

**PROTOCOLO DE SEGURIDAD SANITARIA PARA EL
REGRESO A LAS ACTIVIDADES UNIVERSITARIAS**

**INSTITUTO DE RADIOASTRONOMÍA
Y ASTROFÍSICA**

IRYA

Antigua Carretera a Pátzcuaro No 8701
Col. Ex Hacienda de San José de la Huerta
C.P. 58089, Morelia, Michoacán, México
www.iryamex.unam.mx

Versión aprobada por el Comité de Seguimiento el día 18 de agosto de 2022



I. MEDIDAS GENERALES DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN

- a. Reincorporarse a las actividades presenciales, asumiendo la co-responsabilidad de la situación siguiendo las recomendaciones de protección y prevención.
- b. Estar vacunado con esquema completo y refuerzos de acuerdo con la edad o condición de salud individual.
- c. Atender las indicaciones médicas y cumplir todas las medidas de prevención que sean indicadas.
- d. Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, o bien con gel desinfectante.
- e. Una vez que está en su oficina abrir ventanas y puertas y mantenerlas abiertas durante todo el tiempo que esté en el instituto, con el fin de mantener una ventilación adecuada.
- f. Mantener una sana distancia (al menos 1.8 metros).
- g. Uso correcto del cubrebocas al realizar actividades en espacios cerrados y al estar en sitios abiertos con otras personas donde se pierda la sana distancia.
- h. No compartir materiales, instrumentos, artículos de cocina y cualquier objeto de uso personal y de oficina.
- i. Desinfectar diariamente las superficies antes de iniciar y al término de las actividades (e.g. teclado, teléfono, escritorio, mesa, etc.) y continuamente todos los elementos de fácil alcance (e.g. manijas, puertas, sillas, etc.).
- j. Promover la ventilación de lugares cerrados (abrir puertas y ventanas).
- k. Se mantendrá informada a la comunidad del IRyA sobre la evolución de la pandemia.
- l. Informar a la Comisión Local de Seguridad de cualquier incidencia en el instituto relacionada con el funcionamiento de estos lineamientos o la emergencia sanitaria.
- m. Se otorgará a los trabajadores en situación de vulnerabilidad, las facilidades para acudir a consulta con su médico familiar, para evaluar su control y fortalecer las medidas higiénico-dietéticas, estilos de vida y farmacológicas.
- n. Se supervisará que se cumplan las condiciones y procedimientos señalados en los lineamientos Generales de la UNAM.



II. QUÉ HACER EN CASO DE SOSPECHA O CONFIRMACIÓN DE ENFERMEDAD COVID-19

- a. Aislamiento de las personas que tengan síntomas durante mínimo siete días a partir del inicio de éstos o desde la primera prueba diagnóstica positiva (lo que ocurra primero); regresar a las actividades una vez completado este periodo, siempre y cuando se cumplan tres días sin fiebre (sin tomar medicamento para ello). No automedicarse, vigilar la evolución e identificar oportunamente cualquier complicación (fiebre persistente por más de dos días, dificultad respiratoria, oxigenación menor a 92%, alteración del estado de conciencia).
- b. Reportar su condición al Responsable Sanitario y a la Dirección con el fin de poder llevar el seguimiento, registro y bitácora correspondientes, vía electrónica o telefónica.
- d. El Responsable Sanitario de la entidad, tomará los datos personales para localización y los registrará en la bitácora.
- e. El Responsable Sanitario de la entidad, enviará recomendaciones para los cuidados en casa.
- f. Realizar seguimiento vía telefónica de la evolución de la enfermedad, lo registrará en la bitácora e informará semanalmente al Comité de Seguimiento COVID y a la CLS.
- g. En caso de ser positivo:
 - Permanecer en un cuarto de la casa separado de los demás, usar cubrebocas, mantener la etiqueta respiratoria, lavarse las manos con frecuencia, limpiar las superficies y objetos de uso frecuente como apagadores, manijas y teléfonos, y no compartir platos, vasos ni objetos de aseo personal.
 - Informar del estado de salud al Responsable Sanitario del instituto vía electrónica o telefónica.

III. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA EL ÁREA ADMINISTRATIVA

- a. El personal administrativo del instituto trabajará en los horarios habituales y de atención.
- b. Implementar medidas de sana convivencia en la cocineta de la administración. Ejemplos: lavar y desinfectar los trastes después de usarlos; lavarse las manos antes y después de hacer uso de la cocineta; respetar los límites de distancia establecidos.
- c. Uso de pichoneras para entrega de mensajería/paquetería.
- d. Se proveerá de equipo de protección personal a trabajadores que atiendan trámites administrativos, como cubrebocas y máscaras.



IV. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA ÁREAS COMUNES, ACERVO Y CÓMPUTO

Áreas comunes

- a. Se sugiere aforo limitado en áreas cerradas tales como acervo, baños, cocina, etc.
- b. Limpiar y desinfectar la cafetera de uso común antes y después de cada uso.
- c. Se desecharán todos aquellos utensilios que dejen desatendidos en la tarja de la cocina.
- d. Se sugiere aforo limitado del auditorio
- e. Se sugiere aforo limitado en el aula de seminarios.
- f. Se sugiere aforo limitado en la sala de los sillones rojos.
- g. Mantener abierta ambas puertas de la cocina, los sillones rojos, en caso de utilización del aula de seminarios o el auditorio, también deberán permanecer ambas puertas abiertas.
- h. Limpiar de manera frecuente las superficies utilizadas (mesas, escritorios, sillas, etc.) al inicio y al término de su utilización.
- i. El instituto limpiará sanitarios y lavamanos de manera regular para que estén siempre en condiciones de uso. En sanitarios y lavamanos se contará con insumos necesarios para el lavado de manos: agua potable, jabón y toallas de papel desechable o, en su caso, ventiladores para el secado de manos.

Cómputo

- a. Al área de cómputo sólo podrá ingresar personal autorizado.
- b. Considerar el cambio de los accesos por huella dactilar o teclado a un medio de cero contactos (tarjetas de proximidad y/o reconocimiento facial)
- c. Acompañar al visitante con una sana distancia.
- d. La atención a los usuarios será exclusivamente a través del sistema de tickets.
- e. La interacción presencial a usuarios se hará de manera habitual.
- f. Contar con un protocolo de apoyo remoto en caso de trabajos muy especializados.
- g. En el caso de tener una oficina compartida mantener siempre una ventilación adecuada (abrir puertas y ventanas).
- h. Tratar de que toda la documentación necesaria para compartir información entre el personal sea digital.

Acervo

- a. Se sugiere aforo limitado en el acervo.
- b. Usar material electrónico preferentemente.
- c. Manejo de material bibliográfico será solo por una persona.



- d. Implementar un área de cuarentena para libros devueltos y recién comprados.
- e. Uso de guantes de nitrilo/latex para manejo de material bibliográfico.
- f. Uso de bata o sobre ropa durante el manejo y reacomodo de material bibliográfico.

Laboratorio de instrumentación de Radioastronomía

- a. Se sugiere aforo limitado en el laboratorio.
- b. Las dimensiones del laboratorio son aproximadamente 13m x 6m, y se dividirá el laboratorio en 4 secciones, c/u de aproximadamente 3m x 6m. Se acomodarán cada sección como estación de trabajo para una persona, dando un área de aproximadamente 18 metros cuadrados a cada persona.
- c. Cada persona limpiará su zona con desinfectante al término de su turno. Asimismo, el gel desinfectante estará ubicado en la entrada y en cada zona del laboratorio, para uso al entrar y periódicamente durante el turno.
- d. Los cubrebocas estarán disponibles en cada estación de trabajo.
- e. El laboratorio cuenta con dos unidades de aire acondicionados marca *Trane*. Estos minisplits cuentan con filtros de aire que limpian durante el mantenimiento mensual.

V. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA ESTUDIANTES

- a. Asistir a las instalaciones atendiendo la forma y dinámicas que permitan respetar la sana distancia.
- b. Las oficinas deben de tener horarios, no se deben de concentrar en grupos.
- c. Si ha tenido contacto cercano o frecuente con alguna persona que recientemente haya resultado positiva a SARS-CoV-2 debe mantenerse en aislamiento durante 5 días a partir del contacto y reportar su situación al Responsable Sanitario y a la Dirección. Si no presenta síntomas después de este período, puede reincorporarse a sus actividades.
- d. Si presenta alguno de los síntomas de COVID-19 debe suponer que ha contraído la enfermedad deberá reportar su condición al Responsable Sanitario y a la Dirección y por lo tanto deberá aislarse durante mínimo siete días a partir del inicio de éstos o desde la primera prueba diagnóstica positiva (lo que ocurra primero); regresar a las actividades una vez completado este periodo, siempre y cuando se cumplan tres días sin fiebre (sin tomar medicamento para ello).
- e. Tener registro de quiénes ocupan qué lugares en los cubículos y salones.

VI. RESPONSABLE SANITARIO

- a. Constatar la correcta implementación de todas las medidas señaladas.
- b. Verificar el correcto funcionamiento de los programas de limpieza.
- c. Mantenerse informado de las indicaciones de las autoridades locales y federales y de



las comunicaciones del comité.

- d. Realizar los registros correspondientes en la bitácora y enviar recomendaciones para cuidados en casa cuando se le informe de un caso positivo.

VII. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA INVESTIGADORES

- a. Podrán recibir estudiantes o académicos en su oficina, si ellos lo consideran aún si se encuentran en el IRyA – podrán atenderlos por Zoom o Skype.
- b. Acudir a la administración solamente con aviso y llevar pluma personal para firmar documentos.

VIII. RESPONSABILIDADES DE INVESTIGADORES Y ADMINISTRATIVOS

- a. Mantenerse informados de los comunicados de la UNAM, así como de cualquier comunicación por parte del Instituto.
- b. Informar al Responsable Sanitario sobre su esquema de vacunación contra COVID-19.
- c. Atender las indicaciones específicas, en especial las relativas al aforo seguro.
- d. Utilizar la ropa de trabajo de acuerdo con la categoría y funciones y de conformidad a lo previamente aprobado por la Comisión Mixta Permanente de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- e. Evitar compartir con otras personas dispositivos y utensilios de uso personal: teléfono celular, utensilios de cocina, equipo de protección personal, papelería.

IX. RESPONSABILIDADES ESTUDIANTES

- a. Mantenerse informado de los comunicados de la UNAM y del instituto.
- b. Asistir a las instalaciones del Instituto de acuerdo con las indicaciones de las autoridades del mismo respecto a la forma y dinámicas que permitan respetar el aforo seguro.
- c. No acudir a actividades académicas o reuniones sociales con síntomas de posibles COVID-19. Deberá informar de su situación al Responsable Sanitario.
- d. Evitar compartir con otras personas dispositivos y utensilios de uso personal: teléfono celular, utensilios de cocina, equipo de protección personal y papelería.

X. RESPONSABILIDADES VISITANTES

- a. Atender las indicaciones específicas, en especial las relativas al espaciamiento seguro.



XI. RESPONSABILIDADES DE TODAS LAS PERSONAS EN INSTITUTO

- a. Utilizar de forma correcta el cubrebocas (sobre nariz y boca).
- b. Atender las indicaciones del personal a cargo de la ejecución de estos lineamientos.

XII. ACCIONES PRELIMINARES PARA ANTES DEL REGRESO A ACTIVIDADES

- a. Identificar las necesidades particulares que cada uno requiera en su espacio de trabajo/oficina (reubicación etc.).
- b. Limpieza a profundidad y compra de insumos necesarios para el mantenimiento que se proporcionará a los miembros del instituto.
- c. Limpiar las superficies que se tocan con más frecuencia con agua y jabón o limpiadores apropiados para cada superficie. Colocación de dispensadores automáticos de gel sanitizante y/o toallas desinfectantes afuera de espacios comunes (auditorio, aula de seminarios, cocina, acervo, laboratorios, etc.) y cerca de donde se encuentren equipos de uso común (copiadoras e impresoras).
- d. Habilitar un bote de basura específico para desechar los equipos de protección personal (cubrebocas, guantes, etc.) una vez utilizados. Preferentemente de mecanismo de pedal y con tapa y equipados con bolsas de plástico.
- e. Determinar el aforo máximo de cada área del instituto para preservar la sana distancia (50% capacidad o 6 m² por persona) e instalar señalizaciones en las áreas comunes (aforo limitado, sana distancia, etc.).
- f. Elaborar una lista de primer contacto de cada uno de los miembros del instituto, en caso de emergencia.
- h. Campaña de difusión del protocolo, señalización y medidas generales de prevención.



XIII. DIRECTORIO DE INSTITUCIONES DE ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA EN MORELIA (DUDAS COVID-19: 800.623.23.23 OPCIÓN 1)

- 1) Comunidad Universitaria Alumnos(as) inscritos: Unidades médicas IMSS de acuerdo con el registro (carnet) de cada alumno(as)

No.	Nombre de la Unidad	Dirección	Ciudad	Teléfono	Horario
1	Unidad de Medicina Familiar (UMF) 75	Av. Camelinas 1901 Fracc. Camelinas, Morelia, C.P. 58260	Morelia	443 113 46 00 al 4609	7:00-20:00
2	Unidad de Medicina Familiar (UMF) 80	Av. Madero Poniente 1200 Col. Centro, Morelia, C.P. 58000	Morelia	443 312 26 62	7:00-20:00
3	Unidad de Medicina Familiar (UMF) 84	Av. Hacienda de Chapultepec 395 Col. Real de la Mina, C.P. 58332	Morelia	443 322 0210	14:00-21:30
4	Hospital General de Zona (HGZ) 83	Av. Camelinas 1935 Col. Electricistas Morelia, C.P. 58290	Morelia	443 312 2185 443 312 1526	7:00-21:30

- 2) Personal académico y administrativo: Unidades Médicas ISSSTE.

No.	Nombre de la Unidad	Dirección	Ciudad	Teléfono	Horario
1	Hospital de Alta Especialidad ISSSTE Morelia	Carr. Morelia-Atapameo, 58300	Morelia	443 312 3013	24 hrs

- 3) Hospitales privados/ laboratorios certificados para pruebas COVID-19

No	Nombre de la Unidad	Dirección	Ciudad	Teléfono	Horario
1	Hospital Ángeles de Morelia	Av. Montaña Monarca 331, Desarrollo Montaña Monarca, 58350 Morelia, Mich.	Morelia	443 147 7150	24 hrs
2	Hospital Star Médica	Av. Virrey de Mendoza N° 2000 Col. Félix Ireta, 58070 Morelia, Mich.	Morelia	443 322 7700	24 hrs
3	Laboratorio Estatal de Salud Pública.	Las Américas, 58270 Morelia, Mich.	Morelia	443 324 4871	Lunes a viernes 08:00 a 15:00 hrs
4	Laboratorio CEDEMI	Sor Juana Inés de la Cruz No. 218 C.P. 58000, Morelia, Mich.	Morelia	443 312 3653	Lunes a viernes 10:00 a 12:00 hrs



CONTACTO

DR. LUIS ALBERTO ZAPATA GONZÁLEZ

DIRECTOR

l.zapata@iryia.unam.mx

direccion@iryia.unam.mx

DR. GUSTAVO BRUZUAL ALFONZO

SECRETARIO ACADÉMICO

sacad@iryia.unam.mx

MTRA. BERENICE RAMOS ORTIZ

RESPONSABLE SANITARIO

b.ramos@iryia.unam.mx

TEL: 443 689 3500 ext. 37365



COMITÉ DE SEGUIMIENTO

¿QUÉ HACER EN CASO DE SOSPECHA O CONFIRMACIÓN DE ENFERMEDAD COVID-19?

1. En las condiciones actuales, es muy probable que tengas la enfermedad COVID-19 si presentas tres o más los siguientes signos o síntomas: fiebre, tos, debilidad general/fatiga, dolor de cabeza, dolor muscular, dolor de garganta, congestión nasal, falta de aire o dificultad para respirar, voz ronca, falta de apetito/náuseas/vómitos, diarrea o estado mental alterado, debes suponer que has contraído la enfermedad y por tanto deberás aislarte en un cuarto separado de los demás* y vigilar tu evolución clínica. Pasados 7 días de la aparición de los síntomas, puedes realizarte una prueba rápida de antígenos: si es negativa, podrás reincorporarte a tus actividades, siempre y cuando tu condición física sea favorable; si la prueba es positiva, deberás esperar otros 5 días para reiniciar actividades. Si no es posible hacer alguna prueba, después de completar el séptimo día de aislamiento y, si tu estado de salud es favorable, podrás reincorporarte a tus actividades con estricto cumplimiento de las precauciones generales (uso de cubrebocas, sana distancia, higiene de manos, evitar aglomeraciones, procurar espacios ventilados).
2. Si te confirmaron el diagnóstico de infección COVID-19 con alguna prueba positiva realizada en casa o en laboratorio, no debes presentarte a clases o laborar para evitar la transmisión de la enfermedad a otras personas. Deberás permanecer aislado durante 7 días contados a partir del primer día de síntomas o de la fecha de la prueba positiva, en un cuarto separado de los demás*. Si no presentaras síntomas después de este periodo de 7 días, podrás reincorporarte a tus actividades. En estos casos no es necesario hacer pruebas adicionales para reincorporarse a las actividades.
3. Desde el primer día de aparición de síntomas, le debes comunicar a las personas con las que estuviste en contacto los últimos 3 días que es probable que estés cursando COVID-19. Ellas deben vigilar la posible aparición de síntomas y avisar a sus contactos cercanos. Las personas asintomáticas no deben hacerse pruebas de ningún tipo antes del tercer día posterior al contacto con alguien positivo a COVID.
4. Dentro de tu casa debes mantener la sana distancia con las personas con las que cohabitas (mínimo 2 brazos extendidos) y mantener una adecuada ventilación con puertas y ventanas abiertas durante el día (de ser posible, colocar un ventilador apuntando hacia alguna de las ventanas). Es recomendable que solo una persona se encargue de tu cuidado, la cual debe estar sana, idealmente vacunada, y mantener poco contacto con los demás habitantes de tu hogar o del exterior.

* Si esto no es posible, entonces coloca un separador físico (ejemplo: cortina de baño, separador de habitación, cartón de gran tamaño, edredón o colcha grande) para aislar tu cama



5. Si estás enfermo, tú y la persona cuidadora deben usar cubrebocas, mantener la etiqueta respiratoria, lavarse las manos con frecuencia, limpiar las superficies y objetos de uso frecuente (apagadores, jaladeras de cajones, bordes de sillas y mesas, manijas, controles remotos y aparatos), con los limpiadores convencionales que utilicen en casa, no compartir platos, vasos ni objetos de aseo personal. Los trastes de la comida y la ropa deben lavarse de forma habitual.
6. Para fines de vigilancia epidemiológica, es necesario que reportes tu caso mediante un mensaje de texto vía celular al 51515, donde te darán recomendaciones dependiendo de la situación. También puedes acudir a la unidad médica que te corresponde, para recibir atención.
7. Si padeces alguna otra enfermedad, no debes suspender tus medicamentos habituales. Con la enfermedad COVID-19 no es conveniente automedicarse. No se deben usar medicamentos que no tienen utilidad contra la enfermedad leve (antigripales, azitromicina, ivermectina, antibióticos, dexametasona, anticoagulantes). Cualquier otro medicamento debe utilizarse bajo supervisión médica.
8. Para protección de la Comunidad Universitaria, deberás informar tu estado de salud al Responsable Sanitario de tu entidad o dependencia vía electrónica o telefónica, para que, de manera confidencial registre la información y dé seguimiento.
9. El Responsable Sanitario te enviará las recomendaciones para los cuidados en casa (material proporcionado por el PUIS, UNAM**).

DATOS DE ALARMA PARA ACUDIR A SOLICITAR ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA

En caso de presentar fatiga, falta de aire y/o dificultad para respirar, dolor torácico o presión en el pecho, confusión, incapacidad para hablar o moverte, coloración azulada en los labios o los dedos de pies o manos, deberán llamar al 911 o llevarte inmediatamente a recibir atención médica:

- Alumnas y alumnos: Unidades médicas IMSS
- Personal académico y administrativo: Unidades Médicas ISSSTE

En caso de dudas llamar a:

LOCATEL 55 5658-1111

Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria 800 0044 800

** Información del PUIS en:

"10 pasos para el cuidado de personas enfermas en el hogar", <https://drive.google.com/file/d/12d6DatW70jzF8B3NpFKM0di5vsV01N9Q/view>

"Recomendaciones para el hogar con familiares enfermos".

<https://drive.google.com/file/d/132tt72yAVJNeeqgmocYPJNRv4pHTzGVQ/view>

Actualizado el 3 de agosto de 2022