

**Estrategias para el retorno  
e incorporación laboral  
al Instituto Nacional  
de Salud Pública en el marco  
de la pandemia por SARS-CoV-2**



**HACIA LA NUEVA NORMALIDAD**

**Versión 3.0 / 11 de septiembre de 2020**



**A**nte la pandemia global por el coronavirus SARS-CoV-2 que produce la enfermedad COVID-19, es necesaria una estrategia de intervención preventiva como respuesta a la preocupación institucional de garantizar la salud y la seguridad de nuestra comunidad.

Por esta razón, se han generado los lineamientos del Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), cuyo objetivo al volver a las instalaciones institucionales es desarrollar el trabajo de la forma más segura posible y sin relajar las medidas de protección necesarias. Los principios rectores son privilegiar la salud y la vida, la solidaridad y no discriminación, la economía moral y la responsabilidad compartida, orientando actividades con menos contactos, por el menor tiempo posible, a la mayor distancia y en los espacios más ventilados.

La presente guía ha sido modificada en forma dinámica, acorde al nuevo conocimiento generado y a la disminución de los niveles de exposición poblacional al SARS-CoV-2. En esta versión del 11 de septiembre de 2020, debido a la posibilidad de continuar con un entorno latente adverso por la transmisión comunitaria de esta pandemia, les informamos las disposiciones que se han actualizado y continuarán actualizándose periódicamente.

## **I. Etapas de retorno a la nueva normalidad**

- ✓ Designación del Comité Responsable de la Estrategia Institucional para el Retorno Laboral
- ✓ Estrategia institucional para el retorno laboral
  - Proceso de semaforización para el retorno a la normalidad
  - Lineamientos para el proceso de normalización de las actividades del INSP
  - Lineamientos para identificación de riesgos por contagio en el área de trabajo
  - Factores de riesgo psicosocial
  - No discriminación
  - Identificación de síntomas: monitoreo y orientación de sospecha clínica y condición de riesgo
  - Horarios alternados

## **II. De las actividades académicas**

- ✓ Actividades de colegios, capítulos y comités académicos
- ✓ Docencia y desarrollo de los programas académicos del INSP
- ✓ Ensanut 2020-COVID-19



### **III. De las áreas de trabajo y del personal**

- ✓ Adecuación de áreas de trabajo y sanitización permanente
- ✓ Protección personal
- ✓ Ingreso a las sedes del INSP

### **IV. Del comportamiento de seguridad en el transporte institucional y las áreas comunes**

- ✓ Transporte institucional
- ✓ Espacios comunes
- ✓ Comedor institucional
- ✓ Cafetería sede Cuernavaca
- ✓ Biblioteca
- ✓ Sistema institucional de identificación
- ✓ Elevadores
- ✓ Escaleras y pasillos
- ✓ Sanitarios

### **V. De los servicios de tecnologías de información y comunicaciones**

- ✓ Plataformas para recibir solicitudes
- ✓ Procedimiento de atención

### **VI. De la capacitación para prevenir y evitar cadenas de contagio**

### **VII. Protección de datos personales**



## I. Etapas de retorno a la nueva normalidad

### Designación del Comité Responsable de la Estrategia Institucional para el Retorno Laboral

Con la finalidad de garantizar el cumplimiento de las estrategias que en este documento se establecen, se han designado personas servidoras públicas que integran el Comité Responsable de la Estrategia Institucional para el Retorno Laboral, cuyas funciones son, entre otras, las siguientes:

- a. Verificar que cada unidad administrativa realice la clasificación por área (departamento, subdirección de área, dirección de área, direcciones adjuntas, entre otras) del personal en situación de vulnerabilidad.
- b. Cerciorarse de que la población al reintegrarse a las actividades de forma presencial cuente con equipo de protección personal y con soluciones a base de alcohol gel al 70% a disposición permanente.
- c. Verificar el establecimiento de medidas que resulten en una reducción de densidad humana en los espacios de trabajo, garantizando una distancia mínima efectiva entre las estaciones de trabajo de 1.5 metros.
- d. Promover el ingreso en horarios diferentes al resto del personal, para evitar los horarios pico en el transporte público o en el transporte de personal.
- e. Establecer zonas exclusivas en área de alimentos y comedor, para reducir el riesgo de exposición del personal en mayor riesgo. En caso de no ser posible establecer zonas exclusivas, se deberán establecer horarios diferenciados para reducir el riesgo de contagio del personal identificado como vulnerable.
- f. Llevar el registro y seguimiento del personal en resguardo domiciliario voluntario y evaluar posibles casos de contagio, en su caso contactar a la autoridad sanitaria.
- g. Llevar a cabo reuniones semanales en las que se revise y evalúe el cumplimiento de las estrategias planeadas. Se dará espacio para la retroalimentación del personal y se tomará conocimiento de las disposiciones oficiales que correspondan para la actualización, modificación o suspensión de las medidas sanitarias pertinentes.



## Estrategia institucional de incorporación laboral

La reanudación gradual de actividades laborales se realizará por etapas en las que se clasificará el personal que deberá asistir a las instalaciones, y aquel que continuará laborando desde casa, acorde a las fases de semaforización establecidas por el Gobierno Federal, las autoridades estatales de Morelos, Chiapas y la Ciudad de México, atendiendo el resultado semanal así como de acuerdo a las necesidades esenciales del INSP, como a continuación se refiere:

### Proceso de semaforización para el retorno a la normalidad



## Lineamientos para el proceso de normalización de las actividades del INSP

### **Primera etapa (rojo):** Sólo se encuentran en operación las actividades esenciales. Ocupación de espacios institucionales menor de 30%

En semaforización roja se favorece el trabajo en casa cuando el personal no realice una actividad esencial que amerite presencia física. La priorización de trabajo en casa estará determinada por las condiciones de salud y edad, que constituye la población más vulnerable a una exposición del virus SARS-CoV-2. Así como por el hecho de tener hijos menores de 15 años, para así contribuir a su supervisión escolar. También, el trabajo formal temporal en casa es una estrategia alternativa. En esta etapa, los trabajadores que asistan a las instalaciones del INSP no deben tener factores de riesgo, tendrán una edad menor de 60 años, la actividad que desarrollen será esencial y su presencia será solicitada y supervisada por su jefe inmediato.

### **Segunda etapa (naranja):** Operación plena de actividades esenciales y operación reducida en actividades no esenciales. Ocupación de espacios institucionales menor de 70%

En semaforización naranja se continúa promoviendo la alternancia de trabajo en casa, no se podrán reanudar las labores de personal identificado dentro de un grupo vulnerable y se establecerán horarios laborales flexibles para la reincorporación de padres de familia que tengan hijos/as menores de 15 años.

### **Tercera etapa (amarillo):** Actividades acotadas en el espacio público y actividad económica plena. Ocupación de espacios institucionales mayor de 70%

En semaforización amarilla las medidas impuestas deberán seguir garantizando el aislamiento del personal que al momento presente complicaciones de salud que los haga vulnerables al contagio del virus SARS-CoV-2.

### **Cuarta etapa (verde):** Reanudación de actividades. Ocupación de espacios institucionales en su totalidad

Todas las personas trabajadoras se deben de integrar a sus labores cotidianas en el INSP. Se prestará atención permanente al personal vulnerable al contagio del virus SARS-CoV-2.

Las medidas preventivas de mitigación se implementarán en forma indefinida.



## Lineamientos para identificación de riesgos por contagio en el área de trabajo

Para facilitar la identificación del nivel de riesgo al contagio en razón de las actividades que las personas llevan a cabo en el INSP, en primera instancia se llevó a cabo la clasificación del tamaño de cada sede, en función de la cantidad de personas que en ellas laboran. El resultado fue el siguiente:

SEDE	RANGO DE PERSONAS TRABAJADORAS	TAMAÑO
Cuernavaca	Desde 251	Grande
Tlalpan	Desde 101	Grande
Tapachula	Desde 101	Grande

Adicionalmente, para identificar características internas, cada unidad administrativa de las tres sedes que conforman al Instituto debe realizar la clasificación por área (departamento, subdirección de área, dirección de área, direcciones adjuntas, entre otras) conforme a la siguiente categorización de riesgo:

TIPO DE RIESGO	PERSONAL QUE APLICA	OBSERVACIONES
<b>ALTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Quienes viven con enfermedades crónicas: enfermedad cardiovascular (incluyendo hipertensión arterial), pulmonar, renal, hepática, diabetes mellitus o de origen inmunosupresor, entre otras.</li> <li>● Quienes viven con obesidad y sobrepeso.</li> <li>● Personas adultas mayores de 60 años cumplidos.</li> <li>● Mujeres embarazadas.</li> <li>● Personal que tiene a su cargo el cuidado de menores de edad, personas adultas mayores, personas en situación de vulnerabilidad o con mayor riesgo de contagio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● No deberán asistir a las instalaciones del INSP durante las semaforizaciones en rojo, naranja ni amarillo.</li> <li>● Tendrán un programa de trabajo en casa que deberá documentarse y ser supervisado por su jefe inmediato cada siete días.</li> </ul>
<b>MEDIO</b>	<p>Personal que, por la distribución del espacio físico que ocupa, no se encuentra garantizada su sana distancia, y puede realizar y alternar actividades de trabajo en casa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● No deberá de asistir durante las semaforizaciones en rojo ni en naranja.</li> <li>● Incorporación al programa alterno de trabajo en casa y asistencia al INSP.</li> <li>● Tendrá un programa de trabajo que deberá documentarse y ser supervisado por su jefe inmediato cada siete días.</li> </ul>
<b>BAJO</b>	<p>Personal que tenga garantizada la sana distancia en el ámbito laboral y que no tenga factores de riesgo o condicionantes para la integración laboral.</p>	<p>Durante las semaforizaciones en color naranja y amarillo, serán considerados para la primera etapa del regreso escalonado.</p>

Para documentar en el expediente laboral la situación de vulnerabilidad, distinto a la edad, el personal deberá hacerlo directamente al correo del representante de Relaciones Laborales del Comité, mediante un documento oficial (constancia vigente) del ISSSTE (hoja membretada con sello y firma autógrafa). En caso de recibir atención médica particular,

el personal deberá presentar constancia en hoja membretada y firmada autógrafamente con texto legal permitido (podrá obtener un ejemplo con el mismo vocal).

Adicionalmente, es importante asegurar que en dicho expediente estén actualizados datos personales como domicilio, instrumentos de identificación personal, números de contacto y documentos como el seguro de vida.

La información referida es estrictamente confidencial de conformidad con lo establecido en la Ley General de Transparencia y Acceso a la Información Pública y demás normatividad aplicable en la materia.

### **Factores de riesgo psicosocial**

Como parte del cuidado de la salud mental, se llevarán a cabo acciones para prevenir la discriminación a personas que han sido portadoras, ellas o sus familiares, del virus SARS-CoV-2, por lo que es imprescindible reiterar que todas las personas, sin excepción, tienen derecho:

- ▶ A la confidencialidad de su información
- ▶ A ser respetadas
- ▶ Al acceso a alternativas educativas
- ▶ A mantener sus derechos laborales
- ▶ Al acceso a la justicia
- ▶ Al acceso a la salud y seguridad social

### **No discriminación**

La estigmatización social asociada a COVID-19 es descrita, en el documento del mismo nombre de la Organización Mundial de la Salud (OMS), como “la asociación negativa entre una persona o un grupo de personas que comparten ciertas características y una enfermedad específica”.

Esto significa que las personas son etiquetadas, discriminadas y reciben un tratamiento diferente, que puede afectar negativamente tanto a quien tiene la enfermedad como a sus cuidadores, familiares, amigos y comunidad. Asimismo, tienden a sufrir estigmatización las personas que no tienen la enfermedad, pero que conviven con los enfermos.

Actualmente el brote de COVID-19 ha provocado estigmatización y comportamientos discriminatorios hacia las personas o familiares que han estado en contacto con el virus, porque se trata de una enfermedad nueva y desconocida; por lo que, como indica el documento de la OMS, es comprensible la confusión, sin embargo, estos factores están provocando estereotipos perjudiciales.

La OMS da algunos consejos para abordar la estigmatización social, por ejemplo, cuidar las palabras que se usan, ya que cuando se habla de la enfermedad por coronavirus



se asocian algunas palabras como “caso sospechoso” y “aislamiento”, las cuales pueden tener un significado negativo y provocar actitudes estigmatizadoras. Ante esto, la OMS recomienda utilizar un lenguaje que considere primordialmente a las personas y que las respete, ya que la información negativa puede influir de manera crucial en la forma en que se percibe y se trata a las personas infectadas, a su familia y comunidad.

Algunas recomendaciones sobre qué decir y qué no:

- ▶ Se debe decir “personas con COVID-19”, “personas que tienen COVID-19”, “personas en tratamiento contra el COVID-19”, “personas que se están recuperando del COVID-19” o “personas que murieron tras contraer COVID-19”. No se debe referir a las personas infectadas como “casos de COVID-19” o “víctimas”.
- ▶ Se debe decir que las personas “adquieren” o “contraen” COVID-19, no que las personas “transmiten el COVID-19”, “infectan a otras personas” o “propagan el virus”, ya que estas expresiones implican una transmisión intencional, por ende, las personas infectadas son consideradas culpables.
- ▶ Se debe hablar con exactitud sobre el riesgo de contraer COVID-19, con base en datos propios de la ciencia y en las últimas recomendaciones oficiales.
- ▶ Se debe hacer hincapié en la eficacia de las medidas de prevención y tratamiento.
- ▶ Se debe difundir información basada en hechos: La estigmatización se puede prolongar debido a la falta de conocimiento sobre cómo se transmite, cómo se trata la enfermedad y cómo se previene la infección.

Fuente: Organización Mundial de la Salud. La estigmatización social asociada a la COVID-19. México: OMS, 2020

### **Identificación de síntomas. Monitoreo y orientación de sospecha clínica y condición de riesgo**

Si se tiene un riesgo alto de sufrir complicaciones por el COVID-19 (embarazo, diagnóstico de enfermedad pulmonar crónica, enfermedad cardíaca, diabetes, enfermedades que comprometan el sistema inmunológico y otros problemas de salud crónicos) debe de informar inmediatamente a su jefe inmediato y éste a su vez al representante de Relaciones Laborales del Comité.

La persona trabajadora debe estar pendiente diariamente ante cualquier signo de fiebre o algún otro signo similar al COVID-19, en su caso, debe comunicarse al Centro de Atención Telefónica (CAT) al número **777 329 3032** para ser atendido por el médico residente de medicina preventiva en el INSP que esté de guardia para su orientación y toma de decisiones. Debe de aplicar las medidas de etiqueta respiratoria y de higiene que se deben seguir en la institución.



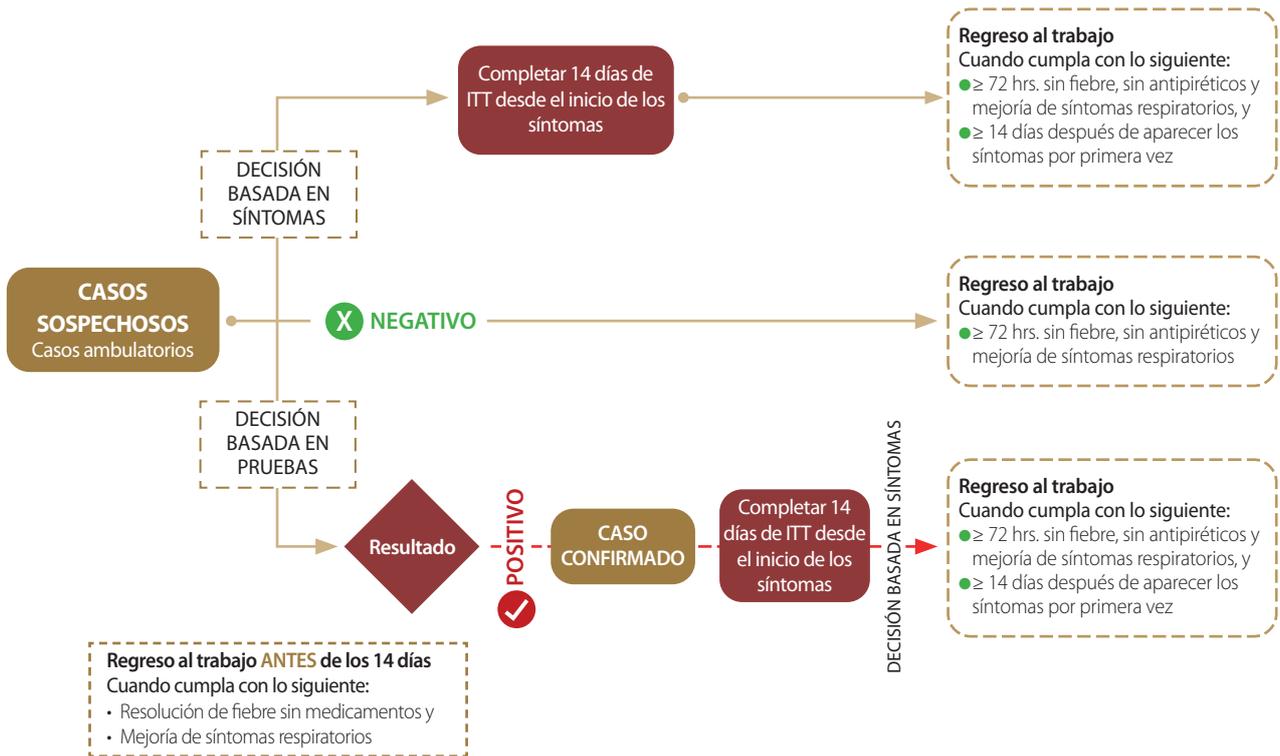
## Durante la jornada laboral

En caso de presentar síntomas deberá informar a su jefe inmediato y éste a su vez al representante de Relaciones Laborales del Comité para separarse de su área de trabajo y acudir en breve a su servicio de atención médica.

## En caso de contacto

En caso de aproximación con alguna persona con posibilidad o confirmada de enfermedad por COVID-19, en el trabajo o en la comunidad (convivencia en el mismo domicilio), debe llamar al CAT (**777 329 3032**) para ser atendido por el médico residente de medicina preventiva en el INSP que esté de guardia para su orientación y toma de decisiones.

## Algoritmo diagnóstico y de alta sanitaria



Una vez aplicado el algoritmo descrito no es necesaria la toma ni el resultado de una segunda muestra de laboratorio. O bien, se podrá presentar el documento de alta médica directamente al correo del representante de Relaciones Laborales del Comité, mediante un documento oficial (constancia vigente) del ISSSTE (hoja membretada con sello y firma autógrafa). En caso de recibir atención médica particular deberá presentar una constancia en hoja membretada y firmada autógrafamente con texto legal permitido.

### **Horarios alternados**

Tomando en cuenta la distribución del personal de cada área y su estatus de riesgo, el jefe inmediato establecerá el perfil de las actividades esenciales, así como los horarios laborales, el programa de trabajo alterno en casa y la combinación de ambos.

En los semáforos naranja y amarillo se sugiere dividir en horarios alternados al personal que acude a realizar actividades esenciales, incluyendo a los trabajadores de la Dirección de Administración y Finanzas (DAF) y a los profesores investigadores, para optimizar los espacios físicos y disminuir una posible exposición. Para ello, los horarios se dividirán estrictamente en dos turnos de cinco horas comprendidos de **8:30 a 13:30** y de **13:45 a 18:45 horas**; mismos que serán definidos por el jefe inmediato.

Es preciso enfatizar en que la persona que deje la oficina después de su jornada laboral deberá limpiar los objetos de uso, antes y después de ocupar su lugar de trabajo.

### **Trabajo desde casa**

De conformidad con las clasificaciones de riesgo y dependiendo de la etapa que determine el semáforo epidemiológico, los superiores jerárquicos determinarán qué personas pueden realizar labores desde casa durante el aislamiento social. Al respecto y en atención a lo establecido en la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, dichas personas deberán respetar el horario laboral ordinario al que normalmente se sujetan (7 u 8 horas según sea el caso) y atender en todo momento las instrucciones que las y los jefes inmediatos determinen.

Asimismo, deberán contar como mínimo con conectividad de internet, equipo de cómputo con los programas y accesos adecuados y teléfono celular o fijo con línea activa. En caso de no tener alguno de estos servicios en casa, será necesario incluir su asistencia regular o alternada a las instalaciones del INSP.

Con la finalidad de garantizar que las actividades esenciales continúen durante esta dinámica laboral, las personas determinadas a realizar trabajo en casa deberán tener disponibilidad horaria amplia, dentro de la jornada laboral, para llamadas, videoconferencias



y para reuniones presenciales en caso de ser necesario dar atención física al seguimiento de alguna encomienda urgente.

Ya que el trabajo a distancia no disminuye la responsabilidad sobre el trabajo final, los titulares de área deberán mantener supervisión permanente al cumplimiento de los programas de trabajo previamente establecidos.

## II. De las actividades académicas

### **Actividades de colegios, capítulos y comités académicos**

Las reuniones presenciales se podrán activar en semáforo verde con no más de cinco personas. Se modificarán los reglamentos para formalizar las actividades académicas en la modalidad virtual.

### **Docencia y desarrollo de los programas académicos del INSP**

Se trasladará por un periodo de tiempo indeterminado, la educación presencial y escolarizada a modalidades no presenciales, mediadas por las tecnologías del aprendizaje y el conocimiento.

A la comunidad académica del INSP se le proporcionarán de forma indefinida los recursos técnicos de infraestructura tecnológica para la transformación e implementación de la enseñanza, nueva cultura y práctica docente. En breve se anunciará un diplomado 100% en línea dirigido a profesores y estudiantes, con el que se pretende un entrenamiento específico sobre el significado pedagógico de la educación en línea para transitar predominantemente a esta modalidad escolar.

**Cabe aclarar que todas las actividades presenciales deberán regularse cuando exista semáforo verde con los nuevos lineamientos.**

### **Ensanut 2020-COVID-19**

La Ensanut 2020-COVID-19 se considera una actividad académica esencial de trabajo de campo del INSP por lo que la capacitación para llevarla a cabo será en espacios amplios, externos al INSP, que garanticen la sana distancia, y se capacitará a no más de 20 trabajadores de campo por sesión. Asimismo, los responsables de la Encuesta elaborarán un protocolo de prevención de la exposición a SARS-CoV-2 y de eliminación de residuos peligrosos biológico-infecciosos (RPBI), con la coordinación del Comité de Bioseguridad del INSP, incluyendo:

- Estrategias de sana distancia, utilización de cubrebocas y descripción de protocolos de limpieza inmediata al terminar cada encuesta.



- Para campo, se proveerá al personal de equipo de seguridad como caretas, cubrebocas, guantes, geles, toallas antibacteriales y alcohol para mantenerse lo mayormente protegidos.
- Las medidas para el desecho de RPBI se adoptarán con base en lo establecido por el Comité de Bioseguridad del INSP y en coordinación con las secretarías de salud estatales.

### III. De las áreas de trabajo y del personal

#### Adecuación de áreas de trabajo y sanitización permanente

- En las entradas de los edificios de las tres sedes y en los entresijos del elevador de la sede Cuernavaca, se colocarán de manera permanente dispensadores de gel desinfectante. Asimismo, se abastecerán los dispensadores individuales que existan dentro de los cubículos y oficinas de la institución.
- En las mesas de trabajo donde sea necesario y factible incorporar micas transparentes para separación de espacios, los trabajadores podrán hacer la solicitud dirigida a su jefe inmediato y éste a su vez al vocal de Servicios Generales y Mantenimiento del Comité.
- El personal de limpieza llevará a cabo sus rutinas de manera habitual en las áreas comunes y en los cubículos en cada sede según la reincorporación del personal.
- Se implementará limpieza y desinfección diaria de vehículos institucionales, principalmente del microbús y del autobús, antes de abordarlos y después de usarlos. De igual manera, a todas las unidades del INSP se les proporcionará dispensadores de gel desinfectante. Los operadores serán los responsables de atender y cuidar de manera regular esta indicación. El procedimiento de desinfección y limpieza se realizará en seguimiento al lineamiento "Limpieza y desinfección de espacios comunitarios durante la pandemia por SARS-CoV-2" emitido por el Gobierno Federal el 11 de junio del 2020, disponible en [https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/06/Limpieza\\_desinfeccion\\_espacios\\_comunitarios\\_durante\\_pandemia\\_SARS-CoV-2.pdf](https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/06/Limpieza_desinfeccion_espacios_comunitarios_durante_pandemia_SARS-CoV-2.pdf)
- La limpieza y desinfección de rutina será una parte importante para reducir el riesgo de exposición al SARS-CoV-2. La limpieza normal de rutina sólo con agua y jabón puede reducir el riesgo de exposición y es una medida necesaria antes de desinfectar las superficies externas con alcohol al 80% o cloro diluido (a una dilución 1:99 para evitar irritación ocular y en vías respiratorias). Algunos ejemplos de objetos y superficies



que se tocan con frecuencia que deberán desinfectarse de forma rutinaria luego de la reapertura son: pasamanos de escaleras, mesas, sillas, manijas de las puertas, interruptores de luz, escritorios, teléfonos, teclados, inodoros, grifos y lavabos, despachadores de agua caliente y fría, pantallas táctiles, multifuncionales y cajeros automáticos.

- Únicamente se permitirá la ocupación de una persona por cubículo, dado el reducido espacio con el que se cuenta derivado de la distribución del mobiliario al interior de éstos, en caso de que sea viable la separación de 1.5 mts. se deberá portar de manera obligatoria careta, misma que se podrá solicitar al jefe inmediato y éste a su vez al representante de Servicios Generales y Mantenimiento del Comité.
- El trabajo en casa se implementará en función de un esquema de rendición de cuentas basado en resultados; autorizado y evaluado cada siete días por el jefe inmediato.
- Para los espacios de laboratorios, bioterio, y manejo de biológicos de alto riesgo, los responsables deberán establecer las medidas de mitigación de exposición al agente infeccioso.
- Para las áreas de uso común, se permitirá la ocupación de dos y un máximo de cinco personas, siempre y cuando exista una distancia mínima entre ellos de dos metros. Se recomienda utilizar la explanada cerrada del edificio central de la sede Cuernavaca para habilitar temporalmente espacios abiertos para las actividades de grupos de trabajo que no cuenten con espacio laboral con la separación de 1.5 mts. entre ellos.
- Las puertas se mantendrán abiertas para que el personal evite tocar las manijas.
- Se podrán realizar reuniones de trabajo institucional esenciales en espacios físicos, con un máximo de cinco personas que garanticen una distancia de dos metros. Dependiendo la etapa de semaforización se incrementará en forma gradual el número de participantes.
- El área de mantenimiento de la DAF supervisará la correcta aplicación de las rutinas de limpieza que han sido impuestas en forma adicional. El personal de limpieza deberá utilizar correctamente el cubrebocas (cubriendo nariz, boca y barbilla) y guantes en todo momento, también deberán desinfectar las manijas y las chapas de las puertas al entrar y salir de cada cubículo y oficina.
- Para hacer uso de los cajeros bancarios que están dentro de las instalaciones del INSP, se deberá respetar la señalización de la sana distancia de 1.5 mts marcada en el piso. Asimismo, lavarse las manos con agua y jabón o usar gel antibacterial antes y después de usar el cajero.
- Para mayor higiene se colocarán tapetes sanitizantes o alternativas similares haciendo uso de hipoclorito de sodio con concentraciones del 0.5%, en entradas y salidas de los distintos edificios ubicados en las tres sedes institucionales.



## Protección personal

Para prevenir el contagio y su propagación, todas las personas trabajadoras deben hacer uso en sus lugares de trabajo de buenas prácticas de higiene, incluyendo las siguientes:

- Evitar en todo momento saludar dando la mano, abrazo o beso.
- Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente o, bien, usar soluciones a base de alcohol gel al 70%.
- Cubrirse la nariz y boca al toser o estornudar, con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.
- Usar correctamente el cubrebocas cubriendo nariz, boca y barbilla (obligatorio para toda la comunidad institucional). Se recomienda enfáticamente usar cubrebocas reutilizable para evitar la generación de residuos sanitarios. Aquellas personas que opten por cubrebocas desechables deberán depositarlos exclusivamente en un bote especial que será colocado en los baños. De preferencia, el cubrebocas se debe cortar en pedazos antes de depositarse en el bote para evitar su reutilización.
- El uso de cubrebocas (cubriendo nariz, boca y barbilla) es obligatorio en los espacios compartidos y puede no ser utilizado cuando se encuentren solos en un cubículo. Esto, porque se humedece cuando se utiliza por un tiempo mayor a cuatro horas y es necesario reemplazarlo.
- Abstenerse de escupir. Si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura; posteriormente lavarse las manos.
- No tocarse la cara, sobre todo nariz, boca y ojos.
- Guardar sana distancia (un mínimo de 1.5 m) entre personas.
- No compartir material de oficina que es de uso personal (libretas, bolígrafos, notas)
- Se suspende temporalmente el uso de bebederos por considerarse una potencial fuente de infección en caso de que alguna persona los utilice de forma incorrecta (pegando su boca o un recipiente a la fuente del bebedero).
- Se debe limitar el uso de accesorios (joyería, corbatas, bufandas, pañoletas, otros) debido a que puede ser un reservorio de virus y demás microorganismos.
- Posterior a la realización de un viaje internacional, la persona trabajadora deberá permanecer trabajando desde casa durante un periodo no mayor a 15 días naturales y al momento de su reincorporación, deberá presentar el resultado oficial de la prueba diagnóstica reciente correspondiente a su jefe inmediato, éste a su vez al representante de Relaciones Laborales del Comité.



## Ingreso a las sedes del INSP

Para el acceso a las instalaciones en las tres sedes que conforman el INSP se deberá tomar en cuenta lo siguiente:

- Para los/las empleados del INSP es obligatorio portar correctamente el cubrebocas (cubriendo nariz, boca y barbilla), la credencial institucional vigente y no podrán ingresar acompañados de algún familiar o persona ajena al Instituto.
- Los/las proveedores de bienes y servicios, para su ingreso, deberán agendar una cita para con el Departamento de Servicios Generales o de Abastecimiento, según corresponda su contratación, y los paquetes de mensajería deberán entregarse en el área designada como Oficialía de Partes en cada una de las sedes, donde se deberá llevar a cabo un proceso de sanitización. Para mayor protección se dotará de un cubrebocas reutilizable y protección ocular o facial para las personas que laboren en esta área.
- En cada una de las entradas peatonales y vehiculares al INSP, se establecerá un filtro de supervisión cuyo objetivo es garantizar que las personas que ingresen a las tres sedes del INSP no representen un riesgo potencial de contagio para el resto de las personas en los mismos.

Este filtro se instalará en los accesos principales de las tres sedes de cada inmueble garantizando la supervisión de los trabajadores, proveedores y visitantes que ingresen al INSP como medida de prevención. Obligatoriamente se tomará temperatura corporal con termómetro digital así como también se les aplicará gel antibacterial al 70% en las manos.

Para evitar las conglomeraciones en los filtros de supervisión, las personas deberán hacer una fila y colocarse a una distancia no menor de 1.5 metros asegurando la sana distancia, para ello habrá señalizaciones en el piso.

- Cuando el personal que aplica el filtro de supervisión detecte alguna persona con temperatura mayor a 37.5°C impedirá el acceso a las instalaciones del INSP, deberá acudir a su servicio de atención médica.
- El uso correcto de cubrebocas (cubriendo nariz, boca y barbilla) es obligatorio en las instalaciones del INSP. En primera instancia se ha otorgado al personal un cubrebocas reutilizable; no obstante, podría utilizar un tutorial en línea para la conformación de cubrebocas en casa ([https://figshare.com/articles/Recomendaciones\\_de\\_cubrebocas\\_hechos\\_en\\_casa\\_por\\_la\\_CDC\\_revisi\\_n\\_r\\_pida\\_de\\_literatura\\_uso\\_de\\_cubrebocas\\_e\\_incidencia\\_de\\_enfremedades\\_respiratorias\\_agudas\\_M\\_xico\\_2020/12103866](https://figshare.com/articles/Recomendaciones_de_cubrebocas_hechos_en_casa_por_la_CDC_revisi_n_r_pida_de_literatura_uso_de_cubrebocas_e_incidencia_de_enfremedades_respiratorias_agudas_M_xico_2020/12103866)), además se dotará de protección facial al personal que atiende trámites al público o de personal interinstitucional.



- Se continuará sin el registro de huella para el control de asistencia hasta nuevo aviso. La supervisión de la asistencia y permanencia seguirá a cargo del jefe inmediato.
- Se prohíbe acudir a trabajar si se tienen síntomas de infección respiratoria (tos, fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares, dolor de garganta, escurrimiento nasal, dificultad para respirar, ojos rojos, pérdida del olfato o gusto, u otros síntomas).

## **IV. Del comportamiento de seguridad en el transporte institucional y las áreas comunes**

### **Transporte institucional**

El autobús y el microbús institucionales iniciarán su operación en cuanto exista el semáforo verde en las dos sedes: Ciudad de México y Cuernavaca. De ser así:

- El acceso al autobús será estrictamente usando cubrebocas (cubriendo nariz, boca y barbilla).
- El conductor tomará la temperatura a cada uno de los pasajeros; una temperatura mayor a 37.5°C impedirá el uso de transporte.
- Al ingreso y descenso del autobús, el conductor proporcionará a los usuarios gel antibacterial, además de que deberán usar un tapete desinfectante.
- La distribución de los pasajeros será en función de la sana distancia y no se podrá transportar en el autobús a más de 20 personas por viaje y en el microbús a 15 personas, para este fin se colocarán señalamientos en pasillo y asientos disponibles.

### **Espacios comunes**

Por seguridad, los siguientes espacios diseñados para la congregación de varias personas permanecerán inactivos hasta la tercera etapa del regreso escalonado (ocupación mayor a 70%). Para reuniones presenciales se deberá solicitar la apertura del espacio correspondiente al área responsable de la gestión del mismo:

- Salas de juntas
- Auditorio
- Aula magna
- Sala de seminarios
- Área de comida para estudiantes
- Espacios de recreación y esparcimiento



## Comedor institucional

Prevenir y controlar la propagación del virus SARS-CoV-2 dentro del comedor institucional del INSP es primordial ya que se trata de un lugar cerrado. Es así que la protección de los trabajadores dependerá de enfatizar las medidas básicas de higiene y distanciamiento para la prevención de contagios.

Durante las fases de semaforización roja, naranja y amarilla el comedor institucional se mantendrá cerrado, y para los usuarios estarán disponibles paquetes de alimentos. La operación del comedor se reanudará cuando inicie la fase de semaforización verde, con las medidas que a continuación se señalan:

- Respetar la distancia señalada de 1.5 metros entre cada persona para su ingreso en fila, de acuerdo a las señalizaciones ubicadas en el piso.
- Se colocarán barreras físicas en la misma mesa separando a un comensal de otro
- Lavarse las manos previamente con agua y jabón, o usar gel antibacterial a base de alcohol al 70%.
- Las mesas tendrán una separación de al menos tres metros y serán individuales.
- Se asignará un horario en la etapa inicial que permita tener a 38 personas máximo cada 30 minutos entre las 12:00 y 16:00 horas, dando un total de 304 por día. Esta estrategia se irá modificando según la etapa de retorno del personal al INSP.
- La barra de alimentos estará suprimida, por lo que los alimentos serán servidos exclusivamente por el personal autorizado.
- Los saleros y las jarras serán suprimidos.

## Cafetería sede Cuernavaca

- El servicio puede estar disponible a partir del semáforo verde y será exclusivamente en la modalidad para llevar.
- Los comensales en el establecimiento deberán respetar los señalamientos de sana distancia.
- Se sugiere el consumo de estos productos de forma individual garantizando la sana distancia de al menos dos metros.
- Se invita a las/os usuarios de cafetería a traer su propia taza, plato y cubiertos para evitar la generación excesiva de basura.



### **Bibliohemeroteca**

- El acceso al área de bibliohemeroteca será exclusivo para el personal autorizado y deberá respetar la sana distancia.
- Quienes requieran la consulta de material bibliográfico deberán solicitarlo al correo electrónico: recuperacion@insp.mx
- El servicio en horario normal estará disponible a partir del semáforo verde.

### **Sistema institucional de identificación**

- Como parte del sistema para identificación y referencia de las personas servidoras públicas del INSP con síntomas sugestivos de COVID-19 y reconstrucción de contactos, se ha establecido un Centro de Atención Telefónica (CAT) en el número **777 329 3032** de lunes a viernes en un horario de 9:00 a 17:00 hrs, que es atendido con la colaboración de los médicos residentes de medicina preventiva del Instituto para orientar a la comunidad institucional hacia los servicios de salud correspondientes e identificar a sus posibles contactos laborales para establecer las medidas preventivas correspondientes.
- El flujo de este esfuerzo está dividido en dos tareas: (1) la identificación de personas con síntomas sugestivos de COVID-19 y su referencia al sistema de salud, y (2) la reconstrucción de los contactos durante el periodo de desarrollo de la infección.
- En todos los casos, a través del representante de Relaciones Laborales del Comité se brindará atención y orientación sobre trámites administrativos en caso de licencia médica no aplicando descuentos por tal motivo.

### **Elevadores**

- Los elevadores son en las etapas del retorno laboral para uso exclusivo de personas con discapacidad, personas que por razones físicas no puedan subir escaleras y personas que lleven cargas pesadas (garrafrones, por ejemplo).
- Únicamente podrán usar el elevador dos personas a la vez, respetando la señalización de zonas seguras que estarán ubicadas en los extremos de cada cabina.
- Antes y después de usar el elevador, deberá usarse gel antibacterial o lavarse las manos.
- Se recomienda no hablar al interior del elevador.

### **Escaleras y pasillos**

- Se privilegia el uso de las escaleras con la finalidad de dejar el servicio de elevador libre para aquellas personas cuyas capacidades físicas no les permitan hacer uso de las mismas.



- Al subir y bajar escaleras siempre se deberá avanzar del lado derecho.
- Las personas deben de permanecer dentro de sus respectivos cubículos, áreas de trabajo, pisos y edificios para minimizar el riesgo de contaminación cruzada en los pasillos.
- La circulación en los corredores y pasillo se cambiará a flujos de tráfico unidireccionales, mismos que estarán señalizados conforme corresponda.
- Las personas de la empresa proveedora de servicios de limpieza realizarán el vaciamiento cada hora de los recipientes para desechos que están en los pasillos.

### Sanitarios

- Al lavarse las manos después de usar los sanitarios, se deberá respetar la señalización de zona segura, dejando un lavamanos libre para conservar la sana distancia.
- Se suspenderá el uso de secadores de aire dada la posibilidad de esparcir bacterias y virus en el ambiente, y se priorizará el uso de toallas de papel.

## V. De los servicios de tecnologías de información y comunicaciones

### Plataformas para recibir solicitudes

La Subdirección de Cómputo y Comunicaciones Electrónicas (SCCE) brindará los servicios de tecnologías de la información y comunicaciones al personal del INSP que así lo solicite, a través de las siguientes modalidades:

- En las instalaciones del INSP, a través de la página de intranet, en la opción *soporte*.
- Los usuarios que trabajan en la modalidad desde casa pueden solicitar el servicio hablando directamente a las áreas de informática (soporte INSP 777 186 9831), en donde incluso podrán comunicarse posteriormente con la aplicación WhatsApp.

### Procedimiento de atención

Se privilegiará la atención mediante el soporte remoto para evitar la visita física. Por otro lado, para aquellos servicios que es estrictamente necesario llevarlos a cabo en sitio, se aplicarán las siguientes medidas:

### Para recibir equipos en las oficinas de la mesa de atención

- Se atenderán sólo equipos que tengan registrada una incidencia.
- El usuario depositará el equipo de cómputo en una mesa que estará colocada a la entrada de las oficinas de la mesa de atención. El equipo pasará por un proceso de



desinfección, que consistirá en emplear desinfectantes de uso muy amplio que se pueden aplicar a las superficies.

- El equipo permanecerá por alrededor de 10 minutos en ese filtro y posteriormente se procederá a la solución de la falla reportada.
- Para la entrega del equipo se llevará a cabo la misma desinfección y se le comunicará al usuario el momento en el que pueda pasar por el mismo.

#### Para la atención en sitio

- Se atenderán sólo equipos que tengan registrada una incidencia.
- El técnico acudirá a la oficina del solicitante con el debido equipo de protección que consistirá en cubrebocas, mascarás de protección visual, gel antibacterial y guantes, y con dispensador de soluciones desinfectantes que utilizará en las superficies con las que tenga contacto.
- Se procederá a la solución de la falla reportada.

Todos los formatos deberán entregarse en la ventanilla única de servicios, y todas las consultas serán vía telefónica.

Con la intención de mantener un espacio desinfectado y seguro, los días viernes a partir de las 14:00 horas, se llevarán a cabo acciones de sanitización a las oficinas de la Subdirección de Cómputo y Comunicaciones; esto no afectará la continuidad del servicio, ya que se atenderán de manera remota las incidencias que sean registradas a través de la intranet o de la aplicación WhatsApp.

## VI. De la capacitación para prevenir y evitar cadenas de contagio

Con la finalidad de brindar los elementos teóricos y prácticos que permitan comprender e identificar qué es el virus SARS-CoV2 (COVID-19) y cómo prevenir, evitar y limitar su propagación y contagio, haciendo un énfasis en los cuidados que la institución debe tener al interior de sus instalaciones, el INSP mantiene el compromiso de promover accesos a la capacitación y actualización de cada uno de los colaboradores en estos temas a través de las ofertas de capacitación virtual que instituciones del ramo salud de la Administración Pública Federal (APF) implementa para estos fines, disponibles (por ejemplo) en el siguiente enlace <https://climss.imss.gob.mx/>



La finalidad de esta capacitación es proporcionar información que permita a las personas realizar planes de acción durante la dispersión comunitaria del virus SARS-CoV2 (COVID-19), así como proporcionar información necesaria a la población para el cuidado y vigilancia de las personas adultas mayores ante el mismo.

## VII. Protección de datos personales

La comunidad del INSP reitera su compromiso de ser respetuosa con el núcleo esencial del derecho humano a la protección de los datos personales, sin que ello suponga el menoscabo a la efectividad de las medidas de protección a la salud pública. Partiendo de dichas consideraciones, se emiten las siguientes recomendaciones:

- Recabar los datos personales que sean estrictamente necesarios para la realización de los trámites y gestiones administrativas institucionales, para el cumplimiento de las finalidades definidas.
- Salvaguardar la confidencialidad de los datos personales de los contagiados, los posibles contagiados y los fallecidos por la enfermedad COVID-19; y evitar difundir, divulgar, comunicar, transmitir, transferir, remitir o dar a conocer a personas no autorizadas dichos datos personales, con base en los cuales se pueda determinar, directa o indirectamente, su identidad.
- Evitar la captura o difusión de imágenes, videos, grabaciones de voz o textos, respecto de posibles contagiados y fallecidos por COVID-19. Lo anterior, en aras de evitar lesionar su honor, reputación, imagen, nombre, dignidad, y demás intereses y derechos de los mismos, así como de evitar afectar a personas de su círculo social, familiar, académico y laboral.
- Aplicar la disociación de los datos personales, a efectos estadísticos, de minería y procesamiento de datos. En la medida de lo posible, contemplar la seudonimización de los datos personales denominativos, a fin de garantizar la confidencialidad de la identidad de los titulares.
- Implementar medidas de seguridad eficaces, que garanticen la confidencialidad, integridad y disponibilidad de los datos personales de los titulares.
- Abstenerse de emplear los datos personales obtenidos para fines distintos. Las finalidades del tratamiento deben limitarse, expresa y específicamente, al control de la epidemia y la protección de los intereses y derechos de los posibles contagiados, pacientes y ciudadanos.



- Toda comunicación que se realice en una unidad administrativa del INSP sobre la posible presencia de COVID-19 en el lugar de trabajo, no debe identificar a ningún colaborador de forma individual.

El artículo 20 de la Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados (Diario Oficial de la Federación 17/01/2017) establece una serie de excepciones al deber de obtener el consentimiento del titular para el tratamiento de sus datos personales, tales como:

- Cuando una norma con rango de ley señale expresamente que no será necesario el consentimiento del titular para el tratamiento de sus datos personales, por razones de seguridad pública, salud pública, disposiciones de orden público o protección de derechos de terceros.
- Cuando exista una situación de emergencia que potencialmente pueda dañar a un individuo en su persona o en sus bienes, o la disociación de los datos personales, a efectos estadísticos, de minería y procesamiento de datos. En la medida de lo posible, contemplar la seudonimización de los datos personales denominativos, a fin de garantizar la confidencialidad de la identidad de los titulares.
- Cuando los datos personales sean necesarios para la prevención, el diagnóstico médico, la prestación de servicios de asistencia sanitaria, el tratamiento médico o la gestión de servicios sanitarios.

Sin embargo, la actualización de alguna de las citadas causales no exime al responsable del cumplimiento de las obligaciones previstas en la ley citada y demás disposiciones que resulten aplicables.

Derivado de las acciones establecidas, y en caso de alguna aportación en el cumplimiento de la presente guía, el Instituto Nacional de Salud Pública invita a toda su comunidad a enviar un correo electrónico a la cuenta [comite.retornolabor@insp.mx](mailto:comite.retornolabor@insp.mx)

**#TodoscontraelCOVID-19**



# Evita las 3 Cs

1

**Espacios  
CERRADOS**

con poca  
ventilación



2

**Lugares  
CONCURRIDOS**

con mucha  
gente  
alrededor



3

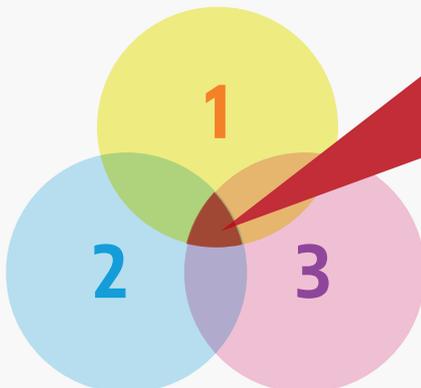
**Contacto  
CERCANO**

como  
conversaciones  
sin distanciamiento



Una de las medidas más importantes para combatir el COVID-19  
**es evitar conformar grupos grandes de contagio.**

Mantén estas 3 Cs fuera y evita que se cumplan juntas en tu vida cotidiana  
(espacios cerrados + lugares concurridos + contactos cercanos).



¡El riesgo de que ocurran  
grandes grupos de infecciones  
es muy alto cuando las 3 Cs se  
superponen!

Además de las 3 Cs, los objetos que son  
usados o compartidos por diferentes  
personas deberán ser desinfectados.