



Instituto Federal de
Defensoría Pública

**Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la
propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP**

Ciudad de México, 22 de abril de 2020.



PODER JUDICIAL

INSTITUTO FEDERAL DE DEFENSORIA PUBLICA

I. ÍNDICE

I.	ÍNDICE	2
II.	Objetivo	4
III.	Marco jurídico	4
IV.	Alcance del instrumento	6
V.	Glosario de términos	7
1.	Respecto del COVID-19	9
1.1	¿Qué es el COVID-19?	10
1.1.1	Formas de Transmisión	10
1.1.2	Síntomas Generales que indican enfermedad de COVID-19	10
1.1.3	¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con una persona que no presente ningún síntoma?	11
1.1.4	¿Qué probabilidades hay de que contraiga el virus SARS-COV2 y desarrolle la enfermedad COVID-19?	12
1.1.5	¿Cómo se trata el nuevo coronavirus?	13
1.1.6	Recomendaciones Generales	13
2.	Respecto de las medidas sanitarias	19
2.1	Medidas sanitarias para el personal que cubrirá las guardias presenciales y asesores y defensores que por causas urgentes tendrán que brindar sus servicios a la ciudadanía.	20
2.1.1	Uso adecuado del kit de protección	26
2.1.2	Uso del overol desechable	28
i)	¿cómo colocar el overol desechable?	28
ii)	¿Cómo retirar el overol desechable y el equipo de protección?	33

2.2	¿Qué hacer en caso de estar en contacto con una persona que presenta síntomas de la enfermedad COVID-19?	39
2.3	¿Qué hago si detecto un posible caso en el centro de trabajo?	40
2.3.1	Ciudad de México	40
2.3.2	Delegaciones	41
2.4	Atención y traslado de un caso sospechoso de COVID-19	42
2.5	¿Qué hacer en caso de presentar los síntomas provocados por el virus COVID-19?	43
2.6	Recomendaciones adicionales	45
3.	Anexos	47
I.	Formato de hoja de vida (PDF editable)	48
II.	Formato de Test de control (PDF editable)	49
III.	Folleto Que hacer en caso de viaje reciente elaborado por el CIACC (PDF)	50
4.	Infografía	51

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

II. Objetivo

Esta Guía se realizó siguiendo las indicaciones nacionales emitidas por la Secretaría de Salud del Gobierno Federal y las recomendaciones internacionales emitidas por la Organización Mundial de la Salud en respuesta a la emergencia de salud pública mundial por la propagación del virus COVID-19, así como siguiendo las recomendaciones de las autoridades del Consejo de la Judicatura Federal, con el objetivo de dar a conocer las medidas de prevención y control que nos permitirán prevenir y disminuir los riesgos de transmisión del virus en todos los centros de trabajo del Instituto Federal de Defensoría Pública, así como salvaguardar la salud y la vida del personal que realiza actividades de carácter esencial.

III. Marco jurídico

Derivado de la situación actual de contingencia que se vive en todo el país, el Instituto Federal de Defensoría Pública acata las disposiciones generales que en materia de salud que ha emitido la Secretaría de Salud para mitigar y prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal que labora en el IFDP. La presente Guía responde a la necesidad de fortalecer las medidas de prevención para proteger al personal que realiza actividades esenciales para la ciudadanía.



Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.



Las presentes medidas se basan en las Disposiciones Operativas relacionadas con los Acuerdos Generales números 5/2020 y 7/2020 del Pleno del Consejo de la Judicatura Federal, relativos a las medidas de contingencia por el fenómeno de salud pública COVID-19 que en su considerando SEGUNDO establece la procuración e impartición de justicia como actividad esencial, lo que se traduce en que los servicios de defensa penal y asesoría jurídica que brinda el Instituto Federal de Defensoría Pública constituyen tareas esenciales que son realizadas a través de las/los defensores y asesores jurídicos. Así como, en el artículo TRES se establece que se implementarán dos modalidades de trabajo: el trabajo a distancia y las guardias presenciales.

IV. Alcance del instrumento

La presente Guía va dirigida a todo el personal que labora en el Instituto Federal de Defensoría Pública a nivel nacional y principalmente a aquellas/aquellos trabajadores que realizan guardias presenciales en sus centros de trabajo durante el periodo de contingencia. También está dirigido al personal del Instituto Federal de Defensoría Pública que, por la naturaleza de sus actividades, tendrán que estar en movilidad constante y en contacto con usuarios.

En este sentido, es responsabilidad de las autoridades del Instituto Federal de Defensoría Pública dar a conocer a todo su personal el contenido de la presente Guía para su debido cumplimiento.

V. Glosario de términos

Coronavirus: Los coronavirus son una familia de virus que circulan entre humanos y animales (gatos, camellos, murciélagos, entre otros), que causan enfermedades respiratorias que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves.

Caso sospechoso: Persona de cualquier edad que presente enfermedad respiratoria aguda y que cuente con antecedentes de haber mantenido contacto con un caso confirmado o bajo investigación hasta 14 días antes del inicio de síntomas.

Caso confirmado: Persona que cumpla con la definición operacional de caso sospechoso y cuente con diagnóstico confirmado por laboratorio emitido por el Instituto de Diagnóstico y Referencia Epidemiológicos (INDRE).

CJF: Consejo de la Judicatura Federal.

CIACC: Centro de Información, Análisis, Comunicación y Coordinación del CJF.

Coordinación de Seguridad: Coordinación de Seguridad del CJF.

Dirección General del IFDP: Dirección General del IFDP.



Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.



DGSM: Dirección General de Servicios Médicos del CJF.

Etiqueta de estornudo: Usar la parte interna del codo para cubrir la boca y la nariz en caso de estornudar o toser.

INDRE: Instituto Nacional de Diagnóstico y Referencia Epidemiológicos.

IFDP: Instituto Federal de Defensoría Pública.

OMS: Organización Mundial de la Salud.

Servicio Médico del IFDP: Área del Servicio Médico, ubicada en el primer piso del IFDP.

Overol desechable: también conocido como Tyvek suit es un traje diseñado para protección de partículas sólidas, ofrece una barrera contra numerosas sustancias.

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

1. Respetto del COVID-19.

1.1 ¿Qué es el COVID-19?

Se trata del **coronavirus SARS-COV2** y apareció por primera vez en China provocando una enfermedad llamada **COVID-19**, que se ha extendido por el mundo y que ha sido declarada pandemia global por la OMS.¹

1.1.1 Formas de Transmisión

Los coronavirus humanos se transmiten de una persona infectada a otras:

1. A través de las gotículas que expulsa un enfermo al **toser y estornudar**
2. Al **tocar o estrechar la mano** de una persona enferma, un **objeto o superficie contaminada con el virus** y luego **llevarse las manos sucias a boca, nariz u ojos**.²

1.1.2 Síntomas Generales que indican enfermedad de COVID-19

Fiebre, tos, estornudos, malestar general, dolor de cabeza, dificultad para respirar (sobre todo en casos más graves). Algunas personas pueden presentar dolores, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea.³

1 Organización Mundial de la Salud, *Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19): orientaciones para el público*, 2020. Recuperado de <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public> sitio oficial de la OMS.

2 Gobierno de México y Secretaría de Salud, *Si te cuidas tú, nos cuidamos todos*, 2020. Recuperado de <https://coronavirus.gob.mx/>

3 *Ibíd*, <https://coronavirus.gob.mx/>



Dificultad para respirar



Dolor de garganta



Rinorrea



Fiebre



Dolores musculares y en
articulaciones

El **periodo de incubación**, una vez que la persona se contagia es **de 7 a 14 días**.

Si presenta la sintomatología deberá aislarse, informar a su superior jerárquico, acudir de manera inmediata al médico para solicitar atención y la realización de la prueba para confirmar la presencia del **SARS-COV2 y dar aviso al CIACC (véase Apartado 2.2 y Anexo III de la presente Guía)**.

1.1.3 ¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con una persona que no presente ningún síntoma?

El riesgo de contraer la COVID-19 de alguien que no presente ningún síntoma es muy bajo. Sin embargo, muchas personas que lo contraen sólo presentan síntomas leves. Esto sucede en las primeras etapas de la enfermedad. Por lo

tanto, es posible contagiarse de alguien que, por ejemplo, solamente tenga una tos leve y no se sienta enfermo.⁴

1.1.4 ¿Qué probabilidades hay de que contraiga el virus SARS-COV2 y desarrolle la enfermedad COVID-19?

El riesgo dependerá fundamentalmente del sistema inmunológico de cada persona y de las comorbilidades (diabetes, hipertensión, obesidad, enfermedades pulmonares, etc.) que se describen más adelante.

También es importante considerar el lugar donde se encuentre y de las condiciones del brote en ese lugar. Sabemos que hay algunos lugares (ciudades o zonas o regiones de país) donde se está propagando con más facilidad y donde el riesgo de contraerla es más elevado, tanto para las personas que viven en ellas como para las que las visitan.⁵

Por ello, es importante que **todas/todos respetemos las medidas sanitarias** que se implementan, así como las relativas a los viajes de carácter personal y a las concentraciones multitudinarias de personas. Si respetamos las recomendaciones emitidas por las autoridades sanitarias, reduciremos el riesgo que corremos cada uno de nosotros de contraer y propagar la enfermedad.

En este sentido, la **Dirección General del IFDP** ha gestionado, ante las autoridades del CJF, **diversos apoyos para el personal que realiza las guardias presenciales o para el personal pueda atender un asunto de urgencia.**

4 IFDP Mexicano del Seguro Social, *Proceso de prevención de infecciones para las personas con COVID-19 (enfermedad por SARS-COV-2)*, 2020. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/>

5 Organización Mundial de la Salud, *Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19): orientaciones para el público*, 2020. Recuperado de <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public> sitio oficial de la OMS.

1.1.5 ¿Cómo se trata el nuevo coronavirus?

Hasta ahora, no existe un tratamiento específico para tratar los coronavirus, solo se indican medicamentos para aliviar los síntomas. Por el momento el desarrollo de este brote no se puede predecir del todo, por lo que la respuesta requiere de acciones rápidas, oportunas que se derivan de las estrategias generadas por la Secretaría de Salud a través de sus programas de Salud Pública.⁶

1.1.6 Recomendaciones Generales

- 1) Llevar a cabo higiene de las manos con frecuencia, usando agua y jabón o un desinfectante para manos a base de alcohol con concentración entre 60% y 80%. Es recomendable realizar el lavado de manos siempre que estén sucias, antes de comer y después de utilizar el sanitario.

El lavado de manos debe durar al menos 20 segundos y al finalizar se recomienda usar toallas de papel desechables para el secado de manos.

Para el lavado de manos se recomienda seguir el siguiente procedimiento:

⁶ Gobierno de México, INDRE, *Evaluaciones de pruebas diagnósticas para COVID-19, 2020*. Recuperado de <https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/IFDP-de-diagnostico-y-referencia-epidemiologicos-indre>

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.



- 2) Mantener **mínimo 1 metro de distancia** entre las personas y evitar **saludar de beso y de mano**.



- 3) Es recomendable, que las/los servidores públicos, en la medida de lo posible, realicen sus actividades mediante el trabajo a distancia, sin embargo, **el personal que efectúe las guardias presenciales deberá seguir las recomendaciones de las autoridades sanitarias en todo momento.**



- 4) Al **toser o estornudar**, se recomienda utilizar el **estornudo de etiqueta**, que consiste en cubrirse la nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo.



- 5) Le sugerimos **no escupir en espacios abiertos y públicos**. Si es necesario hacerlo, **debe utilizar un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura, posteriormente deberá lavarse las manos.**

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.



- 6) No tocarse la cara con las manos sucias, sobre todo nariz, boca y ojos.



- 7) Se recomienda el uso de mascarilla en caso de tener alguna enfermedad respiratoria, durante los traslados en transporte público y en casos donde requiera mantener un contacto cara a cara con otra persona.

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.



- 8) **Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso común** en casas, oficinas, sitios cerrados, transporte, centros de reunión, etc. y ventilar, permitiendo la entrada de luz solar.



- 9) **Evitar** en lo posible **contacto con personas que tengan enfermedades respiratorias.**

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.



10) Manténgase informado y evite difundir información falsa sobre el tema.

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

2. Respecto de las medidas sanitarias

2.1 Medidas sanitarias para el personal que cubrirá las guardias presenciales y asesores y defensores que por causas urgentes tendrán que brindar sus servicios a la ciudadanía.

La Dirección General del IFDP gestionará ante las autoridades del CJF, las herramientas necesarias para que las/los servidores públicos que realicen **guardias presenciales o alguna otra actividad esencial** para mantener su espacio laboral cuenten con el equipo necesario para la realización de sus actividades.

Asimismo, la Dirección General del IFDP con apoyo de las/los Titulares de Unidad, las/los Secretarios Técnicos, las/los Delegados o encargados de despacho, durante el periodo de contingencia, **monitorearán la salud del personal**, así como dar seguimiento a las actividades que realizan para detectar posibles casos, espacios y focos de contagio y propagación.

Las/los Titulares de Unidad, Secretarías Técnicas y/o Titulares de las Delegaciones o encargados de despacho durante el periodo de contingencia, deberán:

- Identificar dentro del centro de trabajo al personal en mayor riesgo que por su condición deban aplicar estrictamente trabajar a distancia.
- Identificar las tareas o funciones para el trabajo a distancia.
- Identificar las funciones que por su grado de exposición o atención al público representen un mayor riesgo para el trabajador y el usuario.

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

- Deberá compartir esta información con todo el personal del IFDP.
- Seguir las recomendaciones sanitarias de salud.
- Monitorear posibles casos sospechosos del personal que realice guardias presenciales o que realice una actividad esencial y que tenga contacto con alguna persona.
- Proveerle al personal que realice las guardias presenciales del material necesario y gestionado, para que el personal pueda desarrollar sus actividades. En caso de no contar con el material informar a la Dirección General al correo dg.ifdp@correo.cjf.gob.mx y a su respectivo Titular de Unidad.

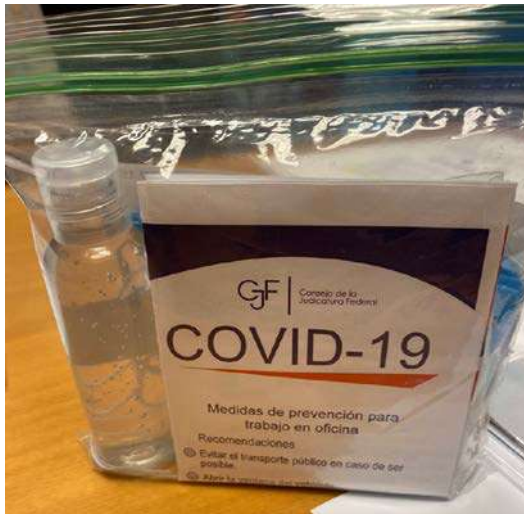
El IFDP, con apoyo del CJF, estará **proporcionando un kit de protección personal que en las Delegaciones los Administradores entregarán al Titular de la Delegación o al encargado del despacho durante el periodo de contingencia**, para que quienes realicen guardias presenciales, así como para las/los asesores y defensores que se encuentren prestando sus servicios en los casos de urgencia, para lo cual deberán coordinarse con el Titular de la Unidad de Coordinación de Defensa Penal y Asesoría Jurídica.

En el caso de la **Ciudad de México, la Dirección General de Apoyo Operativo de la Unidad de Administración y Apoyo Operativo**, será la encargada de la tramitación y entrega del kit, para lo cual deberá coordinarse con el Titular de la Unidad de Coordinación de Defensa Penal y Asesoría Jurídica y la Dirección General del IFDP.

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

Este kit contiene:

- ✓ Una caja de guantes de nitrilo.
- ✓ Una caja con Cubreboca plisado.
- ✓ Una botella de Alcohol en gel al 70%.
- ✓ Un contenedor de Toallas sanitizantes.
- ✓ Una caja con bolsas de cierre hermético (se usará una bolsa por día para desechar guantes y cubreboca).
- ✓ Una caja con plumas desechables.
- ✓ Overol desechable (Tyvek suit).



Además de lo anterior:

- a. La **guardia presencial no deberá ser cubierta por el personal del IFDP que se encuentre en una situación de vulnerabilidad**, es decir, las personas adultas mayores de 60 años, mujeres embarazadas o en estado de puerperio inmediato o lactancia, y personas con diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunosupresión (adquirida o provocada), o con insuficiencia renal o hepática, obesidad mórbida, no podrán participar en esta modalidad de trabajo **porque sufren una amplia posibilidad de adquirir SARS-COV2 y desarrollar las complicaciones derivadas del COVID-19.**
- b. Las **personas que no tengan posibilidad de dejar a sus hijas e hijos menores de edad al cuidado de otra persona durante la contingencia**, tampoco podrán participar en esta modalidad de trabajo.
- c. Para cumplir con las guardias presenciales, el personal asignado **deberá asistir a su centro de trabajo con cubreboca, de acuerdo con las instrucciones de las autoridades del CJF.** Si no cuenta con uno previo a su llegada, se le proporcionará uno. Durante su jornada de trabajo no deberá quitárselo ni tocarlo con las manos. Si lo hace deberá lavarse las manos con agua y jabón y colocarse alcohol en gel.

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.



- d. Deseche el cubreboca una vez que este húmedo o una vez que llegue a casa, no lo recicle.

Para quitar el cubreboca siga estos sencillos pasos:

- Quíteselo por la parte de atrás, no es recomendable tocar la parte de enfrente.
- Debe desecharlo inmediatamente en un contenedor cerrado.
- Lave nuevamente sus manos con agua y jabón.

- e. Una vez que **ingresa al inmueble deberá dirigirse directamente a lavarse las manos** (revisar paso 1 de las recomendaciones generales). Es de vital importancia que repita frecuentemente el lavado de manos.

- f. Al finalizar el lavado y secado de manos, **deberá colocarse los guantes de nitrilo**. Se recomienda usarlos durante toda la jornada de trabajo y retirarlos sólo si es necesario. Es recomendable retirárselos previo a su

salida de las instalaciones y colocarlos en un contenedor cerrado o en una bolsa que deberá cerrar de forma adecuada.

- g. Si en el inmueble donde se encuentra trabajando **existen elevadores, se recomienda no usarlos**. Es más recomendable usar las escaleras sin tocar los pasamanos.
- h. Una vez que finaliza el lavado de manos y la colocación de los guantes de nitrilo, **deberá limpiar la superficie y el equipo con el que trabajará durante su jornada laboral**. Para ello, deberá usar las toallas sanitizantes. También le recomendamos limpiar bolsas, portafolios, mochilas o carpetas que utilice para transportar un paquete u oficio.
- i. Es importante **limpiar y desinfectar todos los objetos que hayan estado en contacto con otras personas**. En la medida de lo posible, utilice material con el que sólo usted mantenga contacto y **evite exponerse tocando objetos contaminados que no sean suyos** como llaves, monedas, folders, plumas, etc. Si lo hace **absténgase de tocarse la boca, nariz y ojos y de manera inmediata lávese las manos con agua y jabón**.
- j. Si por la naturaleza de sus actividades necesita **usar frecuentemente el teléfono de oficina**, le recomendamos **limpiarlo constantemente sobre todo si otras personas también lo usan**. Utilice una toalla sanitizante o un poco de papel para secado de manos con gel antibacterial y que en la medida de lo posible lo utilice con los guantes de nitrilo puestos.

- k. Se **recomienda que los centros de trabajo** donde se estarán **cubriendo guardias presenciales** se encuentren en la medida de lo posible, **bien ventilados** pues es importante que exista una buena circulación del aire para evitar que en caso de presencia de **SARS-COV2 este no pueda permanecer activo por mucho tiempo.**
- l. Si por la naturaleza de sus actividades usted requiere trasladarse a otras sedes o a otros espacios para desarrollar su trabajo, usted deberá en la medida de lo posible evitar el uso de transporte público. Si usted viaja en un vehículo particular es importante mantenerlo ventilado durante el trayecto y limpiar **antes de su encendido, el volante, la palanca y el tablero.**

Si usted tiene que viajar en transporte público, le recomendamos que **antes de subir se coloque el cubreboca y aplique alcohol en gel antibacterial**, además si le es posible utilice guantes de latex o nitrilo. **Es importante que evite subirse al transporte si hay una alta concentración de personas.**

2.1.1 Uso adecuado del kit de protección

- a. Si por la naturaleza de su trabajo usted **debe mantener contacto directo (cara a cara) con otras personas que trabajan en el mismo lugar**, con personas que solicitan algún servicio o si tiene que atender algún caso urgente donde existan concentraciones amplias de

personas, y trasladarse de una cede a otra, es **importante mantener la distancia recomendada, utilizar el equipo proporcionado por el CJF, así como seguir todas las medidas sanitarias; para lo cual se recomienda:**

- Use todo el tiempo cubreboca y guantes de nitrilo.
 - Manténgase a un metro de distancia de las personas con las que dialoga o trabaja.
 - Evite tener contacto físico con las personas que lo rodean.
 - Al llegar a cualquier otro lugar deberá lavarse las manos o en su caso aplicar una cantidad importante de alcohol en gel.
 - Manténgase alejado de las personas que presenten síntomas de enfermedad respiratoria.
 - Cumpla con los protocolos de prevención establecidos en cualquier lugar al que asista.
- b. Las/los defensores que necesiten cubrir guardias en Centros de Justicia Penal Federal, para atender audiencias o dar seguimiento urgente a algún caso en particular, **deberán usar overol desechable, guantes de nitrilo y cubreboca.****
- c. Es fundamental que antes de ingresar a cualquier sede del CJF o de cualquier otra institución, se coloque el cubreboca, los guantes y posteriormente el overol desechable para evitar el contacto o roce directo con otras personas.**

2.1.2 Uso del overol desechable

El overol es desechable y al retirarlo deberá de tener cuidado de no tocar su ropa con la parte externa del traje. Una vez que finalice sus actividades en estos centros de trabajo, deberá retirarla con mucho cuidado y colocarla en un contenedor cerrado o en una bolsa.



i) ¿cómo colocar el overol desechable?

1. Retire las pertenencias que no sean indispensables para la actividad. (reloj, pulseras, anillos, etc.)

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

2. Realice el lavado de manos con técnica adecuada y con una duración de 40 segundos. **(Consultar el Apartado 1.1.6 de la presente Guía)**



3. Coloque los guantes internos.

4. Para colocar el overol introduzca las extremidades inferiores sin necesidad de retirar el calzado.



5. Introduzca al overol las extremidades superiores hasta llegar a sus hombros.



Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

6. Suba el cierre del overol



7. Coloque el cubrebocas con el uso de ambas manos.



Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

8. En caso de contar con lentes de armazón o de seguridad, deberá disponer de ellos previo a la colocación del gorro procurando que el cabello quede completamente cubierto.



9. En el caso de contar con la cubierta para calzado, tendrá que colocarlas por encima de los zapatos y ajustando sobre el traje.



10. Coloque los guantes externos procurando cubrir las ventilaciones en el traje.



ii) ¿Cómo retirar el overol desechable y el equipo de protección?

1. Localice el área asignada para retirar el traje, de no contar con ello, deberá retirarlo una vez que salga de las instalaciones donde lo ocupó.
2. Proceda a lavar las manos con técnica adecuada y con una duración de 40 segundos.

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.



3. Enrolle el gorro hasta la parte exterior y bájelo por completo.



Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

4. Proceda de nueva cuenta a realizar el lavado de manos con una duración de 40 segundos.



5. Retire el overol, bajando el cierre y empezando con las extremidades superiores, al llegar a las manos, retire los guantes externos.



Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

6. Continúe retirando el overol, procurando tocar solamente la parte interna del traje hasta las extremidades inferiores. Introduzca el overol en una bolsa hermética con cierre y posteriormente coloque el paquete en un contenedor cerrado.



7. En el caso de contar con lentes de protección deberá retirarlos y colocarlos en solución estéril.



Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

8. Proceda a lavar de nueva cuenta las manos con técnica adecuada y con una duración de 40 segundos.



9. Proceda a retirar el cubrebocas tomando con una mano la tela y con la otra retirando los sujetadores para la cabeza. [\(Consulte el apartado 2.1, inciso D\)](#)



Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

- 10.** Proceda a lavar de nueva cuenta las manos con técnica adecuada y con una duración de 40 segundos.



- 11.** Por último, proceda a retirar los guantes internos con el apoyo del dedo índice e iniciando desde la parte inferior.



2.2 ¿Qué hacer en caso de estar en contacto con una persona que presenta síntomas de la enfermedad COVID-19?

Si durante su jornada de trabajo mantiene contacto con algún caso sospechoso o un caso confirmado por COVID-19, usted deberá:

- Atender las indicaciones de higiene para evitar la propagación.
- Deberá permanecer aislado durante un periodo entre 7 y 14 días para verificar si usted desarrolla algún síntoma de la enfermedad.
- Es importante que de aviso a las autoridades sanitarias correspondientes para que lo mantengan en constante vigilancia médica.
- También es importante que de aviso a las autoridades del IFDP para determinar con que otros trabajadores o personas tuvo contacto y tomar las medidas necesarias para evitar la propagación del virus.
- Además, deberá **informar de su situación médica al CIACC**, podrá comunicarse con ellos las 24 horas del día a través del correo electrónico **ciacc1@correo.cfj.gob.mx** con copia al correo **dg.ifdp@correo.cjf.gob.mx** o marcando a los números telefónicos **54499500 ext. 2140 o 2143 y al 5579601011**.
- Si durante el periodo de aislamiento de entre 7 a 14 días usted llegará a presentar síntomas, le pedimos que de manera inmediata de aviso a su médico y a las autoridades sanitarias para que puedan brindarle la atención temprana y adecuada para evitar complicaciones que pongan en riesgo su vida.

2.3 ¿Qué hago si detecto un posible caso en el centro de trabajo?

2.3.1 Ciudad de México

- Si ustedes detectan en su área una persona con fiebre de 38° C y otros síntomas, no entre en pánico, lo primero que deberá hacer es:
 - Solicitar a esa persona que se comuniqué al celular 55-5406-2299 del Dr. Fernando Guerra Ascencio Responsable del Servicio Médico del IFDP, toda vez que el Dr., solo está asistiendo al IFDP cada tercer día, por instrucciones de la DGSM.
 - Se remitirá de inmediato a su casa y/o al Doctor
 - El teléfono de la Secretaría de Salud: **800-0044-800**
 - Cualquier duda al respecto, podrán comunicarse con el Dr. Fernando Guerra Ascencio al teléfono celular **55-5406-2299 (disponible para todos los trabajadores del IFDP a nivel nacional).**
 - Además, se dará aviso al CCIAC con copia para la Dirección General (Véase Apartado 2.2 de la presente Guía)

2.3.2 Delegaciones

- Si ustedes detectan en su área una persona con fiebre de 38° C y otros síntomas, no entre en pánico, lo primero que deberá hacer es:
 - Solicitar a esa persona que se retire y acuda al sector salud que le corresponda o a un servicio de salud privado.
 - El teléfono de la Secretaría de Salud: **800-0044-800**.
- a) Informar a la Dirección de Coordinación de Delegaciones de la Unidad de Coordinación de Defensa Penal y Asesoría Jurídica a través de los teléfonos **5130-0100 ext.1179**, Red **#316 ext.1179** y al correo electrónico **ifdp_defensayasesoria@correo.cjf.gob.mx**

2.4 Atención y traslado de un caso sospechoso de COVID-19

Si detectamos un posible caso de COVID-19 y requiere de nuestro apoyo para recibir atención médica, usted deberá seguir las siguientes instrucciones:

- El caso sospechoso debe realizar siempre higiene respiratoria (limpieza de nariz) y manos (**Consultar el Apartado 1.1.6 de la presente Guía**).
- El posible caso sospechoso deberá colocarse un cubreboca durante su traslado. La persona de apoyo deberá tomar precauciones de contacto (usar overol desechable, cubreboca y guantes de nitrilo).
- Durante el traslado, el posible caso sospechoso y la persona de apoyo deberán evitar tocarse la cara.
- Deberán permanecer tan lejos como sea posible de otras personas (al menos 1 metro) cuando se transporte y cuando llegue al centro de atención médica.
- Si es posible, evite el transporte público para el traslado al centro de atención médica. Durante el traslado del paciente al servicio médico, el vehículo deberá estar ventilado.
- Cualquier superficie que se ensucie con secreciones respiratorias o líquidos corporales durante el traslado, deberán ser limpiados y desinfectados con una solución de cloro diluido (1 parte de cloro por 99 partes de agua).
- Deberá informar al servicio médico el historial de exposición, así como los signos y síntomas sugestivos de COVID-19 para tomar las precauciones de control de infección.

2.5 ¿Qué hacer en caso de presentar los síntomas provocados por el virus COVID-19?

- Si usted llegara a presentar los siguientes síntomas: Fiebre, tos, estornudos, malestar general, dolor de cabeza, dificultad para respirar, diarrea o escurrimiento nasal, deberá asistir inmediatamente al médico para recibir la atención adecuada.
- Deberá solicitar la realización de la prueba para detectar la presencia de COVID-19
- En caso de que la prueba resulte positiva es importante que informe de manera inmediata a las autoridades del IFDP para monitorear su estado de salud y de las personas que mantuvieron contacto con usted.
- Deberá permanecer en aislamiento durante un periodo de 30 días, en el cual deberá reforzar las medidas de higiene ya descritas anteriormente.
- Si la sintomatología es severa deberá permanecer en un hospital o centro médico donde le brinden la atención necesaria.
- Si la sintomatología es moderada deberá respetar rigurosamente el aislamiento en casa, verificar su temperatura y su dificultad para respirar.

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

- Evite el contacto con cualquier persona en la medida de lo posible. En caso de estar en contacto con algún familiar o amigo, se recomienda que esta persona mantenga una distancia de metro y medio, use cubreboca y guantes todo el tiempo.
- Es importante que durante el aislamiento mantenga una importante higiene sanitaria en la habitación de baño, si es posible sólo úselo usted mientras termina el periodo de cuarentena. Separe utensilios como vaso, cuchara, plato y tenedor y hay que lavarlos de manera inmediata una vez que finaliza su uso.⁸

⁸ IFDP Mexicano del Seguro Social, *Proceso de prevención de infecciones para las personas con COVID-19 (enfermedad por SARS-COV-2)*, 2020. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/>

2.6 Recomendaciones adicionales

Es importante que, aunque usted no presente ninguna sintomatología y respete las medidas de higiene y de prevención, también atienda a las siguientes recomendaciones:

- Si usted presenta una sintomatología moderada le recomendamos que asiste al médico y evite ir a los grandes centros hospitalarios donde sólo se estará atendiendo a los casos más severos y graves.
- Aliméntese sanamente, ingiera frutas y verduras de temporada y manténgase hidratado durante el día.
- Evite fumar, ya que disminuye su capacidad pulmonar.
- Realice ejercicio al menos 20 minutos al día para mejorar su capacidad pulmonar y fortalecer su sistema inmunológico.
- Haga caso omiso a la información falsa, no entre en pánico y consulte las fuentes oficiales de información <https://coronavirus.gob.mx/>

Además de lo anterior las/los servidoras públicas del IFDP deberán atender las siguientes recomendaciones:

- Es importante que todas las/los servidoras públicas del IFDP llenen el formato **Hoja de vida (ANEXO I)**.
Deberán enviarla a los siguientes correos: **dg.ifdp@correo.cjf.gob.mx;**
fernando.guerra.ascencio@correo.cjf.gob.mx y/o
angelica.galindo.martinez@correo.cjf.gob.mx; y

ifdp_defensayasesoria@correo.cjf.gob.mx para conocer las condiciones de salud de cada uno y saber qué hacer en caso de una emergencia.

- Deberá contestar el formato **Test de control (ANEXO II)** para poder realizar un control y seguimiento de su estado de salud. Es importante que este formato se llene **cada lunes**.
- Las/los Titulares de Unidad, Secretarías Técnicas y Titulares de las Delegaciones o encargados de despacho durante la contingencia, son los responsables de revisar la información tanto de la Hoja de Vida como del Test, en caso de detectar un caso sospechoso, proceder conforme al **Apartado 2.4 de la presente Guía**
- Recuerde que debemos respetar las normas y lineamientos emitidos en nuestros centros de trabajo, instituciones y autoridades de gobierno nacionales e internacionales.

Estos documentos deberán aplicarse todos los lunes como seguimiento continuo al personal

Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.

3. Anexos.

ANEXOS

I. Formato de hoja de vida (PDF editable)



(ANEXO 1)

PODER JUDICIAL DE LA FEDERACIÓN
SECRETARÍA EJECUTIVA DE ADMINISTRACIÓN
DIRECCIÓN GENERAL DE SERVICIOS MÉDICOS



HOJA DE URGENCIA

Mantener información actualizada; revísela cada 6 meses; use lápiz para facilitar los cambios.

Fecha de elaboración:	
Nombre:	
Teléfono(Ext y Celular):	
Dirección(opcional):	
Número de expediente:	
Tipo Sanguíneo:	
Alergias:	
Enfermedades que padece:	
Cirugías recientes: (menor a un mes)	
Medicamentos:	
Hospital de preferencia:	

Hospital de prioridad:	
Contacto de urgencia 1: Nombre, teléfono y celular	
Contacto de urgencia 2: Nombre, teléfono y celular	
Compañía aseguradora y Número de póliza	

Nombre y firma del Médico: _____

Nombre y firma del paciente: _____

ANEXOS

II. Formato de Test de control (PDF editable)

UNIDAD, SECRETARÍA O DELEGACIÓN:	
ÁREA O ENTIDAD:	
NOMBRE DE LA PERSONA SERVIDORA PÚBLICA:	
FECHA DE APLICACIÓN DEL TEST:	

1. Ha viajado recientemente, ¿a dónde?

SÍ		NO	
----	--	----	--

Nacional (Estado) _____ Internacional (país) _____

2. Ha participado en algún evento masivo

SÍ		NO	
----	--	----	--

¿A qué tipo de evento acudió? _____

¿Ciudad dónde fue el evento? _____

Fecha del evento al que acudió: _____

3. Ha tenido fiebre, tos y dificultad para respirar, recientemente

SÍ		NO	
----	--	----	--

Fecha en la que identificó estos síntomas: _____

Observaciones _____

ANEXOS

III. Folleto Que hacer en caso de viaje reciente elaborado por el CIACC (PDF)



Cúbrase nariz y boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar y después deposítelo en la basura.

Criterios clínicos

- Fiebre mayor a 38°C
- Tos seca
- Dificultad para respirar
- Cefalea
- Dolor de garganta
- Mialgia
- Malestar general
- Diarrea y vómito

Criterios epidemiológicos

- Haber visitado algún país o ciudad donde se ha declarado transmisión de COVID-19.
- Haber estado en contacto cercano con una persona diagnosticada como caso probable o confirmado de COVID-19.

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos.



¿Qué prueba le realizarán?

Toma de muestra de flúidos de garganta o nariz

(Exudado Nasofaríngeo o Exudado Faríngeo)

Siempre y cuando cumpla con los criterios

Instituciones de salud privadas que darán atención (no gratuita)

Hospitales:	Tipo:	Condiciones:
Ángeles del Pedregal Ángeles Lomas ABC Santa Fe ABC Observatorio	A	Aplica pago de coaseguro de 20%. *
Médica Sur Español	B	Aplica pago de coaseguro de 15%. *
Ángeles Acoxa	C	No aplica coaseguro

NOTA:

En todos los casos se pagará deducible
(Operativo \$2,641.15, Mandos Medios y Funcionarios Superiores \$5,282.30 y Padres y suegros \$7,923.46)

* Se puede eliminar el pago de coaseguro en los siguientes supuestos:

Personal Operativo: con suma asegurada potenciada a 444 UMAM.

Personal de Mandos Medios y Funcionarios Superiores: con suma asegurada potenciada a 592 UMAM para niveles 24 al 21, y a 740 UMAM de niveles 20 al 2.

Únicamente aplica pago directo por la aseguradora en hospitalizaciones mayores a 24 hrs. que cuanten con diagnóstico, de lo contrario se pagará vía reembolso.



o comunicarse al teléfono:
55 5449 9500 ext. 2140 al 43, 55 7960 1011
Correo: ciacc1@correo.cjf.gob.mx

Fuente del contenido: National Center for Immunization and Respiratory Diseases (NCIRD), Division of Viral Diseases

COVID-19

Ante un caso positivo de COVID-19 ¿Qué cuidados debemos tener?

- ☀ Usar cubreboca en todo momento.
- ☀ Si es posible, evitar el transporte público. Abrir las ventanas del vehículo.
- ☀ Realizar el proceso de higiene de manos constantemente, y permanecer tan lejos como sea posible de otras personas (al menos 1m).
- ☀ Limpiar cualquier superficie que se ensucie con secreciones respiratorias o líquidos corporales, con solución de cloro diluido (10ml por cada litro).

Higiene de manos en domicilio

- ☀ Debe realizarse después de todo contacto, antes y después de preparar alimentos, antes de comer, después de usar el baño y cuando las manos se vean sucias.
- ☀ Si las manos no están visiblemente sucias, se pueden frotar con gel alcohol (con contenido de alcohol entre el 60 y 80%).
- ☀ El proceso debe durar entre 15 y 20 segundos.
- ☀ Cuando se usa jabón y agua es deseable que se usen toallas de papel desechables para secar las manos; si no están disponibles, usar toallas de tela exclusivas y reemplazarlas cuando estén húmedas.

Limpie y desinfecte los objetos y superficies que se tocan frecuentemente.



Evite tocarse los ojos, nariz y boca.

Cuidados en casa

- Ubicarse en una habitación bien ventilada y de ser posible solo.
- Los miembros del hogar deben permanecer en una habitación diferente o, si esto no es posible, mantener una distancia de al menos un metro.
- Limitar el contacto con personas, idealmente asignar a una persona con buena salud sin condiciones de riesgo para cuidar al paciente y evitar visitas extra.
- Limitar el movimiento del paciente fuera del cuarto y minimizar espacio compartido (como cocina o baño).
- Asegurarse de que los espacios compartidos estén bien ventilados (por ejemplo, con ventanas abiertas).

- Abstenerse de tocar ojos, boca y nariz.
- Evitar el contacto directo con líquidos corporales como secreciones respiratorias, de boca, materia fecal, orina u otros desechos.
- Evitar otras formas de exposición a objetos posiblemente contaminados (cepillo de dientes, cigarros, cubiertos, platos, bebidas, toallas o ropa de cama). Los cubiertos y platos deben lavarse con agua y jabón o detergente después de su uso, y se pueden reutilizar.
- Se deben limpiar y desinfectar una vez al día las superficies tocadas con frecuencia, como mesas de noche, cabecera de la cama, otros muebles del dormitorio y baño.

Es muy importante mantener contacto y avisar al CIACC sobre cualquier inicio de síntomas en familiares y evolución del caso.



4. Infografía.

Medidas Sanitarias COVID-19

**Guardias
presenciales**



**Continuamos protegiendo los derechos de las
personas a una defensa adecuada y acceso a
la justicia, de manera responsable**



Instituto Federal de
Defensoría Pública



Instituto Federal de
Defensoría Pública

Medidas Sanitarias COVID 19

Guardias presenciales



El uso de cubrebocas en las oficinas es **obligatorio**



Lave sus manos constantemente



Recuerde hacer uso de las **estaciones sanitarias** dentro de la oficina



Si asiste a guardias en Centros de Justicia o audiencias, favor de utilizar la **vestimenta** apropiada para su protección.



En caso de cualquier sospecha o contacto con una persona confirmada por COVID 19, favor de comunicarse con las autoridades del CIACC del CJF y del IFDP para atención



Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.



Twitter: [@defensoriaifdp](https://twitter.com/defensoriaifdp)



Facebook: Defensoría Pública



Instagram: [defensoria.ifdp](https://www.instagram.com/defensoria.ifdp)





**Guía para la implementación de medidas sanitarias para
prevenir la propagación del virus COVID-19 entre el
personal del IFDP.**



**Guía para la implementación de medidas sanitarias para prevenir la propagación
del virus COVID-19 entre el personal del IFDP.**

IFDP Federal de Defensoría Pública

se editó en abril de 2020 en la Dirección General del IFDP

Federal de Defensoría Pública del Consejo de la Judicatura Federal

Bucareli 22 y 24, Colonia Centro, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 0640,

Ciudad de México.