



“Versión aprobada por el Comité de Seguimiento el día 06 de septiembre de 2022”

Lineamientos generales para el regreso a las actividades universitarias en el marco de la pandemia de COVID-19 de la Unidad de Investigación sobre Representaciones Culturales y Sociales

Estos lineamientos tienen como objetivo actualizar las medidas específicas sobre promoción y protección de la salud de la comunidad universitaria, en el marco de la evolución de la pandemia de COVID-19 y de las medidas adoptadas para su contención, que deberán ser establecidas en la Unidad de Investigación sobre Representaciones Culturales y Sociales (UDIR, Morelia) para la realización o reanudación de actividades laborales, sociales, educativas, deportivas y culturales de forma ordenada, paulatina y progresiva, procurando en todo momento la protección del Derecho Humano a la salud.

Para establecer estas medidas, se ha tomado en cuenta la estructura y particularidades de esta Casa de Estudios y las distintas disposiciones para la reapertura de las actividades económicas publicadas en el Diario Oficial de la Federación, así como en el Protocolo para prevenir contagios en escuelas de educación media superior y superior, tanto públicas y privadas al regreso a clases en el ciclo escolar 2020-2021 publicado en el Periódico Oficial del Estado de Michoacán, entre otras medidas y acuerdos oficiales de carácter local.

También se ha considerado la experiencia acumulada durante el último año de la pandemia de COVID-19, en particular la opinión del Comité de Expertos de la UNAM.

I. PRINCIPIOS E INDICACIONES GENERALES

La aplicación de estos Lineamientos es de carácter obligatorio y general para la toda la Comunidad Universitaria. Se basan en los siguientes principios rectores:

- Privilegiar la salud y la vida
- Solidaridad y no discriminación
- Economía moral y eficiencia productiva
- Responsabilidad compartida

Con base en los anteriores postulados es importante tener presente la permanencia del riesgo de infección, la necesidad de mantener una higiene permanente y de procurar realizar, cuando sea posible, trabajo desde casa.

La comunidad universitaria en general, así como la de los visitantes (espectadores, proveedores, contratistas, etc.), que accedan a las instalaciones universitarias deberá atender en todo momento las siguientes indicaciones:

- Quedarse en casa si presenta síntomas de enfermedad respiratoria o relacionados con COVID-19.
- Procurar atención médica y de laboratorio para confirmar el diagnóstico y para limitar la aparición de brotes.
- Atender las indicaciones médicas y cumplir todas las medidas de prevención que le sean indicadas.
- Evitar todo contacto físico y mantener una sana distancia (de al menos 1.8 metros) con las demás personas.
- Usar cubrebocas de forma adecuada (sobre nariz y boca), incluso al contar con vacuna. Usar caretas o pantallas, en caso de así ser requerido, recordando que estas no sustituyen al cubrebocas.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, o bien limpiarse las manos con gel (con un contenido de alcohol mínimo de 60%).
- No tocarse la cara con las manos, sobre todo nariz, boca y ojos.
- Evitar tocar, en la medida de lo posible, cualquier tipo de superficie, barandales, puertas, muros, botones, etc.
- Cubrirse nariz y boca al toser con el ángulo interno del brazo o con un pañuelo desechable. Este último deberá tirarlo en los contenedores asignados para tales residuos, después lavarse las manos.
- Promover una adecuada ventilación y una efectiva distribución del aire interior en espacios cerrados.
- Evitar, en la medida de lo posible, el uso de joyería y corbatas.
- No compartir materiales, instrumentos y cualquier objeto de uso individual.
- Evitar, siempre que sea posible, el uso de elevadores. El uso de estos estará reservado preferentemente para la utilización de personas con discapacidad o de edad mayor.
- Respetar la sana distancia, así como el aforo en espacios cerrados.
- Respetar los horarios establecidos para la asistencia, los cuales deberán ser escalonados a fin de evitar aglomeraciones.
- Las juntas o reuniones presenciales deberán de ser máximo de 10 personas y no podrán exceder de 45 minutos, procurando que sean en espacios abiertos, o con buena ventilación.

Por otro lado, cabe mencionar que la experiencia acumulada hace innecesarias las siguientes recomendaciones:

- Filtros de ingreso
- Registros de temperaturas
- Tapetes sanitarios
- Sistemas de sanitización ambiental
- Direcciones de circulación

II. ACCIONES PRELIMINARES

- Determinación del aforo, ventilación y condiciones de los espacios cerrados.
- Se analizarán las condiciones de los espacios de trabajo para determinar su capacidad o aforo.
- Cuando así se requiera, se utilizarán señalizaciones que aseguren esta distancia. En todos los espacios se implementarán medidas para lograr una ventilación adecuada.
- En particular, en las áreas destinadas a la atención de trámites se deberá propiciar la realización de estos de forma remota.

- Para aquellos que sea indispensable realizar en forma presencial, se deberá tomar en cuenta la cantidad normal de trabajadores y personas realizándolos.
- Se instalarán barreras físicas de protección y se proveerá a los trabajadores con equipo de protección personal.
- En el caso de áreas de trabajo donde no sea posible garantizar la sana distancia entre trabajadores, se optará por el trabajo a distancia, horarios escalonados, modificación de turnos, horarios flexibles u otros esquemas que eviten concentraciones de personal en las instalaciones.
- Se procurará, en la medida de lo posible, que exista una distribución equitativa en la aplicación de estos esquemas entre los trabajadores involucrados.
- Se han colocado de forma estratégica en distintos puntos de las áreas de trabajo de la UDIR dispensadores con gel y con solución desinfectante a libre disposición de la comunidad.
- Se proveerán indicaciones para la utilización adecuada de escaleras y elevadores.
- Determinación de aforo, ventilación y condiciones para espacios de estudio o de uso colectivo, dado que el tamaño y capacidad de los espacios de estudios.
- Se tomará como pauta general asignar 3 m² por persona, buscando siempre preservar distancias mínimas entre personas.
- En el acceso a áreas comunes: baños, vestidores, casilleros, cafeterías, comedores, etc., deberán colocarse marcas en lugares apropiados que indiquen la distancia mínima entre personas, así como infografías de fácil entendimiento con información específica para el uso del espacio o cuidados personales.
- En los espacios comunes o de mayor concentración, se buscará favorecer la ventilación natural, tomando en consideración la Guía para determinar la ventilación en espacios cerrados durante la pandemia por COVID-19.
- Se colocaron de forma estratégica en distintos puntos de las áreas de circulación dispensadores de gel a libre disposición de la comunidad.

Medidas complementarias

- Evitar compartir cubículos y oficinas.
- Mantener las reuniones de más de 2 personas en la modalidad virtual.
- Programar los procesos que involucren dos o más personas para que la interacción sea escalonada.
- Respetar las medidas dictadas por la ENES, Unidad Morelia en materia de uso de espacios comunes, espacios cerrados, docencia, uso de aulas y demás instalaciones.

Monitoreo, control y responsabilidades

- Se otorgará a las personas trabajadoras 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.

Tramites académico- administrativos

- Para los trámites administrativos, sólo se realizarán de manera presencial aquellos que por su naturaleza sean de carácter personalísimo y requieran de firmas autógrafas. Para lo cual, se deberán programar citas con el personal administrativo responsable, de manera que las interacciones sean de forma escalonada.

- Se exhorta al personal a realizar los trámites administrativos que de acuerdo con las circulares emitidas por la Secretaría Administrativa, Secretaría Académica, Secretaría General y demás de áreas de coordinación se puedan realizar en modo digital.

Actividades de docencia

- De acuerdo con el comunicado emitido por la Dirección y el Honorable Consejo Técnico de ENES, Unidad Morelia, se determinó que las actividades de docencia relativas al semestre 2022-2 se llevarán a cabo en la modalidad virtual (en línea) del 14 de febrero al 4 de marzo del 2022.

Académicos y administrativos

- Si forma parte de un grupo de población en situación de vulnerabilidad.
- Si sospecha o tiene confirmación de COVID 19, el trabajador no deberá acudir a la entidad o dependencia, solo será necesario que su familiar o el propio trabajador, realice el reporte al área de personal de la entidad a través de medios electrónicos.
- Portar la credencial de la UNAM que lo identifica como trabajador.
- Evitar compartir con otras personas dispositivos y utensilios de uso personal: teléfono celular, utensilios de cocina, equipo de protección personal, papelería.

Determinación del aforo y condiciones de los espacios cerrados

De acuerdo con los “Lineamientos generales para el regreso a las actividades universitarias en el marco de la pandemia en la ENES Morelia, aprobado el 7 de septiembre 2021” y dado que la UDIR se encuentra en sus instalaciones se observarán las siguientes recomendaciones:

- La ENES Morelia cuenta con servicio médico lo cual facilita la atención local.
- El área de Personal ha programado que la entrada y salida de trabajadores sea en horarios escalonados para evitar los horarios pico en el transporte público.
- Se organizarán las salidas del transporte universitario (PUMABUS) con todas las acciones sanitarias pertinentes, donde también se determinará el aforo seguro, ventilación adecuada, uso obligatorio de cubrebocas.
- En eventos especiales como titulaciones, exámenes recepcionales, entrega de reconocimientos y otros, se limitarán al aforo mínimo indispensable, sin invitados y con la posibilidad de ser transmitidos en línea.
- En el caso de las cafeterías, comedores, expendio de alimentos y lugares de comercio se deberán acatar además de las medidas anteriormente indicadas, no tener menús físicos, no habrá sobre las mesas loza, cristalería, cuchillería, ni mantelería de ninguna clase, la mesa deberá estar descubierta.
- En los talleres, laboratorios, bibliotecas u otros lugares de uso común, sólo estará permitido su utilización para alcanzar el logro en los aprendizajes esperados para los alumnos de materias cuya práctica no pueda protegerse o reprogramarse.
- Evitar en la medida de lo posible compartir herramientas o equipos de trabajo entre trabajadores.
- Quedan suspendidas las actividades deportivas y físicas en gimnasios o espacios cerrados.

Limpieza apropiada de los espacios:

- La ENES Morelia cuenta con un programa de limpieza y mantenimiento, que propicia la limpieza continua y permanente en los lugares de trabajo, espacios de estudio y áreas

comunes. Los sanitarios y lavamanos están siempre en condiciones adecuadas de limpieza y cuentan con los insumos necesarios para el lavado de manos: agua potable, jabón y toallas de papel desechable o, ventiladores para el secado de manos.

- Se verificará constantemente que los dispensadores de gel en las áreas de circulación estén funcionando correctamente y cuenten con el debido suministro.
- Se han colocado contenedores adecuadamente identificados exclusivos para desechos, tales como cubrebocas, guantes, papel utilizado en estornudos o cualquier otro residuo o material utilizado para la protección sanitaria.

Trabajo en oficinas UDIR

- Los académicos y administrativos que deban trabajar en las instalaciones de la ENES, Unidad Morelia deberán permanecer en sus cubículos.
- Se recomienda evitar recibir visitas de alumnos y profesores en los cubículos.
- Se recomienda el uso en todo momento de cubre bocas.
- Se recomienda evitar el uso de áreas comunes y de alta afluencia como pasillos, cafeterías y espacios regulares de convivencia.
- Se prohíben las actividades deportivas dentro de la UNAM, Campus Morelia.

Programa de capacitación

La UDIR se incorporará a las actividades de capacitación establecidas por la ENES unidad Morelia, acerca de las acciones y medidas para prevenir y evitar cadenas de contagio por COVID-19. Los elementos básicos para este programa serán provistos por la Comisión Local de Seguridad del UNAM, Campus Morelia.

Traslado al campus

- Se pondrán a consideración los horarios del personal que tengan necesidad de utilizar el transporte público en acuerdo con las responsabilidades de su puesto.
- Se recomienda evitar horarios de alta afluencia del servicio de transporte público.
- Se recomienda llevar cubre bocas en los trasportes públicos.

Uso de equipos de computo

- Se colocará gel antibacterial en área de impresoras, scanner y trituradora.
- Se colocará un afiche de recordatorio de uso continuo de desinfectante de manos
- Se recomienda limpiar los equipos de cómputo personales

III. PROTOCOLO DE ACCIÓN

La UDIR se incorporará al programa de limpieza y mantenimiento, que propicie la limpieza continua y permanente en los lugares de trabajo, espacios de estudio y áreas comunes señalado por la ENES unidad Morelia.

Los sanitarios y lavamanos deberán estar siempre en condiciones adecuadas de limpieza y contar con los 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.

Se colocarán bolsas de plástico adecuadamente identificadas exclusivas para desechos, tales como cubrebocas, guantes o el papel utilizado en estornudos.

En los espacios de la ENES unidad Morelia que cuenten con sistemas de extracción o acondicionamiento de aire, se realizará la revisión periódica de su funcionamiento con énfasis en el estado de sus filtros.

Como medida adicional a la limpieza periódica de áreas de trabajo y estudio, se recomienda que los usuarios limpien de manera frecuente las superficies de trabajo (escritorios, bancas, pupitres, teclados, etc.) al inicio y término de su utilización, para esta medida se les proporcionarán los insumos necesarios.

IV. MONITOREO, CONTROL Y RESPONSABILIDADES

Administración Central

Activar conforme al semáforo de riesgo epidemiológico y la opinión de la comisión local de seguridad de la ENES unidad Morelia, las acciones específicas para la entidad.

La UDIR mantendrá informada a la comunidad universitaria sobre la evolución de la pandemia, utilizando todos los medios institucionales existentes a través del área de Difusión.

La UDIR se auxiliará de los programas de atención Médica y Psicológica para la comunidad universitaria de la ENES, Unidad Morelia.

La Coordinación de la UDIR procurará el abasto de los insumos necesarios para que la comunidad universitaria cuente con las condiciones de trabajo adecuadas.

Garantizar el suministro de agua potable, electricidad, servicios de cómputo y telecomunicaciones.

Analizar y realizar ajustes en su caso, de los calendarios de trámites académicos y administrativos.

Hacer gestiones ante organismos extrauniversitarios para que se considere los plazos en la realización de trámites.

El Comité de Seguimiento Sanitario de la UDIR

Se integra por:

1. Dra. María Ana Beatriz Masera Cerutti, Coordinadora
2. Mtra. Michelle Cardoso Gómez. Delegada Administrativa

Sus funciones serán:

- Supervisar el funcionamiento de estos lineamientos y asesorar a la Administración Central.
- Coordinar la comunicación con las entidades y dependencias universitarias a través de los responsables sanitarios.
- Consolidar las bases de datos institucionales a partir de la información provista por las dependencias con el fin de crear un repositorio institucional de información sobre el COVID-19.

- Emitir medidas complementarias a estos lineamientos que mejoren su funcionamiento y resuelvan cuestiones no previstas.
- Fortalecer las medidas para el funcionamiento de los servicios médicos y la atención a casos sospechosos.
- Propiciar la mejora en el seguimiento epidemiológico de los casos positivos, usando para ello instrumentos universitarios tales como el Atlas de Riesgos.
- Revisar continuamente los protocolos de actuación.

Delegación Administrativa a cargo de la Mtra. Michelle Cardoso y en concordancia con la Coordinación a cargo de la Dra. María Ana Beatriz Maserá Cerutti, se encargarán de las siguientes actividades:

- Supervisar que en sus instalaciones se cumplan las condiciones y procedimientos señalados en estos lineamientos.
- Informar al Comité de Seguimiento de cualquier incidencia en sus entidades o dependencias, relacionada con el funcionamiento de estos lineamientos o la emergencia sanitaria.
- Promover los principios rectores de estos lineamientos, con especial énfasis en la “No Discriminación” para las personas que hayan tenido COVID-19 o hayan convivido con algún familiar que lo tenga o haya tenido.
- Determinar los aforos y condiciones de operación de los espacios a su cargo.
- Establecer el programa de limpieza y mantenimiento de sus entidades o dependencias, que propicie la limpieza continua y permanente en los lugares de trabajo, espacios de estudio y áreas comunes.
- Contar con insumos suficientes y adecuados, para garantizar la limpieza y mantenimiento permanente de las áreas de trabajo, tales como hipoclorito de sodio, jabón, toallas de papel desechable, papel higiénico, depósitos suficientes de productos desechables, solución gel a base de alcohol al 70%, etc., así como la disponibilidad permanente de agua potable.
- Proveer productos sanitarios y de equipo de protección personal, conforme a lo establecido por el dictamen de la Comisiones Mixtas Permanentes de Seguridad y Salud en el Trabajo a las personas trabajadoras. En el caso de los Auxiliares de Intendencia, se les dotará además de los productos de limpieza y equipo de protección personal adecuado a sus funciones, conforme lo establecido por la Comisión Mixta Permanente de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Identificar, con la ayuda de los funcionarios de cada área, al personal a su cargo que esté en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo de contagio.
- Otorgar a las personas trabajadoras 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.
- Autorizar, de ser posible, el ingreso de trabajadores en horarios escalonados para evitar los horarios pico en el transporte público.
- Establecer horarios escalonados para los trabajadores en área de alimentos, comedores o vestidores para reducir el riesgo de exposición.
- Delegar algunas de estas actividades en el responsable sanitario de su entidad dependencia.

Responsable sanitario

- Constatar la correcta implementación de todas las medidas señaladas en estos lineamientos.
- Verificar el correcto funcionamiento de los programas de limpieza y de los filtros de seguridad sanitaria.
- Mantenerse informado de las indicaciones de las autoridades locales y federales y de las comunicaciones del comité.
- Lineamientos Generales para el Regreso a las Actividades Universitarias en el marco de la Pandemia en la ENES Morelia 11
- Mantener actualizada una base de datos de su entidad o dependencia que incluya:
 - Las personas de la entidad o dependencia que pertenezcan a la población en situación de vulnerabilidad.
 - El seguimiento cronológico del estado de aquellas personas de su comunidad sospechosas o confirmadas por COVID-19, atendiendo la normatividad en el uso de datos personales.
 - Conocer la guía de actuación para los casos en que una persona de su comunidad manifieste síntomas de COVID-19.
- Las demás que le asigne el Administrador de su dependencia.
- Cuando así se requiera, por el tamaño de la comunidad, el responsable sanitario podrá tener uno o más asistentes.

Comisiones locales de seguridad

- Participar, juntamente con la Secretaría Administrativa y el responsable sanitario de la ENES Unidad Morelia, en la aplicación de estos lineamientos a las particularidades de la entidad y dependencia, procurando para ello la participación de personal con conocimientos de salud y sanidad.

Trabajadores universitarios (personal académico, personal administrativo de base y/o confianza):

- Deberán mantenerse informados del sistema de semáforo de riesgo epidemiológico semanal.
- No acudir al trabajo o reuniones sociales con síntomas compatibles con COVID-19, para no ser un riesgo de potencial contagio para otras personas.
- Reportar a la UDIR, propiamente al Responsable Sanitario:
- Si considera que su enfermedad preexistente lo hace una persona en probable situación de vulnerabilidad, atendiendo los criterios de vulnerabilidad emitidos por el Comité de Expertos.
- Si sospecha o tiene confirmación de COVID 19, para lo cual, no tendrá que acudir a la dependencia, solo será necesario que su familiar realice el reporte al área de personal y al responsable sanitario a través de medios electrónicos.
- Indicar al responsable sanitario de la UDIR, si no ha sido vacunado contra COVID-19 y la razón médica para ello.
- Deben atender las indicaciones específicas para su área de trabajo, en especial las relativas al uso adecuado y obligatorio de cubrebocas y al espaciamiento seguro.
- Usar adecuadamente el Equipo de Protección Personal, atendiendo su categoría y a lo establecido por las Comisiones Centrales de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Utilizar la ropa de trabajo de acuerdo con la categoría y funciones y de conformidad a lo previamente aprobado por las Comisiones Centrales de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Portar la credencial de la UNAM que lo identifica como trabajador.

- Evitar compartir con otras personas dispositivos y utensilios de uso personal: teléfono celular, utensilios de cocina, herramienta o equipos de trabajo, o bien, equipos de protección personal.

Estudiantes

- Mantenerse informado del sistema de semáforo de riesgo epidemiológico semanal y de las comunicaciones de la UNAM y su entidad académica de acuerdo con la ubicación de la entidad o dependencia para la que realiza sus estudios o actividades relacionadas con los mismos.
- Asistir a las instalaciones de su entidad de acuerdo con las indicaciones de las autoridades de la misma, respecto a la forma y dinámicas que permitan respetar el aforo seguro.
- No acudir a actividades académicas o reuniones sociales con síntomas compatibles con COVID- 19, para no ser un riesgo de potencial contagio para otras personas.
- Atender las indicaciones específicas, en especial las relativas al espaciamiento seguro.
- Portar la credencial de la UNAM que lo identifica como estudiante.
- Evitar compartir con otras personas dispositivos y utensilios de uso personal: teléfono celular, utensilios de cocina, equipo de protección personal, papelería.

Todas las personas en las instalaciones universitarias

- Usar cubre bocas de forma adecuada.
- Atender las indicaciones específicas, en especial las relativas al espaciamiento seguro.

¿QUÉ HACER EN CASO DE SOSPECHA O CONFIRMACION 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.
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/12d6DatW70izF8B3NpFKM0di5vsV01N9Q/view>

“Recomendaciones para el hogar con familiares enfermos”.

<https://drive.google.com/file/d/132tt72yAVJNeeqmocYPJNRv4pHTzGVQ/view>