

Reforzamiento de las Medidas de Promoción de la Salud por COVID-19

Vigentes del 26 de mayo hasta nuevo aviso

LINEAMIENTOS GENERALES PARA INGRESO A LAS INSTALACIONES:

No acudir a instalaciones la Facultad (campus central o CEIE) en caso de:

- No existir una actividad justificada
- Haber mostrado síntomas de COVID-19 (fiebre, tos o dificultad para respirar) en los últimos 14 días.
- Haber estado en contacto con personas confirmadas o sospechosas de padecer COVID-19.
- Para disminuir el riesgo de contagio, **NO SE PERMITE EL INGRESO DE ACOMPAÑANTES.**

Al ingresar a las instalaciones de la Facultad

- Deberá portar correctamente y en todo momento su cubrebocas (sobre nariz y boca) y utilizar lentes o careta para su protección ocular.
- Permanezca en las instalaciones únicamente el tiempo indispensable para la actividad que tenga programada.
- De preferencia, evite el tránsito innecesario dentro de las instalaciones.

Registros de entrada y salida del personal adscrito* a la FMVZ:

- El vigilante en turno efectuará el registro sobre una lista entregada previamente por cada Departamento, tanto de peatones como de conductores.
 - Para facilitar el registro de las personas que ingresen en su vehículo, la pluma del estacionamiento permanecerá desactivada.
 - En caso de que su nombre no figure en la lista del Departamento, deberá presentar identificación oficial para ser registrado en otra lista, la cual le será facilitada por el vigilante.
 - Para prevenir contagios, será obligatorio que cada persona lleve su propia pluma de escritura.
- **LOS PRESENTES LINEAMIENTOS APLICAN A PROVEEDORES EXTERNOS Y DE SERVICIOS**, los cuales deberán reportarse a Departamento de Compras, de la Coordinación de Servicios Generales, o al que aplique para la autorización de su acceso a las instalaciones.

Reforzamiento de las Medidas de Promoción de la Salud por COVID-19

Vigentes del 26 de mayo hasta nuevo aviso

DENTRO DE LAS INSTALACIONES DE LA FMVZ:

- **Mantenga la medida de sana distancia con las personas que interactúe** y permanezca el menor tiempo posible en contacto con ellos.
- **Descontamine su superficie de trabajo.**
- **Lave frecuentemente sus manos con agua y jabón** o utilice gel desinfectante con base de alcohol al 70%.
- **Evite tocarse la cara**, principalmente nariz, boca y ojos.
- **Al toser o estornudar, cubra nariz y boca** con pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo.
- **No escupa.** Si es inevitable hacerlo, utilice un pañuelo desechable.
- **Elimine su cubrebocas o sus pañuelos desechables en el contenedor exclusivo para este fin**, ubicado a la entrada del estacionamiento de profesores. En el caso de los CEIE, atienda la indicación de cada Centro.

Además de los anteriores, **SIGA LOS LINEAMIENTOS DE BIOSEGURIDAD QUE APLICAN EN SU ÁREA DE TRABAJO**

Reforzamiento de las Medidas de Promoción de la Salud por COVID-19

Vigentes del 26 de mayo hasta nuevo aviso

MATERIALES DE APOYO

¿Qué es la Sana Distancia?



Son medidas sociales para reducir la frecuencia de contacto entre las personas para disminuir el riesgo de propagación de enfermedades transmisibles, como el COVID-19.

Para mantener una sana distancia y reducir la probabilidad de exposición y, por lo tanto, de contagio, se sugieren distancias de: 1.50, 1.80, 1.95 y 2.25 m, de acuerdo al escenario.



TÉCNICA DEL LAVADO DE MANOS

LAVARSE frecuentemente las manos elimina **VIRUS**

- 1**
Usa jabón, de preferencia líquido, si no tienes utiliza jabón de pasta en trozos pequeños.
- 2**
Talla enérgicamente las palmas, el dorso y entre los dedos.
- 3**
Lávalas por lo menos 20 segundos sin olvidar la muñeca.
- 4**
Enjuaga completamente.
- 5**
Cierra la llave del agua y abre la puerta del baño con el mismo papel, después tíralo en el bote de la basura.


GOBIERNO DE MÉXICO
@SaludDGPS

Reforzamiento de las Medidas de Promoción de la Salud por COVID-19

Vigentes del 26 de mayo hasta nuevo aviso

MATERIALES DE APOYO

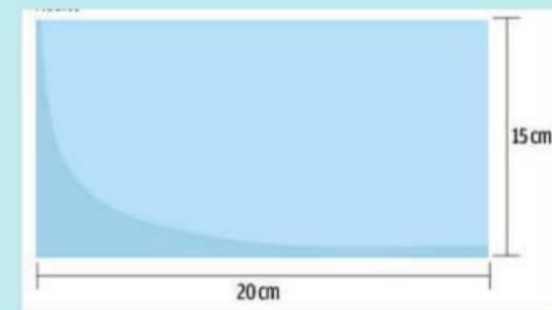
HAZ TU PROPIO CUBREBOCAS



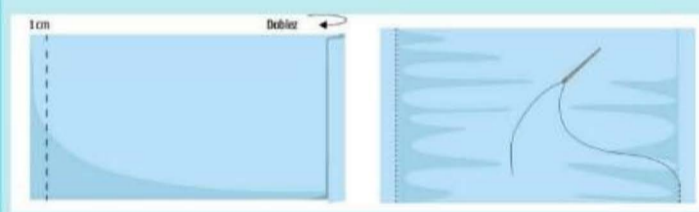
Materiales:-

- Tela reutilizable o pellón quirúrgico.
- Ligas de 12 centímetros
- Alfileres.
- Máquina de coser.
- Aguja e hilo.

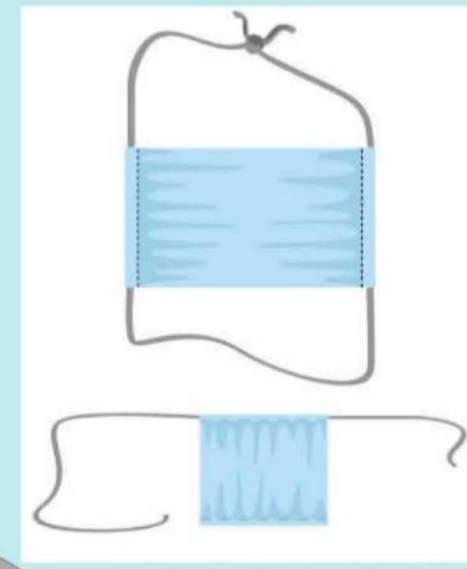
1 Recorta rectángulos de 20 cm x 15 cm de **pellón quirúrgico o tela reutilizable**. Si usas tela tiene que ser de algodón y debes cortar dos rectángulos, pues uno servirá como forro.



2 Necesitas 2 tiras de liga de 12 centímetros cada una. Coloca **los extremos en cada esquina** de uno de los rectángulos de tela y únelos con alfileres.




3 Después coloca encima el otro rectángulo que servirá de forro y cose todo el perímetro, ya sea con máquina o con aguja e hilo. **Es importante que las tiras de las ligas queden por adentro.**



4 Ya que cosiste todo el perímetro, ahora dobla el pañuelo dejando de espacio: 1.5 centímetros; 2.5 centímetros; 1.5 centímetros; 2.5 centímetros; 1.5 centímetros y 2.5 centímetros. Dobla estos espacios como si fuera un abanico y ponles un alfiler por cada doblez.

5 Ve cosiendo nuevamente el contorno **justo donde hiciste estos doblez**, retira los alfileres y te quedarán unos pliegues



¡Listo! Ya tienes un cubrebocas hecho en casa.

Fuente: Comisión Local de Seguridad y Comité Institucional de Bioseguridad de la FMVZ