



SHCP
SECRETARÍA DE HACIENDA
Y CRÉDITO PÚBLICO



Protocolo para el Retorno Seguro al Trabajo Presencial **CONSAR** SARS-CoV2 (COVID-19)

Septiembre 2020

Protocolo para el Retorno Seguro al Trabajo Presencial CONSAR SARS-CoV-2 (COVID-19)

Introducción

En el marco de la *Estrategia de retorno a las actividades: Una nueva normalidad*, en razón de las acciones que fueron implementadas para hacer frente a la epidemia causada por el virus SARS-CoV2 que causa la enfermedad COVID-19, el Gobierno de México, así como las respectivas instancias oficiales, han dado a conocer una serie de acciones de **reapertura ordenada, gradual y cauta**, conforme al sistema de semáforo de riesgo epidemiológico, para continuar con el cuidado de la salud de las personas y, al mismo tiempo, reactivar la economía mexicana para una pronta recuperación económica.

Por tal motivo, es importante crear una nueva cultura laboral en materia sanitaria y de protección del personal, razón por la que la reanudación de las actividades laborales presenciales deberá ser de manera progresiva y apegada a los estándares mínimos de seguridad contra riesgo de contagio.

Objetivo

Para cumplir con esta encomienda, el presente instrumento contiene de forma enunciativa más no limitativa, las acciones que se deberán emprender y atender, así como los protocolos de seguridad que garanticen al personal y al público en general, que se está cumpliendo con las indicaciones y recomendaciones en materia de prevención y protección de la salud que emiten las autoridades competentes con el objeto de reducir los riesgos asociados al COVID-19. Sin embargo, es necesaria la participación comprometida de las personas servidoras públicas y el público usuario, para reducir el riesgo de contagio de la enfermedad multiorgánica ocasionada por el virus SARS-CoV2.

Por lo que se han tomado como referencia las disposiciones que las autoridades federales han emitido al respecto, así como las medidas contempladas en el Plan Gradual hacia la Nueva Normalidad en la Ciudad de México. Por lo anterior y considerando la interacción que prevalece al interior de los centros de trabajo, por la diaria convivencia entre las personas servidoras públicas y usuarios, la finalidad de este protocolo es establecer medidas para la prevención y contención en forma considerable de la propagación del COVID-19.

Semáforo de Riesgo Epidemiológico

Para ir normalizando las actividades institucionales, la CONSAR determinará el nivel de restricción en las actividades con presencia en el centro laboral, conforme al semáforo de riesgo epidemiológico.

Personal autorizado a ingresar en los inmuebles



Máximo

Únicamente **servidores públicos** que realizan actividades propias de los **procesos críticos** en las Unidades Administrativas y las cuales no pueden ser ejecutadas vía remota.

Alto

Adicional a los mencionados en el punto anterior, se podrá incorporar **hasta un 10% adicional del personal que realiza actividades vía remota** en días y horarios escalonados y si así lo requieren los titulares de unidad.

Medio

Se podrá incorporar **hasta un 20% adicional del personal que realiza actividades vía remota** en días y horarios escalonados y si así lo requieren los titulares de unidad.

Bajo

Se reincorporan **todos los servidores públicos** de todos los niveles

Trabajo a Distancia

La continuidad de operaciones y el cumplimiento de las atribuciones de la CONSAR, se ha realizado ejecutando nuestras funciones vía remota mediante el trabajo en casa de las personas servidoras públicas. Dado que la pandemia de COVID-19 sigue activa, esta modalidad de trabajo continúa, en equilibrio con los procesos críticos y esenciales que deban realizarse de manera presencial y conforme al nivel de riesgo que permita asistir a las instalaciones de CONSAR.

Las personas servidoras públicas de la CONSAR que realizan trabajo a distancia deberán tomar en cuenta lo siguiente:

- Aun cuando la modalidad de trabajo no sea presencial, se seguirán respetando y acatando las instrucciones del superior inmediato, siendo éste quien encomiende las tareas a realizar a su equipo, así como los tiempos y formas en que éstos deban entregarse.
- Durante la modalidad de trabajo a distancia, las personas servidoras públicas contarán con los mismos horarios laborales que venían manejando de manera presencial, antes de la emergencia sanitaria.
- Durante la jornada de trabajo las personas servidoras públicas de la CONSAR deberán estar disponibles para la coordinación con su superior inmediato, en caso de ser necesario.

Medidas de Mitigación y Contención:

- I. Medidas Básicas.
- II. Medidas específicas a seguir por el personal de la CONSAR, para el retorno al trabajo presencial cuando el semáforo de riesgo epidémico lo permita y/o las actividades no puedan realizarse vía remota.

I. Medidas Básicas

Son medidas básicas de distanciamiento, higiene personal y del entorno que se deben realizar en todo momento, en todos los niveles de riesgo del semáforo, para el control y mitigación de los riesgos de salud que implica la enfermedad COVID-19 en cualquiera de las fases de la pandemia y que protegen además de diversas enfermedades infecciosas como la influenza.

Estas medidas disminuyen la velocidad de transmisión o contagio de estas enfermedades y su objetivo central es incrementar la protección de la comunidad CONSAR.

Estas medidas son:



Para facilitar la adopción de estas medidas en las actividades cotidianas se recomienda:

Antes de salir de casa

- Usar una prenda de manga larga.
- Usar el cabello recogido, rasurarse barba y bigote.
- No utilizar aretes, pulseras, anillos o reloj.
- Llevar pañuelos desechables para utilizarlos después de tocar superficies.
- Llevar soluciones de alcohol, alcohol-gel y cloro, para la higiene de manos y limpieza de objetos de uso personal.
- Contar con cubrebocas, eficientes y reutilizables para la protección en el espacio público, lugares cerrados y aglomerados. Usar, manipular, lavar y desechar el cubrebocas correctamente y mantenerlo puesto adecuadamente, inclusive al hablar, estornudar y toser. Mantenerlo puesto mientras se permanezca en espacios cerrados, sin ventilación adecuada; así como en lugares aglomerados y sin sana distancia.

- En el transporte público, elevadores, y espacios confinados aglomerados similares, utilizar barreras protectoras facial y/o ocular. Lavar caretas y lentes protectores con frecuencia.

Uso correcto del cubreboca



Recuerda que el cubreboca solo, no puede protegerte de COVID-19. Mantén sana distancia y lava tus manos con frecuencia.



Desechable (triple capa)

Personas con síntomas o cuidador de personas con síntomas respiratorios.



Tela (triple capa)

Comunitario en personas asintomáticas cuando NO es posible garantizar una sana distancia (ej. transporte público).

COLOCACIÓN



1

Lava tus manos con solución alcohol-gel con concentración >60% antes de tocar el cubreboca.



2

Revisa que el cubreboca se encuentre íntegro y limpio (no rasgaduras, ligas inadecuadas).



3

Identifica la parte que va hacia arriba (ajuste nasal) así como parte externa (pliegues hacia abajo – por lo general la parte con color hacia afuera).



4

No toques la parte interna.



5

Coloca el ajuste nasal sobre la nariz.



6

Asegura que cubra nariz, boca y barbilla. Asegurate que ajusta bien el resto de tu cara.

USO



Verifica que se encuentra todo el tiempo bien colocado.



NO toques ni manipules el frente del cubreboca.

NO muevas el cubreboca.

RETIRO



1

Lave tus manos con solución
alcohol-gel con
concentración >60% antes de
retirar el cubreboca.



2

Remueve el cubreboca a
través de las cintillas desde
las orejas o cabeza.



3

No acerques el cubreboca al
cuerpo o superficies.



4

Lava tus manos con solución
alcohol-gel

FINALMENTE

Cubreboca desechable:

deséchalo inmediatamente en bolsa.



Cubreboca de tela:

coloca en una bolsa o empaque que se pueda sellar. En casa, lava con agua y jabón,
si usas lavadora a temperatura elevada o bien después hierva por 1 minuto.



Durante el día

- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón (*recomendación de 10 a 20 veces diarias*), periódicamente durante el día, de manera enunciativa mas no limitativa:
 - Al llegar de la calle.
 - Antes de iniciar actividades laborales.
 - Después de tocar áreas de uso común.
 - Después de atender a cualquier persona (fuera del círculo cercano).
 - Antes y después de ir al baño.
 - Antes y después de comer.
 - Antes y después de usar objetos como llaves, monedas o billetes, manejar objetos de uso común como teclados de computadora, impresoras, engrapadoras, teléfonos, barandales, etc.
 - Al salir de elevadores.
 - Al bajar del transporte público.



¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica



Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos

0



Mójese las manos con agua;

1



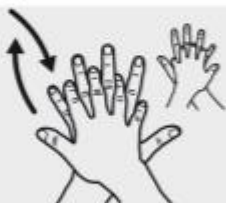
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;

2



Frótese las palmas de las manos entre sí;

3



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

4



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

5



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

6



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

7



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;

8



Enjuáguese las manos con agua;

9



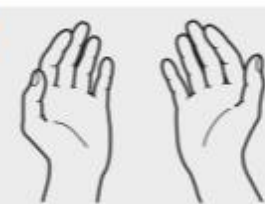
Séquese con una toalla desechable;

10



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;

11



Sus manos son seguras.

- En la interacción con otros, reducir el tiempo de contacto cara a cara y mantener distancia física de al menos 1.5 metros.
- Evitar compartir objetos y si es inevitable, lavarse las manos tan pronto como sea posible.
- Al toser o estornudar: se deberá cubrir la nariz y boca con el ángulo interno del brazo o con un pañuelo desechable (después tirar el pañuelo y lavarse las manos):



- Nunca escupir en el suelo. Si es necesario escupir, hacerlo en un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa anudarlo y tirarlo a la basura y lavarse las manos.



- No tocarse la nariz, boca y ojos con las manos sucias.



- No saludar de beso, mano o abrazo.

- Mantener la higiene adecuada de espacios y ventilar en la medida de lo posible los espacios cerrados.



Es necesario limpiar y desinfectar frecuente y adecuadamente los espacios cerrados, así como las superficies que puedan estar contaminadas.

- La **limpieza** se refiere a la eliminación de materia orgánica, gérmenes, suciedad e impurezas de las superficies. Este proceso no mata los gérmenes, elimina materia orgánica y suciedad por arrastre mecánico, la cual en gran medida puede inactivar los desinfectantes.
- La **desinfección** se refiere al uso de productos químicos (el cloro o el alcohol de uso doméstico son adecuados), para matar los gérmenes en las superficies. Este proceso no necesariamente limpia las superficies sucias, pero al matar los gérmenes en la superficie luego de la limpieza, disminuye aún más el riesgo de propagar infecciones. Recuerda, no se deben mezclar productos químicos entre sí, o con detergentes, ya que se pueden inactivar o bien producir gases altamente tóxicos.

La supervivencia del virus que causa COVID-19, varía de acuerdo con el tipo de superficie en el que se deposita, convirtiéndose en otra fuente de exposición si éstas no se limpian de manera adecuada y frecuente.

La evidencia científica muestra que el COVID-19 sobrevive hasta:

- ✓ 3 horas en la piel.
- ✓ 2-8 horas en aluminio.
- ✓ 8 horas en guantes quirúrgicos.
- ✓ 12 horas en superficies porosas como la ropa.
- ✓ 48 horas en acero.
- ✓ 4-5 días en papel, madera, vidrio o plástico.

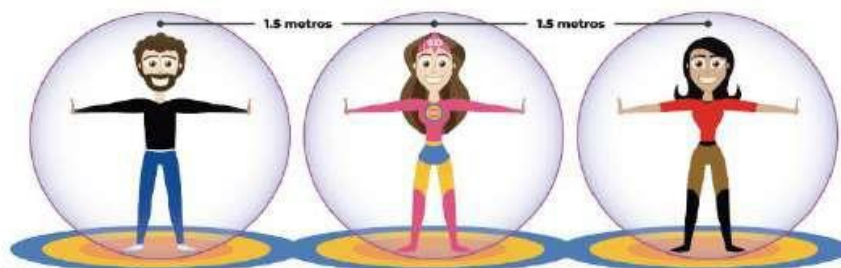
Para eliminar el coronavirus de objetos de usos común, mobiliario, enseres, juguetes, etc., basta con aplicar frecuentemente los procedimientos de limpieza, utiliza cualquier jabón disponible comercialmente, y agua fría o tibia.

La desinfección complementa la limpieza, utiliza una solución de hipoclorito de sodio de uso común (cloro comercial), es un desinfectante eficaz, sumado a que es un producto seguro, para su uso se recomienda preparar una solución clorada desinfectante bajo las siguientes indicaciones:

- Mezclar 980 ml de agua con 20 ml de cloro comercial. Tapar la botella y agitar, etiquetar la botella indicando que contiene agua clorada, guardar el recipiente en un lugar oscuro, esta solución podrá ser utilizada durante 24 horas para realizar la limpieza de superficies.
- En el uso de otros químicos para desinfectar superficies y objetos, se recomienda seguir las instrucciones del fabricante al momento de aplicar el producto, asegurando dejar actuar la solución durante el tiempo necesario (al menos 2 minutos) y ventilar bien los ambientes durante y después de la aplicación. Hay que verificar que el producto no se encuentre vencido. Nunca mezclar el cloro, con detergentes, amoníaco, ni con otros productos de limpieza. El cloro que no esté vencido será eficaz contra los coronavirus si se diluye adecuadamente.
- En artículos electrónicos como teléfonos celulares, tabletas, pantallas táctiles, controles remotos y teclados, se debe eliminar la contaminación visible si existiera. Consideren usar cubiertas que se puedan limpiar con un paño o toallita húmedos para los aparatos electrónicos. Si no se dispone de las directrices del fabricante, consideren usar toallitas a base de alcohol o un atomizador con solución base alcohol etílico al 70%, que también es útil para desinfectar artículos personales y otros objetos. Secar bien las superficies para evitar la acumulación de líquidos. Regularmente el alcohol comercial ya está al 70%, por lo que no requerirá dilución. Si la concentración es del 96%, diluir dos terceras partes de alcohol con una tercera parte de agua.
- La desinfección de superficies debe hacerse diariamente antes de iniciar las actividades en un sitio cerrado, y antes de retirarse del mismo. La frecuencia de limpieza y desinfección se incrementará dependiendo del flujo de personas que se tenga en el lugar.
- Es altamente recomendado, ventilar todas las áreas de los sitios cerrados, asegurando que no haya obstrucción ni apilamiento de materiales y equipo en ventanas, que impida la ventilación e iluminación natural de las áreas.

Ante la fácil propagación del virus, es necesario establecer factores de protección y distancia entre las personas a partir de lo siguiente:

Escenario	Sana distancia mínima	Distancia adicional	Distancia total
1	1.50 m	0.30 cm	1.80 m
2	1.50 m	0.45 cm	1.95 m
3	1.50 m	0.75 cm	2.25 m



- Aislamiento o cuarentena preventiva en casa cuando se tienen síntomas y signos de enfermedad respiratoria y/o asociados a COVID-19 y acudir a recibir atención médica si se presentan síntomas de enfermedad grave (fiebre o dificultad continua para respirar, entre otros).

Esta medida es una de las más importantes a seguir debido a que una persona enferma es fuente de contagio, y si acude a laborar se corre el riesgo de que llegue a transmitir el virus a un gran número de personas. Así mismo al estar enfermo es más susceptible a contraer otras enfermedades en vías respiratorias ocasionadas por bacterias. Por otra parte, al quedarse en casa, la recuperación es más rápida y se pueden evitar complicaciones.

El tiempo que transcurre entre la exposición a la COVID-19 y el momento en que comienzan los síntomas suele ser de alrededor de cinco o seis días, pero puede variar entre 1 y 14 días. En caso de exposición con riesgo de contagio de COVID-19, debe cumplirse el aislamiento o cuarentena de al menos 14 días, aun cuando la persona se sienta bien.

En este punto es preciso resaltar que los casos sospechosos o confirmados de COVID-19, deberán ser informados de manera inmediata a tu superior jerárquico para el seguimiento de la atención médica y a efecto de tomar las decisiones relativas a la operación de las áreas y reforzar las medidas preventivas del personal.

- El uso de gel antibacterial con base de alcohol mayor al 70% es también efectivo para la eliminación del virus y bacterias y se recomienda su uso cuando no se tenga la oportunidad de lavarse las manos con agua y jabón.

Para la protección de todos, es necesario hacer un compromiso individual y colectivo para supervisar que las medidas de prevención y protección se cumplan en los espacios familiar y doméstico, en la comunidad y en los centros laborales.

- Monitorea tu salud a diario

Si acudes a la oficina, sales a realizar compras esenciales o si tuviste que estar en entornos donde no hay sana distancia o ventilación, debes estar atento a los cambios en tus síntomas y signos, conoce tus medidas basales y aprende a tomarlos y monitoréalos diariamente para detectar cambios y darle seguimiento.

Dado que se espera una epidemia larga, y ante los efectos posibles por la reapertura de actividades, mayor movilidad, rebrotes comunitarios y la próxima temporada de influenza, se recomienda tener en casa un termómetro, un oxímetro y un aparato para toma de presión arterial (baumanómetro), para desarrollar la práctica de auto monitoreo diario.

- II. Medidas específicas a seguir por el personal de la CONSAR, para el retorno al trabajo presencial cuando el semáforo de riesgo epidémico lo permita y/o las actividades no puedan realizarse vía remota.

Las medidas de protección y mitigación implementadas para cuidar la salud de las personas han tenido hasta ahora un impacto importante para el sustento de la población en las etapas previas de control de la pandemia y es indispensable que, como personas servidoras públicas, cumplamos disciplinadamente dichas medidas fortaleciendo su adopción en el plan para el retorno al trabajo presencial.

Considerando que el SARS-CoV2 puede estar presente en cualquier lugar donde haya personas, y que con la simple respiración una persona asintomática portadora del virus expelle partículas infectantes, durante el regreso al trabajo y en la vida cotidiana, se deben mantener las recomendaciones que la autoridad sanitaria nos han indicado hasta ahora, para disminuir día a día los riesgos de enfermar y de contagio:



En cualquier tipo de inmueble o espacio cerrado, es indispensable/obligatorio el uso permanente de un cubrebocas de filtrado eficiente, combinado con otras barreras de protección como careta o goggles.

Usar guantes en otras situaciones que no sean al limpiar o al cuidar a una persona enferma (por ejemplo, al empujar un carrito de compras o usar un cajero automático) no necesariamente te protege del COVID-19 y al contrario puede provocar la propagación de gérmenes. La mejor forma de protegerse de los gérmenes cuando se hacen trámites o compras o cuando se sale e interactúa con

otros, es lavarse las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos como rutina, o usar desinfectante de manos con al menos un 70% de alcohol.

Cuando el nivel de riesgo epidémico lo permita, el personal que se requiera realice sus actividades y funciones de manera presencial en las instalaciones de la CONSAR, atenderá el regreso conforme a los horarios y días escalonados, flexibles y alternados, de acuerdo a las actividades que desempeña y las necesidades laborales; para lo que deben cumplir lo siguiente:

1. CAPACITACIÓN

2.

Se recomienda tomar previamente los cursos que ofrece el portal del IMSS: <https://climss.imss.gob.mx/index.php> (encuétralos desde la intranet de la CONSAR en el apartado "Cursos IMSS"), para contar con información teórica-práctica que permita a la población implementar estrategias de prevención, la identificación de factores de riesgo y la eliminación de los mitos que existen sobre el coronavirus. Asimismo, para concientizarse de la importancia de respetar las disposiciones y recomendaciones que emitan las autoridades respectivas.

3. HÁBITOS Y CONDUCTAS

Todas las medidas de protección y mitigación mencionadas reiteradamente, deben ser parte de la vida cotidiana, se especifican a continuación con el propósito de resaltar la importancia de modificar nuestros patrones de conducta que tienen impacto no solo en la salud personal, sino también colectiva:

- a) Uso obligatorio de cubrebocas al abordar y en el trayecto al trabajo cuando se utilice cualquier medio de transporte. Este cubrebocas se desecha adecuadamente o se guarda al ingresar al centro laboral, se recomienda que, al ingresar a las instalaciones, porten un cubreboca limpio.
- b) Al llegar al trabajo, prever el tiempo necesario para pasar por el filtro sanitario de ingreso al edificio (vestíbulo) y el filtro de ingreso al piso.
- c) Preferir el uso de la escalera, ya que los elevadores tienen aforo limitado a 4 personas.
- d) Uso obligatorio y constante de cubrebocas en el centro de trabajo. Se sugiere llevar tres o más, con los que te sientas seguro y cómodo, para cambio durante el día, en caso de que se contamine o humedezca.
- e) Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente o bien, usar soluciones a base de alcohol en gel mayor al 70%. Se sugiere llevar consigo dispensador de gel o spray con solución de alcohol de uso personal.
- f) Práctica de la etiqueta respiratoria: cubrirse la nariz y boca al toser o estornudar, con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.
- g) No escupir, si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura; después lavarse las manos.
- h) No tocarse la cara con las manos sucias, sobre todo nariz, boca y ojos.

- i) Antes de ocupar el lugar que les corresponde en el área de trabajo, lavarse las manos con agua y jabón.
- j) Mantener limpio y desinfectado su equipo de trabajo al inicio y a la conclusión de la jornada laboral.
- k) Mantener una sana distancia (al menos a 1.5 metros) con otras personas y evitar saludarse de mano, beso y abrazo, así como todo contacto físico prescindible.
- l) Evitar conversaciones sin el uso de cubrebocas.
- m) Evitar el uso de joyería, accesorios, corbatas, barba y bigote.
- n) No compartir alimentos, herramientas de trabajo y objetos personales.
- o) En las entradas y salidas de los inmuebles, atender la señalización del flujo de personas.
- p) Retirar objetos personales de las estaciones de trabajo y evitar la acumulación de objetos que no sean necesarios y puedan acumular o ser repositorios de virus y bacterias.
- q) Por la salud de todos y todas, para evitar los riesgos de contagio, una vez que se ingrese a las instalaciones se debe permanecer en su oficina, evitando salidas innecesarias no inherentes a la estancia y evitar acompañarse de personas ajenas a la CONSAR.
- r) Llevar de casa los alimentos que vas a consumir en el día. Programar el uso escalonado de las cocinetas y comedor, para mantener la sana distancia y evitar aglomeraciones.
- s) Evitar la aglomeración de más de cinco personas en las áreas de uso común.
- t) Las reuniones de trabajo presenciales que sea necesario realizar, se limitarán a una duración máxima de 15 minutos y grupos de cinco personas. En todos los casos se elaborará una lista de asistencia con el nombre completo, correo electrónico o teléfono de contacto de los asistentes, para notificación en caso de contacto con un caso sospechoso o confirmado de COVID-19.
- u) Se debe dar preferencia a reuniones de trabajo no presenciales y en el trabajo colaborativo privilegiar las llamadas telefónicas y reuniones por vía remota, aun dentro del mismo edificio, mediante plataformas de videoconferencia y otras similares.
- v) El personal que presta atención al público en general, deberá usar cubrebocas y protección facial u ocular completa (laterales de la cara, superior e inferior de los ojos), así como procurar reducir el tiempo de atención a cada persona dando prioridad a las personas mayores de 60 años, mujeres embarazadas o lactando y personas en situación de discapacidad, así como respetar la sana distancia.
- w) En el caso de utilizar las escaleras, se deberá mantener la sana distancia, evitando tocar los barandales; en caso de que por temas de salud o distancia exista la necesidad de hacer uso del elevador, cuidar que la ocupación máxima sea de 4 personas, así como el uso obligatorio de cubrebocas y evitar hablar durante el trayecto.
- x) Al término de la jornada, apagar el monitor del equipo de cómputo y desconectar aparatos eléctricos.
- y) En caso de presentar sintomatología asociada a COVID-19, avisar inmediatamente a su superior inmediato, procurando el aislamiento domiciliario. Se deberá llamar al servicio

LOCATEL (55-5658-1111) y/o por medio del sistema SMS enviando un mensaje con la palabra "covid19" al 51515.

- z) Si en tu círculo familiar se presenta un caso confirmado de COVID-19, avisar inmediatamente a su superior inmediato, procurando el aislamiento domiciliario, bajo los criterios del numeral 6 de este documento.
- aa) Si la colonia donde vives, es identificada por la autoridad sanitaria local, como zona de "Atención Prioritaria por Altos Contagios", avisar inmediatamente a su superior inmediato, procurando atender las medidas de contención que específicamente se indiquen para los habitantes de esas zonas.

4. RESPETO A TODOS

¿Sabías qué?

El difundir datos personales o realizar comentarios o conductas negativos sobre situaciones que estén viviendo tus compañeros o familiares sobre el COVID-19, se consideran actos discriminatorios, por lo que se les invita a ser respetuosos, para ser congruentes con nuestra **Política Institucional de Integridad en la CONSAR**.

Los actos que llegue a realizar alguna persona servidora pública de la CONSAR y que pudiera constituir un acto de discriminación motivada por ser portador del SARS CoV2 (COVID-19), deberá ser denunciado ante el Comité de Ética y de Prevención de Conflictos de Intereses (CEPCI-CONSAR), a través de los siguientes medios:

cepci@consar.gob.mx y lineaeticadenuncia@consar.gob.mx

5. SEÑALIZACIÓN, FILTROS Y VENTILACIÓN DE ESPACIOS

Con la finalidad de marcar la sana distancia y mantener el distanciamiento de protección, se deberá seguir y observar la señalización colocada en las instalaciones de la CONSAR, en general tienen el propósito de evitar la interacción con cercanía física de personas dentro del espacio de diseminación de gotas de saliva que podrían transportar al SARS-CoV2.

A la entrada y salida de las instalaciones de CONSAR y del edificio Santa Teresa, se deben cumplir los filtros sanitarios establecidos: toma de temperatura y uso de tapetes desinfectantes. En caso de presentar temperatura de 37.5 grados centígrados, se le indicará a resguardarse en su domicilio, se recabarán sus datos generales a efecto de dar seguimiento al caso y se le exhortará a dar aviso a la autoridad sanitaria para el seguimiento de las medidas sanitarias en la oficina gubernamental, mediante el servicio LOCATEL (55-5658-1111) o a través del servicio SMS enviando la palabra "covid19" al 51515. **Tal como se estableció en el Protocolo 2, para la toma de temperatura que aplica el personal de seguridad de la CONSAR.**

Con la paulatina y escalonada presencia de personas en las áreas de trabajo, durante la jornada laboral, las oficinas se mantendrán ventiladas mediante la extracción, filtrado y recirculación

eficiente del aire de áreas internas, para ello deben permanecer abiertas todas las rejillas de aire acondicionado en el plafón (techo), así como las rejillas de ventilación abiertas en el perímetro de oficinas (ventanas), también deben mantenerse abiertas puertas de oficinas privadas, así como puertas de emergencia y de entrada y salida de oficinas.

Los parámetros de funcionamiento del sistema de ventilación, extracción y filtrado de aire, se han adaptado para funcionar con el sistema de aire acondicionado, por lo que los termostatos o controles deben permanecer encendidos para garantizar la renovación de aire en el ambiente interior. **Se privilegiará la ventilación de las áreas internas por encima del confort, por lo que se sugiere prever lo necesario para tolerar un ambiente fresco en el lugar de trabajo.**

6. GRUPOS VULNERABLES

Todos podemos enfermarnos de COVID-19, pero hay una parte de la población que es importante tengan mayores cuidados porque pueden presentar complicaciones, como son:



Comorbilidades:

Personas con discapacidad, mujeres embarazadas o en periodo de lactancia, y personas con enfermedades crónicas consideradas de riesgo por las autoridades de salud, tales como diabetes, hipertensión, pulmonar, hepática, metabólica, obesidad mórbida, insuficiencia renal, lupus, cáncer, cardíaca, entre otras, asociadas a un incremento en el riesgo de complicaciones. (Acuerdo SFP, DOF 31-07-2020)

El personal que se identifique como parte de estos grupos, debe identificar su condición y valores de vulnerabilidad, para determinar la modalidad de su actividad laboral (desde casa o presencial), con base en los *“Criterios para las poblaciones en situación de vulnerabilidad que pueden desarrollar una complicación o morir por COVID-19 en la reapertura de actividades económicas en los centros de trabajo”* y de conformidad al nivel riesgo epidémico local (semáforo), así como las recomendaciones sanitarias dirigidas a la población antes mencionada.

La persona que se ubique en un grupo vulnerable, deberá notificar al área de recursos humanos, mediante la entrega de la copia para conocimiento del **Formato de Declaratoria** debidamente signada por la/el trabajador y con sello de recepción del documento original, dirigido a su Titular de la Unidad Administrativa de adscripción, en apego a la normatividad de datos personales. **(Anexo 1 Declaratoria y, Anexo 2 Criterios de Condiciones y Valores de Vulnerabilidad).**

Ante el COVID-19, el personal puede estimar su probabilidad de agravamiento de enfermedad ante un posible contagio, así como conocer las recomendaciones que le aplican a su nivel de riesgo, en la calculadora de complicación de salud del IMSS en la siguiente liga: <http://www.imss.gob.mx/covid-19/calculadora-complicaciones>.

7. PROTECCIÓN, DETECCIÓN Y SEGUIMIENTO DE CASOS SOSPECHOSOS O CONFIRMADOS DE COVID-19 Y DE SUS CONTACTOS

Todo el personal, en su horario de trabajo, deberá cuidarse y cuidar a sus compañeras y compañeros, sujetándose a las medidas de higiene, protección y distanciamiento establecidas para evitar enfermar y evitar contagiar, incluyendo el resguardo domiciliario trabajando en casa. No obstante, en caso de presentar signos y síntomas asociados a COVID-19 durante la jornada o en los intervalos de trabajo en casa y trabajo en el centro laboral, la persona debe dar aviso a su superior jerárquico y a la Coordinación General de Administración y Tecnologías de la Información o enviando correo electrónico a: contingencia.coronavirus@consar.gob.mx con el fin de realizar oportunamente acciones para su protección, resguardo y contención de posibles contagios entre sus contactos de trabajo, conforme a la Ley General de Salud. **En específico se detalla en el protocolo 3 para la Atención del Personal de la CONSAR, con Sospecha o Diagnóstico de Enfermedad COVID-19.**

Para proteger la privacidad de las personas, dependiendo del nivel de riesgo en la exposición, a los contactos identificados solo se les informará que pueden haber estado expuestos a un paciente o persona sospechosa o confirmada de COVID-19. No se divulgará la identidad del paciente bajo ninguna circunstancia y quien realice el seguimiento de casos resguardará la confidencialidad de los datos personales.

¿Qué es un Contacto de trabajo?

Aquella persona que ha compartido el mismo espacio laboral o contacto cara a cara con una persona confirmada o sospechosa de COVID-19, bajo las siguientes condiciones:

- Por un periodo de 5 minutos o más a una distancia menor a 2 metros y sin haber usado el equipo de protección personal adecuado - EPP (sin cubre bocas, careta o goggles). A mayor tiempo de exposición, mayor probabilidad de contagio, independientemente del nivel de eficiencia del EPP.
- Haber compartido un espacio cerrado sin ventilación por una hora o más.
- Haber tenido exposición directa con las secreciones, gotículas y/o aerosoles de un trabajador infectado o sospechoso (por ejemplo, si estornudan o tosen frente al contacto sin taparse la nariz y la boca) o contacto directo con superficies contaminadas por un trabajador infectado.
- El contacto de trabajo debe haber ocurrido en los tres días anteriores al inicio de síntomas y signos de enfermedad respiratoria asociados a COVID-19 y durante los 14 días después del inicio de los síntomas de un caso confirmado.

¿Qué es un Caso Sospechoso?

Persona de cualquier edad que en los últimos diez días haya presentado al menos UNO de los siguientes signos y síntomas: fiebre, tos, dolor de cabeza o dificultad para respirar –dato de gravedad– (disnea).



Acompañado de UNO de los siguientes:

- Molestias y dolores musculares (mialgias)
- Dolor de garganta (odinofagia)
- Diarrea
- Conjuntivitis
- Escalofríos
- Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies
- Pérdida del olfato o del gusto (anosmia o desgeusia)
- Dolor de articulaciones (artralgia)
- Esguince nasal (rinorrea)

O bien UNO de los siguientes **síntomas graves**, resaltando que ante su presencia se debe buscar atención médica inmediata:

- Dolor o presión en el pecho
- Incapacidad para hablar o moverse

La valoración clínica de síntomas y signos asociados a COVID-19 la debe realizar un médico o bien, para que tomes decisiones oportunas utiliza las siguientes herramientas y recursos:

- Test coronavirus: <https://testcoronavirus.imss.gob.mx/webcovid19/>
- Test COVID-19: <https://test.covid19.cdmx.gob.mx/>
- LOCATEL 55-5658-1111 (atención telefónica o telemedicina)
- Enviando un SMS, con la palabra "covid19", al 51515

- Aplicaciones para celular: COVID-19MX  y APP CDMX 

Disponibles en tiendas de aplicaciones móviles.

- Módulos Triage para atención y diagnóstico de COVID-19, Centros y Quioscos de Salud, del Gobierno de la Ciudad de México, consultar ubicaciones en: <https://covid19.cdmx.gob.mx/>.
- Módulos de valoración de la Unidad Temporal COVID-19 (Centro City Banamex):

<https://sumamospor.mx/modulos-de-valoracion>



¿Qué es un Caso Confirmado?

Una persona que cuenta con una Prueba de detección PCR del COVID-19 con resultado positivo.

¿Qué debo hacer si alguna persona servidora pública de la CONSAR es caso confirmado, sospechoso o contacto?

La persona servidora pública que presente sintomatología asociada a COVID-19 durante la jornada de trabajo, se ubicará en el área de estancia o aislamiento designada, en la espera de que sea enviado a su domicilio o a recibir atención médica, donde se le brindará información y apoyo para su resguardo domiciliario y/o atención médica.

Con el fin de informar a los compañeros que hayan sido “contactos de trabajo” acerca de su posible exposición a la COVID-19 en el lugar de trabajo, la persona proporcionará la reseña de sus posibles contactos de trabajo; resaltando que en todo momento se respetará la confidencialidad de la identidad del trabajador enfermo.

Cuando alguno de los trabajadores cumpla con la definición de “Contacto en el Trabajo” o haya sido contacto en la comunidad con un caso sospechoso o confirmado, se le otorgarán facilidades para implementar una cuarentena preventiva de cinco días, para que se realice una prueba para detección de COVID-19. En caso de no contar con acceso a pruebas se cumplirá una cuarentena preventiva por 14 días. Los empleados que hayan tenido contacto con un compañero de trabajo enfermo y que hayan sido notificados, deberán estar pendientes de la presencia de síntomas relacionados a COVID-19, que en caso de presentarse cambiará su estatus al de caso sospechoso o confirmado y deberán recurrir al servicio médico para su diagnóstico.

La Coordinación General de Administración y Tecnologías de la Información deberá llevar un registro del personal que presente síntomas de enfermedad respiratoria, o en su defecto tenga un diagnóstico confirmado de COVID-19, para su monitoreo y seguimiento. Asimismo, de manera coordinada con el jefe inmediato y con la persona en resguardo, se definirá para cada caso la estrategia para el retorno al trabajo, una vez que concluya el periodo de aislamiento o cuarentena.

La persona servidora pública que presente síntomas de enfermedad respiratoria o asociados a COVID-19 fuera de las instalaciones de la CONSAR deberá:

- Mantenerse en su hogar y no asistir a las instalaciones de la CONSAR.

- Informar a su superior jerárquico sobre su situación, quien informará a la Coordinación General de Administración y Tecnologías de la Información o enviar correo electrónico a: contingencia.coronavirus@consar.gob.mx.
- Las personas con domicilio en el Valle Metropolitano y Ciudad de México, darán aviso inmediato a través del sistema LOCATEL vía telefónica o por medio del servicio SMS mandando un mensaje de texto con la palabra "covid19" al 51515.
- Mantener comunicación con su superior jerárquico sobre su status y seguimiento, proporcionando en su oportunidad a la Coordinación General de Administración y Tecnologías los soportes documentales correspondientes que emitan las autoridades médicas y sanitarias competentes.
- Iniciar aislamiento domiciliario obligatorio de 14 días en caso de ser identificada como caso sospechoso, o confirmado, para ella y todas las personas con las que tuvo algún contacto durante los tres días previos a presentar síntomas.
- Documentar su diagnóstico médico y en su caso, incapacidad laboral. Por ningún motivo se podrá sancionar al personal que se ausente del trabajo o labores, para cumplir su resguardo, aislamiento o cuarentena en caso de presentar síntomas de COVID-19.

En caso de personas servidoras públicas que presenten síntomas de enfermedad respiratoria o asociados a COVID-19 dentro de las oficinas de la CONSAR, se deberá:

- Identificar y solicitar a las personas que hayan tenido contacto de trabajo con la persona con síntomas que se aíslen de forma inmediata a su domicilio, dar aviso inmediato a través del sistema LOCATEL (5658-1111) vía telefónica o a través de un SMS con la palabra "covid19" al 51515, con el fin de dar seguimiento a la evolución de los síntomas de cada uno de los posibles contagios.
- Iniciar resguardo domiciliario obligatorio de al menos 14 días en caso de ser identificada como caso sospechoso, o confirmado, para ella y todas las personas con las que tuvo algún contacto laboral por lo menos tres días antes de presentar síntomas
- Documentar su diagnóstico médico y en su caso, incapacidad laboral. Por ningún motivo se podrá sancionar al personal que se ausente del trabajo, para cumplir su resguardo, aislamiento o cuarentena en caso de presentar síntomas de COVID-19.
- Proceder de manera inmediata a la limpieza de toda el área de trabajo donde estuvo la persona con síntomas.
- Evacuar la zona donde transitó la persona servidora pública, si se estima conveniente, para una adecuada limpieza.

Las personas con resultado positivo en la prueba PCR de detección del COVID-19 no necesitan hacer nuevamente la cuarentena si tuvieron un nuevo contacto con un caso sospechoso, y no necesitan repetir la prueba PCR por hasta 3 meses, siempre y cuando no vuelvan a manifestar síntomas. Las personas que vuelven a manifestar síntomas dentro de los 3 meses de su primer brote de COVID-19 pueden necesitar una nueva prueba de detección si no se identifica otra causa para sus síntomas.

De conformidad con el “Algoritmo diagnóstico y de alta sanitaria para personal de salud en unidades de atención y que presentan sintomatología de infección respiratoria aguda” actualizado al 8 de julio de 2020, para la reincorporación a sus actividades laborales NO es necesaria la toma ni resultado de una segunda muestra para prueba de laboratorio, si la persona cumplió su periodo de aislamiento y/o cuarentena indicados para casos confirmados o sospechosos de COVID-19, y no presenta fiebre en las últimas 72 horas sin tomar antipiréticos. (documento disponible en [https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/07/Algoritmo Dx Personal Salud 08072020.pdf](https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/07/Algoritmo_Dx_Personal_Salud_08072020.pdf)).

8. VISITANTES Y PÚBLICO EN GENERAL

Con el fin de mitigar el riesgo de contagio, de conformidad con el semáforo de riesgo epidemiológico vigente, el acceso de visitantes externos y público en general se sujetarán a las medidas de protección y seguridad descritas en este protocolo. Cada visita se debe coordinar con el área administrativa para controlar el flujo de personas al interior de las instalaciones y mantener el aforo dentro del porcentaje máximo permitido en el inmueble.

El acceso del público usuario se permitirá solo a la persona interesada. En el caso de proveedores, deberán limitar su estancia dentro de las instalaciones al tiempo mínimo indispensable y siempre que cumplan todas las medidas de protección, higiene y distanciamiento.

9. MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN EN ÁREAS COMUNES DEL EDIFICIO

La CONSAR convive en un edificio bajo el régimen en condominio, con personal de empresas de giros diversos. Para instrumentar las medidas sanitarias de forma eficiente para prevenir riesgos de contagio entre la población total de edificio, de manera uniforme y disciplinada se cumplirán los protocolos establecidos para las áreas comunes. Para conocer todas las medidas que se deben cumplir en área comunes, consultar el **Protocolo 1, Prevención del Contagio en el Edificio Empresarial Santa Teresa.**

10. EN CASO DE SISMO EN EL EDIFICIO SANTA TERESA.

En caso de sismo o alerta sísmica en el Edificio Santa Teresa, durante el repliegue y en su caso, durante la evacuación de las instalaciones y la permanencia en el Punto de Reunión, se llevarán a cabo los protocolos de protección civil definidos respetando la sana distancia.

Durante la ejecución de los protocolos, las personas deben portar cubre boca y atender las instrucciones de los Brigadistas de Protección Civil presentes, o bien del personal de seguridad,

quienes recibirán instrucciones vía remota del Responsable del Inmueble. El Administrador del Edificio dará las indicaciones necesarias, acordes al nivel de la emergencia que en su caso se presente.

FUENTES Y REFERENCIAS:

1. Lineamientos Técnicos de Seguridad Sanitaria en el Entorno Laboral.
<https://www.gob.mx/stps/documentos/lineamientos-tecnicos-de-seguridad-sanitaria-en-el-entorno-laboral>
2. Lineamiento General para la Mitigación y Prevención del COVID-19 en Espacios Públicos Cerrados.
https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/03/Lineamiento_Espacio_Cerrado_27032020.pdf
3. Lineamientos para el Regreso a la Nueva Normalidad en la SHCP ante el COVID-19. Seguridad Sanitaria. SHCP.
4. Lineamientos de Protección a la Salud que deberán cumplir las oficinas de la Administración Pública de la CDMX, en el marco del Plan Gradual hacia la Nueva Normalidad.
<https://medidassanitarias.covid19.cdmx.gob.mx/>
5. Plan Gradual hacia la Nueva Normalidad.
<https://covid19.cdmx.gob.mx/storage/app/media/plan%20gradual%20hacia%20la%20nueva%20normalidad%20en%20la%20ciudad%20de%20mexico/plangradualhacialanuevanormalidadenlaciudaddemexico20.pdf>
6. Programa de Detección, Protección y Resguardo de Casos (Coronavirus) COVID-19 y sus contactos.
<https://covid19.cdmx.gob.mx/storage/app/media/programa-de-deteccion-proteccion-y-resguardo-de-casos-covid-19-y-sus-contactos.pdf>
7. COVID-19 Contact Tracing, Johns Hopkins University introductory course.
<https://www.coursera.org/learn/covid-19-contact-tracing>
8. Duration of Isolation and Precautions for Adults with COVID-19.
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/duration-isolation.html?s=09>
9. SARS-CoV-2 viral load and the severity of COVID-19.
<https://www.cebm.net/covid-19/sars-cov-2-viral-load-and-the-severity-of-covid-19/>
10. Repositorio de proyectos y productos del INSP sobre COVID-19.
www.insp.mx
 - El papel del habla en la transmisión de SARSCoV-2: recomendaciones para espacios confinados.
 - Revisión rápida: probabilidad de contagio por infecciones respiratorias agudas en el transporte público y medidas para mitigarlo.
11. Limpieza y desinfección de las superficies del entorno inmediato en el marco de la COVID-19.
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332168/WHO-2019-nCoV-Disinfection-2020.1-spa.pdf>
12. Limpieza y desinfección de espacios comunitarios por la pandemia de SARS-CoV-2, versión junio 2020.
https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/06/Limpieza_desinfeccion_espacios_comunitarios_durante_pandemia_SARS-CoV-2.pdf
13. Documentos de Consulta. Sitio del Gobierno de México <https://coronavirus.gob.mx/>
14. <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>