

## **Lineamientos que contienen las medidas de protección básicas contra el Covid 19 para los trabajadores de El Colegio de Morelos**

### **Introducción**

**¿Qué son los coronavirus?** Los coronavirus son una familia de virus que circulan entre humanos y animales (gatos, camellos, murciélagos, entre otros), que causan enfermedades respiratorias que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves. El COVID-19 forma parte de la familia de Coronavirus.

**¿Cómo se transmite el nuevo coronavirus?** Los coronavirus humanos se transmiten de una persona infectada a otras a través del aire al toser y estornudar, al tocar o estrechar la mano de una persona enferma, o al tocar un objeto o superficie con el virus y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos antes de lavarse las manos.

**¿Cuáles son los síntomas del nuevo coronavirus?** Los casos sospechosos de COVID-19 deben tener al menos dos de los siguientes síntomas: tos, fiebre, dolor de cabeza; acompañados de alguno de los siguientes: dolor o ardor de garganta, dolores de articulaciones o músculos, escurrimiento nasal u ojo rojo. Los casos graves presentan dificultad para respirar o dolor en el pecho. También existen personas que pueden portar el virus y no presentar síntomas y potencialmente lo pueden transmitir a otras personas.

**¿Cómo se trata el nuevo coronavirus?** No hay un tratamiento específico para los coronavirus, sólo se indican medicamentos para aliviar los síntomas. Por el momento el desarrollo de este brote no se puede predecir del todo, por lo que la respuesta requiere la implantación de una serie de acciones rápidas, oportunas y efectivas desde el punto de vista de las estrategias clásicas de salud pública.

### **Marco Normativo**

La Ley Federal del Trabajo establece en el artículo 132, fracción XVI que es obligación de los patrones que las instalaciones de los centros de trabajo cuenten con condiciones en materia de seguridad, salud y medio ambiente en el trabajo, a efecto de prevenir accidentes y enfermedades laborales. De la misma manera, el artículo 134 de la misma Ley, establece las obligaciones de las personas trabajadoras en materia de seguridad y salud.

Por otra parte, el Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo (RFSST), la NOM-030-STPS-2009 sobre servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo y la NOM-019-STPS-2004 sobre la constitución, organización y funcionamiento de las comisiones de seguridad e higiene en los centros de trabajo, establecen el marco de actuación en cuanto a medidas de prevención y organización a favor de la salud entre empleadores y trabajadores en los centros de trabajo.

A mayor detalle, la NOM-030-STPS-2009 establece en su numeral 7, inciso c) que los centros de trabajo del país, según su actividad, escala económica, procesos de trabajo, grado de riesgo y ubicación geográfica, tienen la obligación de incorporar e implementar las recomendaciones que emitan las autoridades competentes, para lograr una mayor efectividad y contribuir de manera colectiva a la labor de mitigación de emergencias y contingencias sanitarias.

Asimismo, de conformidad con lo en los artículos 147 y 148 de la Ley General de Salud, los particulares están obligados a colaborar con las autoridades sanitarias en la lucha contra enfermedades epidémicas, por lo que la Secretaría de Salud puede auxiliarse de todos los servicios médicos existentes en el país en la lucha contra las epidemias, incluyendo los servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo.

Por su parte, es de destacarse que estos lineamientos incorporan las medidas de la “Jornada Nacional de Sana Distancia” por COVID-19 promovida por la Secretaría de Salud, así como las establecidas en el “Acuerdo por el que se establecen las medidas preventivas que se deberán implementar para la mitigación y control de los riesgos para la salud que implica la enfermedad por el virus SARS-CoV-2 (COVID19)”, del 24 de marzo de 2020; las del “Acuerdo por el que se establecen acciones extraordinarias para atender la emergencia sanitaria generada por el virus SARSCoV-2” de fecha 31 de marzo de 2020; así como las actualizaciones a éste emanadas del “Acuerdo por el que se modifica el similar por el que se establecen acciones extraordinarias para atender la emergencia sanitaria generada por el virus SARS-CoV2, publicado el 31 de marzo de 2020”, de fecha 21 de abril de 2020, así como las demás medidas de protección dictadas por las autoridades federales y estatales.

Finalmente, de conformidad con el artículo 1 de la Ley Orgánica de El Colegio de Morelos que establece a la letra: “Se crea “El Colegio de Morelos” como una institución pública autónoma del Estado de Morelos, dotada de plena autonomía en su régimen interior, en todo lo concerniente a sus aspectos académico, económico, técnico, administrativo y de gobierno, con personalidad jurídica y patrimonio propio...”, por lo que se dictan los siguientes:

## **Lineamientos que contienen las medidas de protección básicas contra el COVID 19 para los trabajadores de El Colegio de Morelos.**

### **Ingreso a El Colegio de Morelos**

**1.- Filtro de ingreso.** Toma de temperatura que permita la identificación de personas con signos de enfermedades respiratorias, tos, flujo nasal o dificultad para respirar, con el fin de remitirle a su domicilio en aislamiento voluntario y disminuir el riesgo de contagio. No se permitirá el acceso a las personas que tengan más de 37.5° C de temperatura corporal. Toma de oxígeno, a través de oxímetros. Utilización de tapete sanitizante. Captar los cubrebocas con los que ingresan los trabajadores utilizando bolsas de residuos biológicos.

**2.-** Desinfectar manos con gel antibacterial a base de alcohol al 70% al ingresar a las instalaciones de la institución.

**3.-** Colocar careta de seguridad acrílica.

**4.-** Colocar cubreboca. (cubriendo nariz y boca)

**5.-** Se recomienda que los menores de edad no ingresen a la institución, para preservar el interés superior del menor, su salud y bienestar.

**6.-** Se recomienda que las personas que pertenecen a un grupo de riesgo: mayores de 60 años, hipertensión, diabetes, cardiopatías, patología pulmonar, enfermedad renal crónica, inmunosupresión, patología hepática, neoplasias activas, embarazada, sigan laborando a través del uso de las tecnologías de la información y la comunicación, trabajo en línea o a distancia, hasta que las autoridades federales y estatales determinen el regreso total o escalonado a las actividades laborales.

**7.-** Se recomienda no utilizar saco o corbatas, en razón, de que estos generalmente no son lavados sino después de varios usos.

### **Dentro de El Colegio de Morelos**

**1.-** Portar cubreboca. (cubriendo nariz y boca)

**2.-** Portar careta de seguridad acrílica.

**3.-** Utilizar guantes desechables. (personal de limpieza)

### **Manténgase informado y siga las recomendaciones de los profesionales sanitarios**

Manténgase informado sobre las últimas novedades en relación con la COVID-19. Siga los consejos de las autoridades de salud pertinentes a nivel nacional y local o de su empleador sobre la forma de protegerse a sí mismo y a los demás ante la COVID-19.

Esto implica la orientación, capacitación y organización de los trabajadores para prevenir y controlar la propagación del coronavirus COVID-19 en sus centros laborales, incluyendo las siguientes: Cuide su salud y proteja a los demás a través de las siguientes medidas:

- 1.-** Lávese las manos frecuentemente con un desinfectante de manos a base de alcohol al 70% o con agua y jabón.
- 2.-** Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo; tire el pañuelo inmediatamente y lávese las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol al 70%, o con agua y jabón.
- 3.-** Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- 4.-** No escupir, utilizar un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura; después lavarse las manos.
- 5.-** Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso común en oficinas, sitios cerrados, transporte, centros de reunión, entre otros.
- 6.-** Ventilar y permitir la entrada de luz solar.
- 7.-** Utilizar mascarilla (cubre boca) de forma correcta.

### **Mantenga el distanciamiento social**

Mantenga **al menos 1.5 metros de distancia entre usted y las demás personas**, particularmente aquellas que tosen, estornudan y tengan fiebre.

**¿Por qué?** Cuando alguien con una enfermedad respiratoria, como la infección por el Covid 19, tose o estornuda, proyecta pequeñas gotículas que contienen el virus. Si está demasiado cerca, puede inhalar el virus.

### **Plan de atención en el centro de trabajo**

1. Limpieza permanente del centro de trabajo y los lugares de labor, incluidos los destinados a los servicios de alimentos, de descanso y, utilizando los productos de limpieza adecuados para prevenir la propagación del virus.
2. Proveer de productos sanitarios y de equipo de protección personal a las y los trabajadores, incluyendo cubrebocas y/o caretas.
3. Contar con depósitos de productos desechables y de uso personal.
4. Escalonar horarios para el uso de las instalaciones con el fin de disminuir el contacto entre los trabajadores.
5. Separar las estaciones de trabajo compartidas a una distancia de 1.50 a 2.0 metros.
- 6.- **Los trabajadores de “El Colegio de Morelos”, están obligados a reportar al Coordinador Administrativo cualquier padecimiento de salud que presenten, para determinar las acciones correspondientes.**
- 7.- Se prohíbe el uso de aire acondicionado dentro de las instalaciones de El Colegio de Morelos.
- 8.- Se recomienda a los trabajadores de El Colegio de Morelos, adoptar las medidas preventivas dictadas por las autoridades de salud y educación a nivel federal y estatal en atención al COVID 19 en el centro de trabajo, en su domicilio y demás actividades diarias que realice.

**Estos lineamientos quedan sujetos a las medidas de protección y recomendaciones adicionales que en atención al COVID 19 establezcan las autoridades de salud y educativas a nivel federal y estatal en los Estados Unidos Mexicanos, por lo que pueden ser modificados atendiendo a las medidas de prevención que dicten las referidas autoridades.**



---

Dr. Juan de Dios González Ibarra  
Rector de El Colegio de Morelos



---

Dr. Gustavo Arce Landa  
Secretario General de  
El Colegio de Morelos



---

Dr. Juan Carlos Tapia Rojas  
Coordinador de Docencia de  
El Colegio de Morelos



---

Lic. Jesús Antonio Hernández Flores  
Coordinador Administrativo  
de El Colegio de Morelos



---

Dr. Juan Manuel Avila Silva  
Abogado General de  
El Colegio de Morelos