superación de la adversidad.
3. El proceso que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales que influyen sobre el desarrollo humano.

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**

# COVID-19 Temático: Salud mental en la Nueva Normalidad

## Recuperación social y emocional

### CONSTRUIR RESISTENCIA EN LA RECUPERACIÓN EMOCIONAL

- Acepta que el cambio es parte de la vida
- Desarrolla algunos objetivos realistas
- Cambiemos nuestra actitud

#### EN LUGAR DE:

No puedo  
Yo tengo la culpa  
Nunca lo lograré

#### PODEMOS DECIR:

Siempre puedo mejorar  
Mis errores me ayudan a ser mejor  
Probaré algo nuevo.

- Enfrentemos nuestros miedos
- Evitemos enfrentar la adversidad en la soledad
- Mantener las cosas en perspectiva
- Cultiva una visión positiva de nosotros mismos.
- Mantenga una perspectiva esperanzada

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**

# COVID-19 Temático: Salud mental en la Nueva Normalidad



<https://www.gob.mx/salud/conadic/acciones-y-programas>

<https://www.gob.mx/salud/sap>

<https://www.gob.mx/insalud>

<http://inprf.gob.mx/mentalizarte>

**Fase 3**

**1 agosto, 2020**

**Pedir ayuda te hace valiente**



Envía la palabra  
**CONTACTO** al 55 7211 2009

Haz contacto  
**#ConTactoJoven**

 **BIENESTAR** |  **imjuve**  
SECRETARÍA DE SALUD INSTITUTO MEXICANO DE LA JUVENTUD

[gob.mx/imjuve](https://www.gob.mx/imjuve)



**Expresar lo que sientes**  
ayuda a mantener una buena comunicación

**#QuédateEnCasa coronavirus.gob.mx**

**#FrenteALasAdicciones #EscuchemosPrimero** Línea de la vida **800 911 2000**

**ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES**

 **SALUD** SECRETARÍA DE SALUD |  **CONADIC** COMISIÓN NACIONAL CONTRA LAS ADICCIONES

[gob.mx/juntosporlapaz](https://www.gob.mx/juntosporlapaz)



# COVID-19 Temático: Salud mental en la Nueva Normalidad

**Fase 3**

1 agosto, 2020

**Pero si crees que necesitas algún consejo o apoyo llama a la Línea de la Vida: [800 911 2000](tel:8009112000).**

Estamos listos para vencer.

**¡Si te cuidas tú, nos cuidamos todos!**

