SS

SECRETARÍA DE SALUD

Manual para la Implementación de entornos laborales libres de COVID-19

SALUD

SECRETARÍA DE SALUD

Créditos

Dr. Alonso Oscar Pérez Rico
Director General de ISESALUD y Secretario de Salud de B.C.

Dra. Sandra Martínez Lobatos
Directora de Servicios de Salud en B.C.

Dra. Iliana Castañeda Hernández
Jefa Estatal de Promoción de la Salud en B.C.
Académica Facultad de Medicina y Psicología UABC

C. Mary Carmen Reyes Cardona
Responsable del Programa Entornos y Comunidades Saludables
Jurisdicción de Servicios de Salud Tijuana

CONTENIDO

1. Introducción

1a Contexto Histórico de COVID-19

2b Pandemia COVID-19

3c Medicina Preventiva
- **Lavado de manos**
- **Higiene respiratoria**
- **Autoaislamiento**
- **Distanciamiento social**

Potencial Impacto del Promoción de la Salud

2. Marco Legal

3. Propuesta de Implementación de certificación de entornos laborales libres de COVID-19 en el Estado de Baja California.

- **Objetivo General**
- **Objetivos Específicos**
- **Principios Rectores**
- **Implementación del Plan**
- **Filtro Sanitario de Supervisión**
- **Indicadores**
- **Recursos Necesarios**
- **Transparencia y Participación Ciudadana**
- **Entornos abiertos**
- **Entornos del área de Turismo**

4. Referencias

5. Apéndices

- **Apéndice No. 1: Cédula de Evaluación de Filtro Sanitario**
- **Apéndice No. 2: Comité Ciudadano de Monitoreo y Evaluación de la Gestión de entornos laborales libres de COVID-19**
- **Apéndice No. 3: Lavado de Manos**
- **Apéndice No. 4: Equipo de Protección Personal**
- **Apéndice No. 5: Técnica de los 3 Baldes**
- **Apendice No. 6 Recomendaciones para la nueva normalidad**
- **Apéndice No. 7: Cartas Descriptivas**

1. Introducción

1.a Contexto Histórico de COVID-19

En diciembre de 2019 hubo un brote epidémico de neumonía de causa desconocida en Wuhan, provincia de Hubei, China; el cual, según afirmó más tarde Reporteros sin Fronteras, llegó a afectar a más de 60 personas el veinte de ese mes.

Según el Centro Chino para el Control y Prevención de Enfermedades (CCDC), el 29 de diciembre un hospital en Wuhan admitió a 4 individuos con neumonía, quienes trabajaban en un mercado de esa ciudad. El hospital reportó esto al CCDC, cuyo equipo en la ciudad inició una investigación. El equipo encontró más casos relacionados al mercado y el 30 de diciembre las autoridades de salud de Wuhan reportaron los casos al CCDC, que envió expertos a Wuhan para apoyar la investigación. Se obtuvieron muestras de estos pacientes para realizar análisis de laboratorio.

El 31 de diciembre, el Comité de Salud Municipal de Wuhan reportó a la Organización Mundial de la Salud (OMS) que 27 personas habían sido diagnosticadas con neumonía de causa desconocida, habiendo 7 en estado crítico; la mayoría de estos casos eran trabajadores del mencionado mercado. Para el 1 de enero de 2020 el mercado había sido cerrado y se había descartado que el causante de la neumonía fuera el SARS, el MERS, gripe, gripe aviaria u otras enfermedades respiratorias comunes causadas por virus.

El 7 de enero de 2020 los científicos chinos habían aislado el virus causante de la enfermedad, y realizaron la secuenciación del genoma. Esta secuenciación estuvo disponible para la OMS el 12 de enero de 2020, permitiendo a los laboratorios de diferentes países producir diagnósticos específicos vía pruebas de PCR.11.

El 12 de enero de 2020, las autoridades chinas habían confirmado la existencia de 41 personas infectadas con el nuevo virus, quienes comenzaron a sentir síntomas entre 8 de diciembre de 2019 y el 2 de enero de 2020, los cuales incluían: fiebre, malestar, tos seca, dificultad para respirar, y fallos respiratorios; también se observó infiltrados tras el primer brote de COVID-19 en Wuhan en diciembre de 2019, donde las autoridades chinas confirmaron 41 casos detectados entre el 8 de diciembre y el 2 de enero de 2020,34 la ciudad dejó de reportar casos hasta el 19 de enero, cuando se confirmaron 17 casos más. Para ese entonces ya se habían reportado los primeros casos por COVID-19 fuera de China: dos en Tailandia y uno en Japón, neumónicos invasivos en ambos pulmones observables en las radiografías de tórax.

Pandemia COVID-19

COVID-19 (acrónimo del inglés coronavirus disease 2019), también conocida como enfermedad por coronavirus, es una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2. Se detectó por primera vez en la ciudad china de Wuhan (provincia de Hubei), en diciembre de 2019. Habiendo llegado a más de 100 territorios, el 11 de marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud la declaró pandemia.

Produce síntomas similares a los de la gripe, entre los que se incluyen fiebre, tos seca, disnea, mialgia y fatiga. En casos graves se caracteriza por producir neumonía, síndrome de dificultad respiratoria aguda, sepsis y choque séptico que conduce a alrededor del 3 % de los infectados a la muerte. No existe tratamiento específico; las medidas terapéuticas principales consisten en aliviar los síntomas y mantener las funciones vitales.

La transmisión del SARS-CoV-2 se produce mediante pequeñas gotas —microgotas de Flügge que se emiten al hablar, estornudar, toser o respirar, que al ser despedidas por un portador (que puede no tener síntomas de la enfermedad o estar incubándola) pasan directamente a otra persona mediante la inhalación, o quedan sobre los objetos y superficies que rodean al emisor, y luego, a través de las manos, que lo recogen del ambiente contaminado, toman contacto con las membranas mucosas orales, nasales y oculares, al tocarse la boca, la nariz o los ojos. Esta última es la principal vía de propagación, ya que el virus puede permanecer viable hasta por días en los fómites (cualquier objeto carente de vida, o sustancia, que si se contamina con algún patógeno es capaz de transferirlo de un individuo a otro).

Los síntomas aparecen entre dos y catorce días, con un promedio de cinco días, después de la exposición al virus. Existe evidencia limitada que sugiere que el virus podría transmitirse uno o dos días antes de que se tengan síntomas, ya que la viremia alcanza un pico al final del período de incubación. El contagio se puede prevenir con el lavado de manos frecuente, o en su defecto la desinfección de las mismas con alcohol en gel, cubriendo la boca al toser o estornudar, estornudo de etiqueta (parte hundida del brazo opuesta al codo) o con un pañuelo y evitando el contacto cercano con otras personas, entre otras medidas profilácticas, como el uso de mascarillas.

Una parte clave de las actuaciones en un brote de enfermedad infecciosa es tratar de disminuir el pico epidémico, conocido como aplanamiento de la curva epidémica.
Esto ayuda a disminuir el riesgo de que los servicios de salud se vean sobrepasados y proporciona más tiempo para desarrollar una vacuna y un tratamiento.
El distanciamiento social y el aislamiento de las poblaciones infectadas pueden contener la epidemia.

Medidas preventivas

Algunas organizaciones internacionales, como la OMS, han publicado medidas preventivas para reducir la transmisión del virus. Son similares a las que se han recomendado para prevenir la infección por otros coronavirus e incluyen:

Si va a estornudar siga estas recomendaciones

1. Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón.
2. Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con la sangría o fosa cubital (la concavidad que forma la cara interna del brazo al flexionarlo por el codo).
3. Mantener al menos un metro de distancia de otras personas, «particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre».
4. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
5. Ir al médico en caso de fiebre, tos y dificultad para respirar, llamando con antelación si se encuentra en zonas donde se está propagando el virus o si se las han visitado en los últimos 14 días.
6. Permanecer en casa si empieza a encontrarse mal, aunque se trate de síntomas leves como cefalea (dolor de cabeza) y rinorrea leve (escurrimiento nasal leve), hasta que se recupere si se encuentra en zonas donde se está propagando el virus o si se las han visitado en los últimos 14 días.

Para reducir las posibilidades de infectarse, las organizaciones sanitarias recomiendan evitar el contacto cercano con personas enfermas; lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón; no tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar; y practicar una buena higiene respiratoria.

Se recomienda a las personas que ya estén infectadas que se queden en casa, excepto para recibir atención médica, llamar con antelación antes de visitar a un proveedor de atención médica, usar una mascarilla facial (especialmente en público), tapar la tos y los estornudos con un pañuelo desechable, lavarse las manos regularmente con agua y jabón, y evitar compartir artículos personales del hogar. Dependiendo de la legislación de cada país, el contagio intencionado del virus está penado de acuerdo al ordenamiento jurídico de donde ocurra el hecho.

Actualmente (29 de abril de 2020) no existe vacuna.

Varios gobiernos desaconsejan todos los viajes no esenciales a países y áreas afectadas por el brote. El gobierno de Hong Kong advirtió a cualquiera que viaje fuera de la ciudad que no toque animales; no coma carne de caza; y evite visitar mercados húmedos, mercados de aves vivas y granjas. No hay evidencia de que las mascotas, como perros y gatos, puedan infectarse. El gobierno de China ha prohibido el comercio y el consumo de animales salvajes.
Para los proveedores de atención médica que cuidan a alguien que pueda estar infectado, se recomiendan precauciones estándar, precauciones de contacto y precauciones contra los virus transmitidos por el aire, así como llevar protección ocular.

Lavado de Manos (Apéndice 4)
Se recomienda lavarse las manos para evitar la propagación del coronavirus.
La Secretaria de Salud recomienda:

1. Lavarse las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
2. Si no hay agua y jabón disponibles, usar un desinfectante de manos a base de alcohol con al menos un 60 % de concentración. Siempre lavarse las manos con agua y jabón si las manos están visiblemente sucias.

Las personas deben evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar.

El SARS-CoV-2 puede sobrevivir y permanecer contagioso en superficies inanimadas como metal, vidrio o plástico por varios días. Los métodos para eliminar el virus de las superficies incluyen desinfectantes a base de cloro, etanol al 75%, ácido peracético y cloroformo, utilizar la técnica de los 3 baldes. **(Apéndice 6)**

Higiene Respiratoria

Es bueno usar tapabocas para prevenir el COVID-19.

Las organizaciones de salud recomiendan cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado al toser o estornudar o cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable (que luego debe desecharse de inmediato) y a continuación lavarse las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón.

Aquellos que sospechan que están infectados deben usar una mascarilla quirúrgica (especialmente cuando están en público) y llamar a un médico para recibir asesoramiento médico. Al limitar el volumen y la distancia de viaje de las gotas respiratorias dispersas al hablar, estornudar y toser, las máscaras pueden beneficiar la salud pública al reducir la transmisión de aquellos infectados sin saberlo.

Si no hay una máscara disponible, cualquier persona que experimente síntomas respiratorios debe cubrirse con un pañuelo al toser o estornudar, desecharlo rápidamente en la basura y lavarse las manos. Si no está disponible un tejido, las personas pueden cubrirse la boca o la nariz con el codo flexionado.

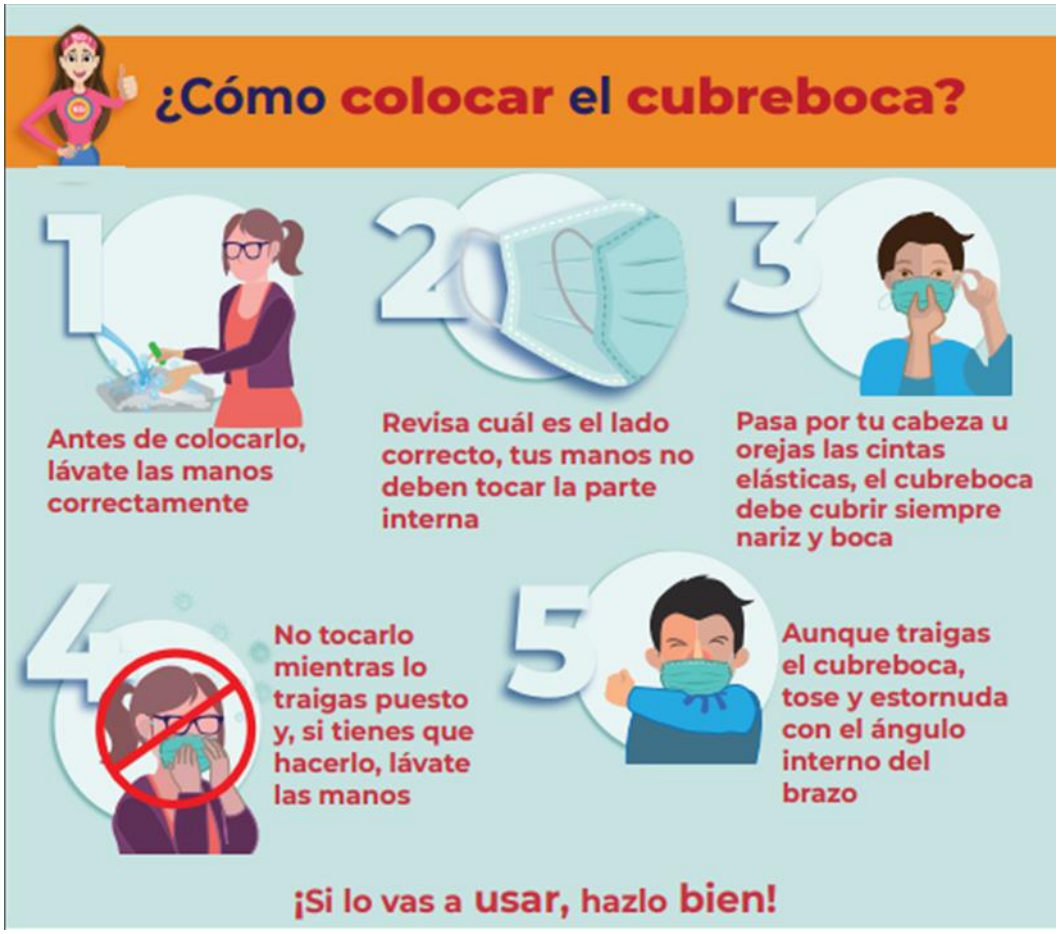
Las máscaras también se recomiendan para quienes cuidan a alguien que pueda tener la enfermedad.

La OMS aconseja las siguientes mejores prácticas para el uso de mascarillas: (Apéndice 5)

Coloque la máscara con cuidado para cubrir la boca y la nariz y átela de forma segura para minimizar cualquier espacio entre la cara y la máscara; mientras esté en uso, evite tocar la máscara; Quítese la máscara usando la técnica apropiada (es decir, no toque la parte delantera sino que quite el encaje por detrás); Después de retirarlo o cada vez que toque inadvertidamente una máscara usada, limpie las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol o jabón y agua si está visiblemente sucia; Reemplace las máscaras con una nueva máscara limpia y seca tan pronto como se humedezcan; No reutilice máscaras de un solo uso; deseche las máscaras de un solo uso después de cada uso y deséchelas inmediatamente después de retirarlas.

Se recomienda a los profesionales de la salud que interactúan directamente con las personas que tienen la enfermedad que usen respiradores al menos tan protectores como el N95 certificado por NIOSH, el estándar FFP2 de la UE o equivalente, además de otros equipos de protección personal.

No hay evidencia que demuestre que las máscaras protegen a las personas no infectadas con bajo riesgo, y usarlas puede crear una falsa sensación de seguridad. Las máscaras quirúrgicas son ampliamente utilizadas por personas sanas en Hong Kong, Japón, Singapur y Malasia.



Autoaislamiento

Los organismos de salud pública aconsejan que las personas enfermas que sospechan que pueden tener COVID-19 deben restringir las actividades fuera del hogar, excepto para obtener atención médica:

1. No ir al trabajo, la escuela o las áreas públicas.
2. Evitar el uso de transporte público, viajes compartidos o taxis.
3. Llamar con antelación antes de visitar a un médico.
4. Separarse de otras personas y animales en el hogar; no compartir artículos personales; usar un baño separado si está disponible.
5. Usar un limpiador doméstico para limpiar todas las superficies que se tocan con frecuencia (mostradores, inodoros, perillas de puertas, etc.) todos los días.

Medidas de prevención recomendadas por la OMS incluyen el lavado regular de manos con agua y jabón, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado cuando se va a toser o estornudar y evitar el contacto directo con personas que muestren síntomas de enfermedad respiratoria sin medidas de protección adecuadas. Además, se ha recomendado evitar el contacto con animales, tanto vivos como muertos, en las zonas donde se está propagando el virus y, una recomendación para reducir también el riesgo de otras enfermedades infecciosas, solamente comer carne o huevos si están bien asados o cocinados.

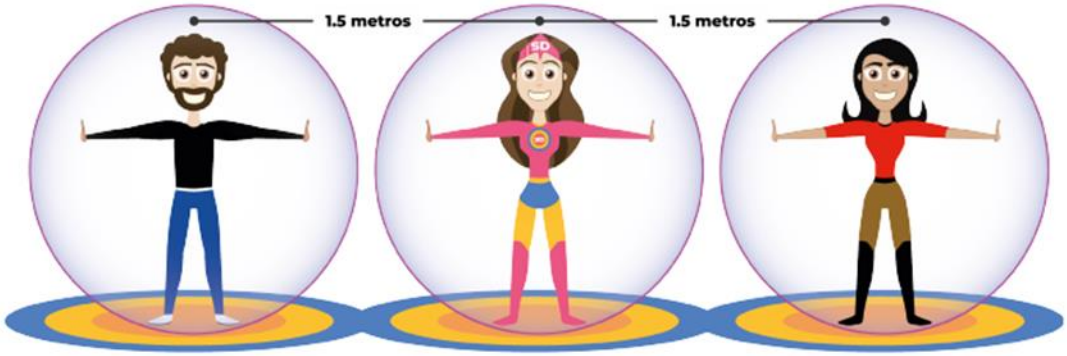
Distanciamiento Social (Apéndice 7)

El distanciamiento social incluye acciones de control de infecciones destinadas a retrasar la propagación de la enfermedad al minimizar el contacto cercano entre las personas. Los métodos incluyen cuarentenas, restricciones de viaje y cierre de escuelas, lugares de trabajo, estadios, teatros o centros comerciales. Las personas también pueden aplicar métodos de distanciamiento social limitando los viajes, evitando áreas llenas de gente y alejándose físicamente de las personas enfermas. Muchos gobiernos ahora exigen o recomiendan el distanciamiento social en las regiones afectadas por el brote.

Los adultos mayores y aquellos con afecciones crónicas graves se enfrentan a un mayor riesgo de enfermedades graves y complicaciones por COVID-19 y los CDC de Estados Unidos les han aconsejado que eviten las multitudes y se queden en casa tanto como sea posible en áreas de brote comunitario.

Algunos países, como Canadá o Estados Unidos, emitieron directrices para no darse la mano, abrazarse o besarse. Algunos países como India han recomendado a sus ciudadanos que se debe evitar escupir en lugares públicos. La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Secretaria de Salud en México, ahora recomienda para la población en general mantener al menos 1.5 metro de distancia entre personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre.

Escenario	Sana distancia mínima	Distancia adicional	Distancia total
1	1.50 m	0.30 cm	1.80 m
2	1.50 m	0.45 cm	1.95 m
3	1.50 m	0.75 cm	2.25 m



Potencial Impacto de Promoción de la Salud

Para lograr cambios favorables en los indicadores de salud en el mediano y largo plazo, es necesario hacer aportes desde la promoción de la salud y la reducción de riesgos.
La mayoría de amenazas a la salud provienen de las conductas humanas individuales y de la civilización en general.
La protección de la salud es un valor compartido por prácticamente todas las sociedades, todos los sistemas ideológicos y todas las organizaciones políticas. La buena salud, por lo tanto, es un valor que puede fortalecer el tejido de nuestra sociedad.
En este contexto, la promoción de la salud juega un papel preponderante para contribuir en el logro de mejores condiciones de salud de los mexicanos y consiste en, “proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma”, establece además que, “para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o un grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar el medio ambiente o adaptarse a él”.

Las medidas de mitigación que está realizando el sector salud se dividen en:

1. Médicas que se refieren a la atención oportuna en caso de enfermedad y a los servicios médicos.
2. No médicas en las cuales tiene injerencia directa la población, es decir, acciones encaminadas a lograr cambios de hábitos o comportamientos para evitar riesgos y proteger la salud. (manual de ¿?

Estas medidas de mitigación son:

Estas medidas deberán realizarse a lo largo del periodo de contingencia, variando la frecuencia con que se realicen de acuerdo con el escenario epidemiológico en la que se encuentre el inmueble.

2. MARCO LEGAL

El Programa por sus objetivos, requiere de la coordinación de distintos actores involucrados en el ámbito social y político, por ello es necesario contar con un marco jurídico nacional e internacional, suficiente y dinámico que le permita la flexibilidad relativa a las condiciones cambiantes que se viven en un país de contrastes como el nuestro.

A continuación, se presenta el sustento jurídico que permite su operación.

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos

• Artículo 4°, en el que se establece el derecho que tienen las personas a la protección de la salud y la concurrencia de la federación y las entidades federativas en materia de salubridad general.

• Artículo 115, en el que se establecen las atribuciones de los gobiernos municipales, de las cuales derivan su contribución, obligación y compromiso con la salud de su población.

Marco Internacional

• Resoluciones emitidas por la Organización Mundial de la Salud y por la Organización Panamericana de la Salud en materia de Promoción de la Salud.

Leyes

Ley General de Salud Últimas Reformas DOF 24-01-2020
Decreto publicado el 27 de marzo de 2020 en el Diario Oficial de la Federación, por el que se establecen acciones extraordinarias para atender la emergencia sanitaria generada por el virus SARS-CoV2.
Reglamento interno de la Secretaria de Salud.

Las acciones incluidas en este manual sólo pueden concretarse con la participación solidaria de todas las personas y el compromiso de los representantes de los diferentes niveles de gobierno, los representantes sindicales y la sociedad civil organizada.

Propuesta de Implementación de Certificación de Entornos Laborales Libres de COVID-19 en el Estado de Baja California.

Objetivo General:

Reactivar entornos laborales con los lineamientos específicos en salud, que contribuyen a mitigar infecciones respiratorias incluido COVID-19.

Objetivos Específicos:

1. Contar en los entornos laborales con filtro sanitario confiable para la identificación de trabajadores sospechosos de COVID-19 y/o enfermedad respiratoria.
2. Revisar que todos los trabajadores cuenten con equipo de protección personal.
3. Comprobar que todos los trabajadores estén capacitados en medidas preventivas de COVID-19 y temas de salud que influyen en conservar la buena salud.
4. Reforzar mediante la CNS esquema completo de vacunación de los trabajadores.
5. Comprobar que se promueve la sana distancia en áreas comunes del entorno laboral.
6. Implementar técnica de limpieza de los 3 baldes.

Principios Rectores

Los principios rectores para la implementación de la certificación de entornos laborales libres de COVID-19 son los siguientes:

1. Liderazgo y promoción del conocimiento.

2. Creatividad, innovación y apertura al cambio.

3. Uso eficiente y eficaz de los recursos disponibles.

4. Fortalecer la planeación y la gestión estratégica para asegurar la continuidad y la mejora continua.

5. Promover la participación activa de la sociedad y de los grupos especializados, mediante el trabajo colegiado y colaborativo.

6. Capacitación continua y certificación de conocimientos y destrezas.

7. Desarrollo de legislación específica.

8. Transparencia, acceso a la información, rendición de cuentas y protección de datos.

Implementación del Plan

Para la implementación de certificación de entornos laborales libres de COVID-19 se contempla lo siguiente:

1. Verificar que el filtro sanitario cuente con personal capacitado, equipo de tamizaje, equipo de protección personal y un área limpia amplia y asignada.
2. Verificar que todos los trabajadores tengan y usen de manera correcta el equipo de protección personal.
3. Verificar que la empresa tenga evidencia de las siguientes capacitaciones:
    a. Filtros sanitarios
    b. Medidas preventivas de COVID-19
    c. ¿Qué hacer cuando sales a la calle?
    d. ¿Qué hacer si usas transporte público?
    e. Uso correcto del equipo de protección personal

4. Verificar el expediente de los trabajadores para comprobar que cuenta con la CNS y un esquema completo de acuerdo a género y edad.
5. Verificar que áreas comunes como comedor, vestidores, pasillos, patios y sanitarios estén libre de conglomeraciones y promuevan la sana distancia.
6. Verificar bitácoras de limpieza para corroborar técnica de los 3 baldes con una periodicidad mínima de cada 12 horas. Y desinfección continúa de cada 4 horas de apagadores, manijas, teléfonos fijos y artículos que se toquen por más de 2 trabajadores.

El espacio laboral que obtiene la certificación de Entorno Laboral Libre de COVID-19, el cual tendrá vigencia de un año, debe conservar el documento oficial en lugar visible por el periodo antes mencionado.

FILTRO SANITARIO DE SUPERVISIÓN

El objetivo de instalar a la entrada de cada sitio cerrado un filtro de supervisión es garantizar que las personas que ingresen a los inmuebles no representen un riesgo potencial de contagio para el resto de las personas en los mismos.

Este filtro consiste en colocar a la entrada de cada inmueble un módulo en el que a cada una de las personas que ingresan se les realice un cuestionario rápido sobre su estado de salud, se les aplique gel antibacterial, se dé información sobre las medidas de mitigación del COVID-19, y le indique la ubicación de las unidades de salud más cercanas.

Para instalar el módulo para el filtro de supervisión se necesita:

1. Contar con una mesa o escritorio cubierto con un mantel o paño de tela. En caso de no disponer de ello, deberá limpiar la superficie de la mesa cada 4 horas con una solución clorada (ver la sección de medidas preventivas, limpieza del entorno).
2. Las sillas que se coloquen para los encargados de aplicar el filtro deberán de cumplir con una sana distancia de un metro y medio de distancia.
3. El personal designado para aplicación del filtro deberá utilizar bata no estéril y mascarilla quirúrgica; En caso de encontrarse en el escenario 3, deberá utilizar respirador N95 y colocárselo correctamente, siguiendo las instrucciones de su uso.

De ser posible, el filtro deberá ser atendido por personal de salud (medicina o enfermería), en caso de no contar con alguno de ellos, las personas encargadas deberán recibir una capacitación previa para dicha función, para saber cómo capacitarse contactarse con los servicios de salud en el estado de BC. www.saludbc.gob.mx

Si hay varios accesos al inmueble deberá haber un filtro de supervisión para cada uno de ellos.

Para evitar las conglomeraciones en los filtros de supervisión, las personas deberán hacer una fila y guardar una distancia de por lo menos dos brazos entre una persona y otra; dependiendo del número de trabajadores se recomienda establecer flexibilidad en los horarios del personal.

Requerimientos para instalar el filtro de supervisión

En el módulo del filtro de supervisión deberá contar con:

1. Agua, jabón o bien gel antibacterial (base alcohol mayor al 70%); y una solución clorada para mantenerlo limpio y desinfectado.
2. Pañuelos desechables.
3. Bote de basura con tapa para los desechos (se deberá evitar acumulación de los desechos).
4. Termómetro (sin mercurio), puede ser digital, infrarrojo o tiras plásticas
5. Pulsoxímetro digital.
6. Cuestionarios de detección de signos y síntomas (puede ser un cartel con las preguntas).
7. Cubrebocas para que el personal que no lo tenga lo use antes de entrar al área laboral.

Cuestionario de detección de signos y síntomas.

(Fuente: Lineamiento general para la mitigación y prevención de COVID-19 en espacios públicos cerrados)

Fecha de aplicación (día/mes/año)	
Nombre del entrevistado:	
Nombre de la persona que realizó el filtro:	

1.- En los últimos 7 días, ha tenido alguno de los siguientes síntomas:

Síntoma	Sí	No
Fiebre		
Tos, estornudos		
Malestar general		
Dolor de cabeza		
Dificultad para respirar		

Presenta síntomas Sí: ☐ No: ☐	Firma de quien realizó el filtro

Si el personal que aplica el filtro de supervisión no fuera profesional de la salud, y detecta alguna persona con fiebre y síntomas respiratorios, este deberá remitirla al servicio médico más cercano para su valoración.
Se deberá aplicar gel antibacterial a todas las personas que ingresen al inmueble.

Evaluación

La evaluación de la certificación de entornos laborales libres de COVID-19 se realizará mediante los siguientes indicadores:

Indicador de Productividad
Definición: Promedio de entornos laborales certificados como libres de COVID-19

1. $\frac{\text{Total de entornos laborales que solicitan certificación}}{\text{Total de entornos laborales certificados}} \times 100$

Indicador de Eficiencia
Definición: Promedio de minutos que transcurren entre el momento de llegar al entorno laboral y la implementación de la cedula de evaluación.

2. $\frac{\text{Suma de los tiempos (en minutos) que transcurren desde que se llega al entorno laboral y se termina de aplicar la cédula de evaluación}}{\text{Total de entornos observados en ese mismo periodo}} \times 100$

Indicador de Continuidad
Definición: Porcentaje de continuidad en las asesorías efectuadas por promoción de la salud en el periodo.

3. $\frac{\text{Total de asesorías iniciadas y terminadas por promoción de la salud y que fueron ejecutadas de manera completa de acuerdo al manual de certificación de entornos libres de COVID-19}}{\text{Total de asesorías iniciadas en el periodo}} \times 100$

Programación de actividades

ACTIVIDAD	MAYO	JUNIO-SEP	OCT-DIC
Dar a conocer la cedula para Autoevaluación de los entornos laborales que lo soliciten	XXX		
Implementación de la cedula de evaluación a los entornos que así lo soliciten		XXX	
Actos protocolarios de entrega de certificaciones		XXX	
Evaluación de estrategia			XXX

RECURSOS NECESARIOS PARA LA SUPERVISION

***Los Recursos necesarios que a continuación se describen son los que el Instituto de Servicios de salud Pública del estado de B.C. necesita para la implementación de este manual, y nada tiene que ver con personal de la empresa a ser certificada*.** La certificación de entornos laborales libres de COVID-19 (Iniciación de procesos administrativos básicos y planeación), involucra la participación de los siguientes recursos:

Recursos Humanos en la secretaria de salud:

Dos plazas de paga de empleados del ISESALUD (ya contratados actualmente), los cuales serían asignados a los siguientes puestos:

Coordinador Administrativo (Coordinador de promoción de la salud jurisdiccional).

Coordinador de Planeación y Gestión Estratégica (Responsable del programa entornos y comunidades saludables).

Recursos Materiales:
Vehículo de traslado.
Papelería de oficina.
Material de Promoción de la Salud impreso.

Transparencia y Participación Ciudadana (Apéndice 3)

Con el objetivo de promover la participación ciudadana e institucional, así como la rendición de cuentas y transparencia, se integrará el siguiente comité:

a) **Comité Interinstitucional de Coordinación.** El cual estará integrado por todas las instituciones, dependencias, colegios médicos y asociaciones y grupos ciudadanos que brinden directamente empleos y servicios en el Estado de Baja California. El objetivo principal de este comité es coordinar la respuesta operativa en las emergencias en salud que pudieran afectar a la población laboral o usuarios de servicios, (mensualmente en circunstancias ordinarias y como se requiera en caso de emergencia mayor o desastre), para analizar los casos e indicadores de gestión que permitan definir las estrategias operativas de mejora continua del sistema.

ENTORNOS ABIERTOS

Hacer actividad física es una de las mejores maneras de mantener el cuerpo y la mente sanos. En muchas áreas, las personas pueden concurrir a parques, senderos y espacios abiertos como opción para liberar el estrés, respirar aire fresco y producir vitamina D, mantenerse activos e interactuar con los demás en forma segura.
Si bien estos establecimientos y áreas pueden ofrecer beneficios de salud, es importante que tome las siguientes medidas para protegerse y proteger a los demás del COVID-19.

SÍ

- ✓ Visitar parques cercanos a su casa y que no sean muy concurridos.
- ✓ Prepararse antes de salir
- ✓ Mantenerse al menos 1.8 a 2 metros de distancia de los demás ("distanciamiento social") y tomar otras medidas para prevenir el COVID-19
- ✓ Ser prudente en las piscinas y alrededores mantener distancia entre usted y las demás personas.

NO

- ☒ Visitar parques si está enfermo o estuvo expuesto al COVID-19 recientemente
- ☒ Visitar parques muy concurridos
- ☒ Usar las áreas de juegos
- ☒ Participar en deportes o actividades organizadas

Las autoridades locales y estatales decidirán si abrirán los parques u otros centros recreativos. Consulte antes de ir a un parque para saber con certeza qué áreas o servicios están abiertos, como baños o instalaciones sanitarias y puestos de venta, y lleve algunas cosas necesarias.

Parques

El Servicio de Parques en acuerdo con Salud, decidirá de acuerdo a cada caso en particular si un parque abrirá sus puertas. Consulte a cada parque de sitio externo para conocer los detalles específicos ya que, en muchos casos, los centros de visita, los puestos de venta y los baños podrían estar cerrados.

Playas y otros balnearios

Las autoridades locales y estatales en acuerdo con salud, decidirán si se abrirán playas, extensiones de aguas naturales o balnearios. Consulte los detalles específicos de cada playa o balneario en particular.

Mantenerse al menos de 1.8 a 2 metros de distancia de los demás ("distanciamiento social") y tomar otras medidas para prevenir el COVID-19
Si un parque, una playa o un centro recreativo están abiertos al público, está permitido concurrir siempre y cuando se mantenga el distanciamiento social y se tomen medidas cotidianas como lavarse las manos con frecuencia y cubrirse la boca al toser y estornudar. Cumpla con estas medidas cuando concurra a un parque, una playa o un centro recreativo:

- ✓ Mantenga en todo momento una distancia de al menos seis pies de las demás personas.
- ✓ Los espacios abiertos, senderos y circuitos podrían ser las mejores opciones, No vaya a un área concurrida.
- ✓ Evite encuentros con otras personas fuera de los miembros del hogar.
- ✓ Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- ✓ Lleve un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol para utilizar en caso de que no haya agua y jabón disponibles.

- ☒ No Usar las áreas de juegos
- ☒ No utilice las áreas de juegos, incluidos los juegos acuáticos, que se encuentran dentro de los parques locales, estatales o nacionales.

El uso de las áreas de juegos pueden propiciar la propagación del COVID-19 debido a que:

- Suelen estar muy concurridas y posiblemente impidan el cumplimiento de la guía recomendada para las congregaciones.

- Podría resultar difícil mantener las superficies limpias y desinfectadas.
- El virus puede propagarse cuando niños pequeños tocan equipos contaminados y luego se llevan la mano a los ojos, la nariz o la boca.

No

- ☒ Participar en deportes o actividades organizadas
- ☒ En general, no se recomienda realizar la mayoría de los deportes y actividades organizadas, como básquetbol, béisbol y fútbol, que se practican en campos de juego, espacios abiertos y canchas.
- ☒ Estas actividades y deportes por lo general requieren de la presencia de entrenadores y deportistas que no pertenecen al mismo grupo familiar ni viven en la misma casa como para mantener contacto cercano, lo que aumenta la posibilidad de exposición al COVID-19.

Sí

- ✓ Ser prudente en las piscinas y alrededores. Mantener distancia entre usted y las demás personas.
- ✓ No hay evidencias que demuestren que el COVID-19 pueda propagarse entre los seres humanos a través del agua.
- ✓ Un mantenimiento y una desinfección (con cloro y bromo) adecuados de las piscinas deberían resultar eficaz para combatir el COVID-19.

La natación y otras actividades acuáticas son excelentes opciones para realizar la actividad física necesaria para llevar una vida saludable. Si no está enfermo ni presenta los síntomas del COVID-19, puede usar las piscinas siempre y cuando tome las medidas necesarias para reducir la propagación del COVID-19:

- ✓ Ponga en práctica el distanciamiento social manteniendo una distancia de al menos 1.8 a 2 metros de las demás personas.
- ✓ Evite encuentros masivos de más de 10 personas.
- ✓ Lávese las manos con agua y jabón para mantenerlas limpias, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- ✓ Use un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos un 60 % de alcohol, en caso de que no haya agua y jabón disponibles.

HOTELES

Al igual que la gran cantidad de opciones que ofrece la secretaria de turismo, reabrir los hoteles no será una talla única para todos. Dicho esto, la industria puede jugar un papel integral en la reapertura de la economía, en cualquier forma eso requiere practicar la limpieza y la seguridad.

PLAN DE REAPERTURA

- Asegúrese de que se cumplan las expectativas de sus empleados de un ambiente de trabajo limpio y seguro, si no se supera. Tendrá que prepararse para diferentes escenarios para un regreso al trabajo que incluye a aquellos que se preocupan para otros, niños en casa, y tal vez incluso una aprensión para regresar al lugar de trabajo.
- Para los invitados, este será un mundo nuevo y valiente. Espere que el negocio comience lentamente y para los invitados no saber exactamente qué significa para ellos estar limpios y seguros.

COMUNICACIÓN EFECTIVA

- Hable con sus empleados. Resuma los pasos que está tomando para protegerlos. Si su propiedad se ha cerrado y necesitará que sus empleados vuelvan a la rutina o si se ha quedado abierto con un equipo limitado, se necesitará más comunicación.
- Las personas no viajarán a menos que se sientan seguras. Entonces, la industria hotelera y de alojamiento va a Necesitamos hacer que nuestros huéspedes y visitantes se sientan seguros. Este es el paso # 1 en lo que respecta a nuestros huéspedes.

ADAPTABILIDAD

- El cambio es difícil. Cambiar el comportamiento es aún más difícil. Si hay algo que es seguro en estos tiempos únicos, es incertidumbre. Prepárate para cambiar y adaptarte. Lo que funciona el primer día de un volver a abrir puede estar bien, o puede no funcionar en absoluto. Los estándares que se establecen pueden ser demasiado demasiado, muy poco o simplemente correcto ... y eso también puede cambiar con el tiempo.

RECEPCION DE HUESPEDES

- ✓ Tener señalización prominente de sana distancia para los huespedes.
- ✓ Dependiendo de los niveles de servicio, considere la estrategia de saludó de nulo contacto fisico antes de la entrada.
- ✓ Solicite a los huéspedes y visitantes que usen desinfectante para manos, reforzado con señalización.
- ✓ Coloque dispensadores, sin contacto siempre que sea posible, en entradas clave de huespedes y áreas de contacto como entradas, recepción, vestíbulos de hoteles, entradas de restaurantes, espacios para reuniones y convenciones, ascensor, piscinas, salones y áreas de ejercicio.
- ✓ Si es posible, haga que los invitados ingresen a través de puertas que están abiertas, son automatizadas u operadas manualmente por un empleado.
- ✓ Los empleados no deben abrir las puertas de vehículos en valet parking de situación especial.
- ✓ Los huéspedes que soliciten el servicio de botones son asistidos por un empleado con guantes y otro EPP apropiado y el carro de la campana se desinfecta después de cada huesped asistido.
- ✓ No hay servicios de valet, a menos que sean solicitados o especiales circunstancias.
- ✓ Si se requieren cubrebocas, asegúrese de que el hotel pueda proporcionarlas.
- ✓ Exhiba la señalización adecuada de manera prominente, describiendo el uso adecuado del cubrebocas y las prácticas actuales de distanciamiento físico en uso en toda la instalación.

ELEVADORES DE HUESPEDES

- ✓ Desinfecte los paneles de botones a intervalos regulares, al menos una vez por hora y / o tener desinfectante para manos disponible en o en los ascensores.
- ✓ Limite el número de invitados permitidos por ascensor, garantizando la sana distancia
- ✓ Publicar señalización para seguir la sana distancia y garantizar el uso de gel alcoholado al 70% puede considerar las marcas de piso en el área del elevador para designar un distanciamiento social adecuado.

SERVICIOS DE SANEAMIENTO DE HUESPEDES

- ✓ Considere una bolsa de accesorios durante el check-in que contenga información de medidas preventivas en COVID-19, gel alcoholado, y tal vez cubrebocas / guantes.

- ✓ Proporcione una botella rociadora de desinfectante o toallitas en cada habitación para uso de los huéspedes (si está disponible y almacenado fuera del alcance de los niños pequeños).

HABITACIONES PARA HUESPEDES

Considerar los puntos de contacto importantes en las habitaciones:
• Control (es) remoto (s): ¿pueden los huéspedes usar su teléfono celular/dispositivo móvil en su lugar?
• Limite las comodidades que no son de un solo uso.
• Servicio de café / té
• Material de lectura
• Información de la propiedad / servicio de habitaciones Menús (digital / envuelto)
• Considere eliminar artículos innecesarios como almohadas decorativas / mantas, Mini-bares/refrigeradores.
• Promover el servicio al cuarto evitando el contacto físico del empleado con el huésped.
• Protocolos de entrega / recogida
• Desinfección de los cubiertos.
• Condimentos de un solo uso

DISTANCIA SANA

- ✓ Utilice marcas en el piso y señalización para pararse al menos a 1.8 mts de distancia de las personas que no viajan con ellos mientras están en línea, usando ascensores o moverse por la propiedad.
- ✓ Donde no sea posible distanciarse físicamente, considere colocar barreras para estornudo o uso de caretas para el personal que atenderá la recepción y otras áreas.
- ✓ Dar cumplimiento a los requisitos locales o estatales con respecto a los límites de ocupación obligatorios.
- ✓ Organice los asientos y los diseños físicos para garantizar un distanciamiento apropiado como:
  - Asientos en el lobby
  - Áreas al aire libre
  - Tiendas de restaurantes
  - Salas de reuniones / conferencias
  - Cerrar las áreas de juegos infantiles

SITIOS WEB / RESERVACIONES

Las reservaciones en sitios web nos dan la oportunidad de comunicar las características de limpieza y seguridad, informe a su futuro huésped en:

• Nivel de calidad del hotel (estrellas asignadas)
• Tipo de habitaciones
• Limpieza del empleado + seguridad
• Establecer expectativas de llegada
• Posibilidades de registro sin tocar
• Clave / información preparada por adelantado
• Considere la entrega de llave, control, etc en paquete sellado
 Aumente las opciones de pago electrónico

CONSIDERACIONES EN RESTAURANTE DEL HOTEL

Ver servicio de restaurantes de este manual y seguir las mismas recomendaciones.
Cumplir la NOM 251-SSA-2009

• Implemente el servicio Recoge y lleva o el servicio a cuarto.

Seguir las recomendaciones de Capacitaciones que establece este manual, así como los lineamientos de filtros sanitarios.

RESTAURANTES

Los lineamientos establecidos en el apartado Implementación del plan y Filtros sanitarios de este manual deberán ser considerados.
Con respecto a los requisitos mínimos de buenas prácticas de higiene que deben observarse en la elaboración de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios y sus materias primas, con el fin de evitar su contaminación a lo largo de su proceso deberán apegarse a la **Norma Oficial Mexicana** (**NOM**)-**251**-**SSA1**-**2009**

Recordamos algunas consideraciones que no deberán omitirse:

- ✓ Filtro sanitario a la entrada de los comensales (de ser necesario tener puertas abiertas)
- ✓ Sana distancia entre mesas y ocupación de mesas de no más de 10 personas considerando que sean familiares.
- ✓ Nulo contacto físico con los empleados (considerar menus digitales y pagos digitales)
- ✓ Condimentos individuales (evitar saleros, botellas de salsas, pimenteros etc en las mesas)

- ✓ Considerar los lineamientos de sana distancia en áreas comunes como sanitarios, tocador, salas de espera etc.
- ✓ Señalizar las áreas de sana distancia
- ✓ Promover las medidas de Prevención ante Covid-19
- ✓ Cumplir con las capacitaciones establecidas en este manual para los trabajadores.
- ✓ Cerrar áreas de juegos infantiles

PROVEDORES

- Se deberá contar con lineamientos que consideren la seguridad e higiene con contratistas y proveedores ajenos al restaurante.
- Cerciorarse que tanto proveedores como empresas prestadoras de servicios ajenas al restaurante, cuenten con protocolos de higiene y seguridad específicos para covid-19
- Establecer zonas y horarios específicos para recepción de productos y evitar la contaminación dentro de las instalaciones, respetando la sana distancia y el uso de cubrebocas obligatorio.
- Se deberán eliminar todos los envases de cartón y plástico, antes de que el producto entre al almacén, cámaras o zonas de elaboración.
- No se permitirá la entrada a las áreas de manipulación de alimentos a ninguna persona externa a la operación.

BIBLIOGRAFIA

- **El derecho a la protección de la salud. MAYER-SERRA, Carlos Elizondo. Salud Pública Méx [online]. 2007, vol.49, n.2, pp.144-155. ISSN 0036-3634.**

- **Guía para la Certicación de Entornos Favorables a la Salud. Dirección General de Promoción de la Salud Secretaria de Salud CDMX.**

- **Lineamiento General para la Mitigación y Prevención de COVID-19 en espacios públicos cerrados Secretaria de Salud de México.**

- **Coronavirus y Síndromes Respiratorios Agudos (COVID-19, MERS y SARS)** ***Por Brenda L. Tesini, MD, University of Rochester School of Medicine and Dentistry Last full review/revision April 2020 by Brenda L. Tesini, MD***

- ***Investigaciones Epidemiológicas y Clínicas precoces sobre el COVID-19 para una respuesta de salud pública.*** ***https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/early-investigations***

- ***Proceso de Prevención de Infecciones para las personas con COVID-19 (enfermedad por SARSCoV-2), contactos y personal de la salud. Comisión Coordinadora de Institutos Nacionales de Salud y Hospitales de Alta Especialidad, Gobierno de México Secretaria de Salud.***

- ***COVID-19, CLEAN + SAFE GUIDANCE For the Hotel Industry PUBLISHED April 30, 2020 California Hotel and Lodging Association***

- ***Protocolo de Prevención Covid-19 "Mesa Segura" CANIRAC***

- ***"El turismo de sol y playa en el contexto de la covid-19. Escenarios y Recomendaciones" Red Iberoamericana de Gestión y Certificación de Playas, 2020***

- ***Visitas a parques y centros recreativos Protéjase y proteja a los demás del COVID-19, CDC*** ***https://cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/visitors.html***

APÉNDICE 1
CÉDULA DE EVALUACIÓN DE ENTORNOS LABORALES

SALUD SECRETARÍA DE SALUD

SS

Promoción de la Salud

FILTRO SANITARIO COVID-19

Nombre de la empresa:		fecha:	
Responsable:		Puesto:	
Domicilio:		Telefono:	

	Se debe contar con:	SI	NO
1	Existen buenas condiciones generales de limpieza, higiene y mantenimiento en el area de filtro?		
2	Están disponibles dispensador de Gel alcoholado 70% en recimpiente obscuro?		
3	Se toma la temperatura con termometro infrarojo corporal?		
4	Se toma oximetria a cada trabajador ?		
5	El personal de filtro cuenta con adiestramiento para llevar a cabo su trabajo sin error?		
6	Tiene folletos, posters, medios digitales que promueven las medidas preventivas ante Covid-19		
7	El trabajador tiene capacitacion en medidas preventivas covis19, EPP y Alimentacion correcta?		
8	Se entrega cubrebocas para utiizar en la jornada laboral?		
9	Conocen el procedimiento a seguir en caso de tener un trabajador con sintomas respiratorios?		
10	Realizan la tecnica de los 3 baldes en la limpieza de la empresa?		
11	Los baños de la empresa cuentan con agua y jabon y la tecnica de lavado de manos?		
12	El trabajador sintomatico respiratorio conoce la ruta a seguir en la empresa?		
13	Lleva a cabo desinfeccion de transporte de empleados dos veces durante la jornada?		
14	El personal de Grupo vulnerable se encuentra trabajando desde casa?		
15	Los trabajadores tienen oportunidad de respetar la sana distancia en el areas de uso comun?		

nombre del evaluador:

APÉNDICE 2

Comité Ciudadano de Monitoreo y Evaluación de la Gestión de Entornos Laborales libres de COVID-19

Misión: Somos una iniciativa ciudadana independiente y plural que impulsa el derecho de laborar en un entorno saludable a través de la promoción de la investigación, la planeación estratégica, la gestión integral y la divulgación pública de los indicadores de gestión y su potencial impacto en la calidad de vida y la salud.

Visión: Ser promotores de la transformación en los entornos laborales en el Estado de Baja California a través de la activación de la sociedad civil y grupos organizados, mediante el análisis y difusión de los indicadores de gestión que permitan: establecer diagnósticos, emitir recomendaciones, proponer estrategias de participación y establecer mecanismos de exigencia ciudadana que aseguren qué, en el año 2021, los entornos laborales sean de calidad y un derecho garantizado en el Estado.

Valores

- ✓ **Acción**
- ✓ **Respeto**
- ✓ **Solidaridad**
- ✓ **Tolerancia**
- ✓ **Perseverancia**
- ✓ **Cooperación**
- ✓ **Diversidad**
- ✓ **Honestidad**
- ✓ **Independencia**

¿Quiénes lo forman?

Profesionales con alto sentido de responsabilidad social y amplia experiencia en diferentes entornos laborales, los cuales analizan, emiten, difunden y dan seguimiento a recomendaciones basadas en evidencias e indicadores objetivos, actuando en un ambiente de mutuo respeto, tolerancia, libre de compromisos y subordinación con las entidades evaluadas o su personal, y con el único de fin de mejorar la eficiencia y calidad de los entornos laborales en el Estado de Baja California.

Perfil de los integrantes

Formación profesional en las áreas de medicina, turismo, sector empresarial.

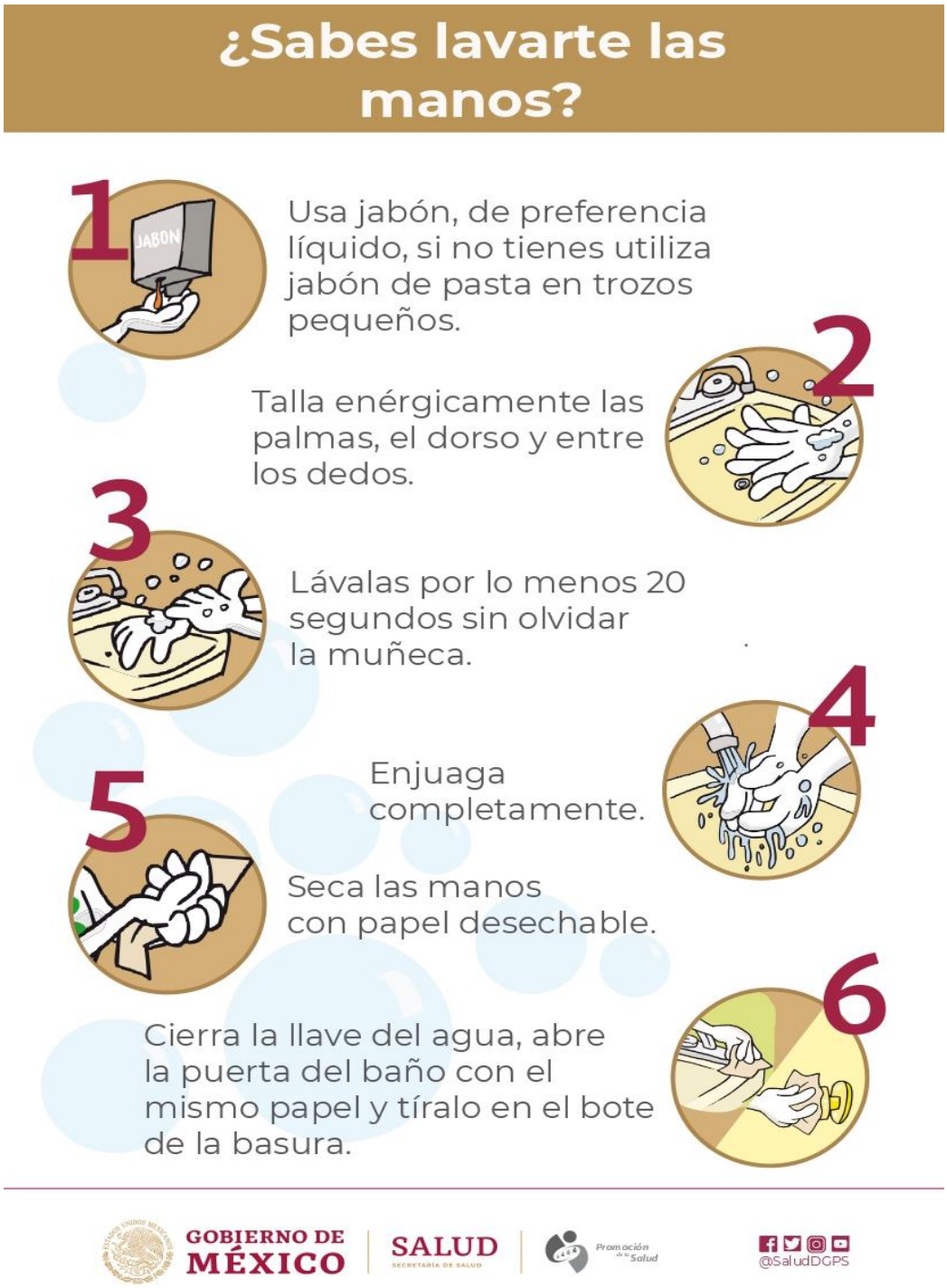
Amplia experiencia documentada.

Sin compromisos, subordinación, ni conflicto de intereses con las instituciones o dependencias evaluadas.

Metas

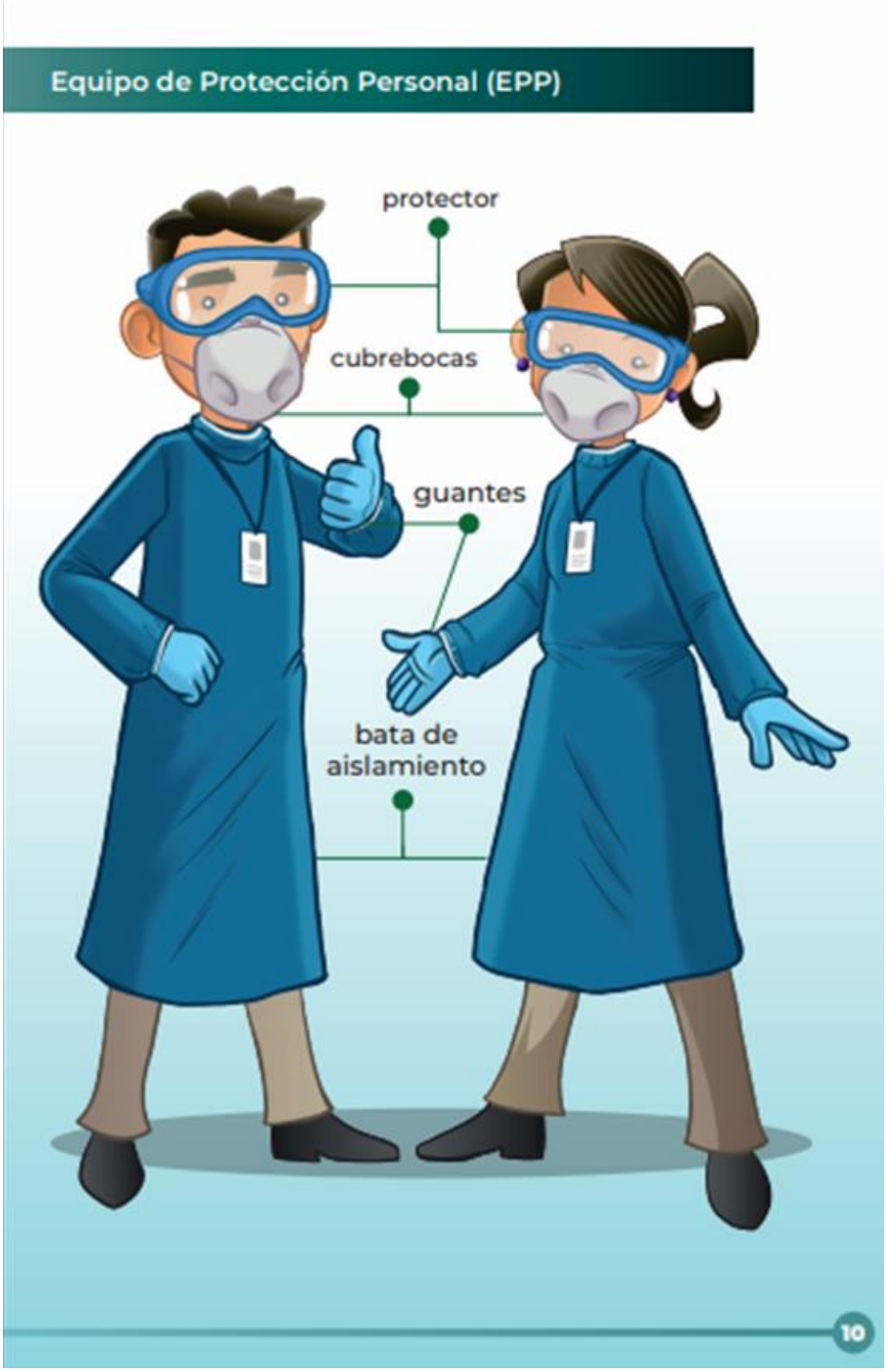
1. **Promover entornos laborables promotores de la salud.**
2. **Promover la capacitación continua en los trabajadores.**
3. **Promover las medidas preventivas para mitigar enfermedades infectocontagiosas.**
4. **Asegurar el equipo necesario para la protección del trabajador.**

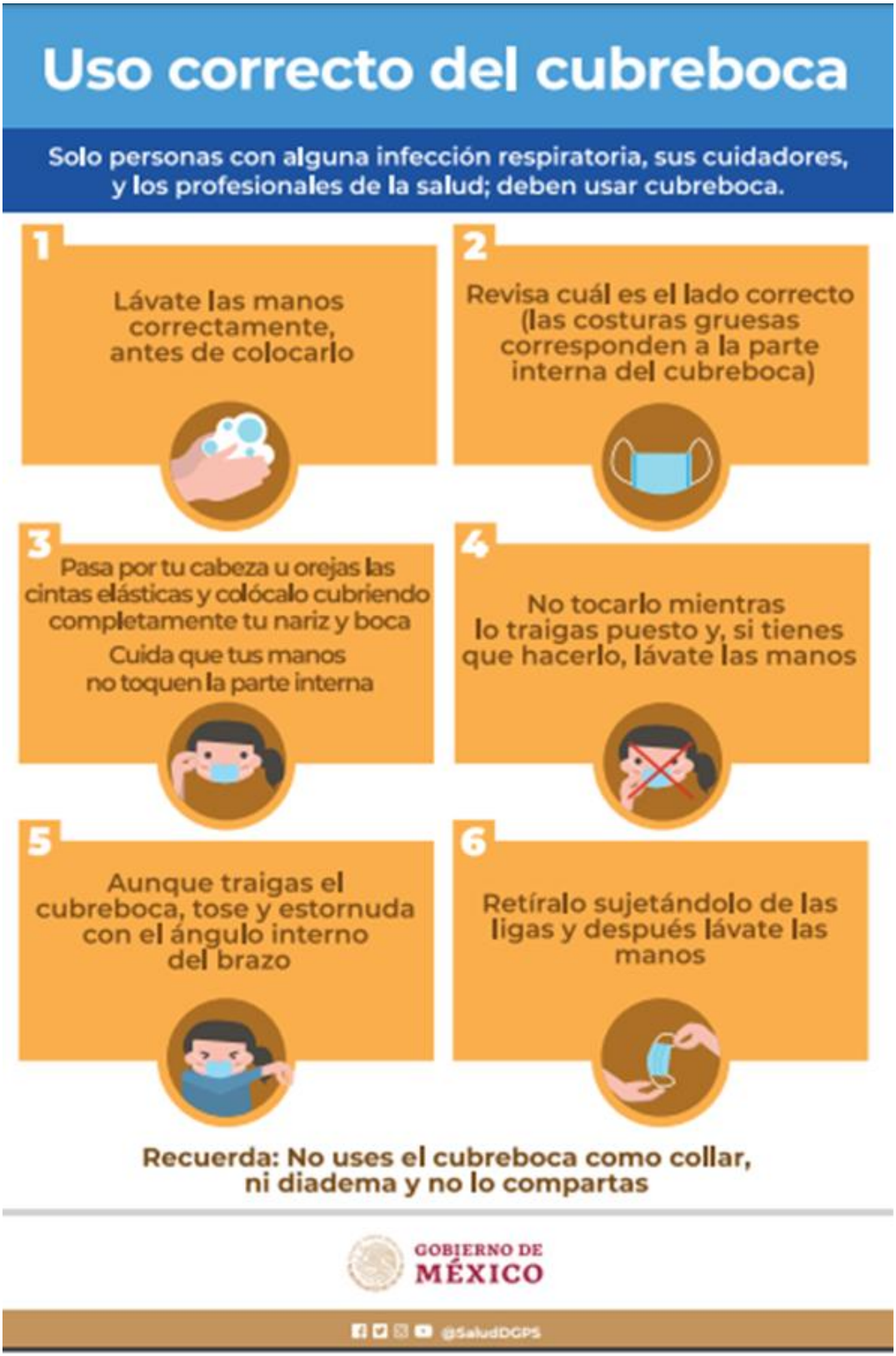
APÉNDICE 3
LAVADO DE MANOS



APÉNDICE 4

EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL




Uso correcto del cubreboca
Solo personas con alguna infección respiratoria, sus cuidadores, y los profesionales de la salud; deben usar cubreboca.
1
Lávate las manos correctamente, antes de colocarlo
2
Revisa cuál es el lado correcto (las costuras gruesas corresponden a la parte interna del cubreboca)
3
Pasa por tu cabeza u orejas las cintas elásticas y colócalo cubriendo completamente tu nariz y boca
Cuida que tus manos no toquen la parte interna
4
No tocarlo mientras lo traigas puesto y, si tienes que hacerlo, lávate las manos
5
Aunque traigas el cubreboca, tose y estornuda con el ángulo interno del brazo
6
Retíralo sujetándolo de las ligas y después lávate las manos
Recuerda: No uses el cubreboca como collar, ni diadema y no lo compartas
GOBIERNO DE MÉXICO
@SaludDGPS

APÉNDICE 5

Técnica de los 3 baldes

- **Técnica de desinfección de los 3 baldes:**

1. **Enjabonar: Se utiliza un paño o jerga y una solución con agua y detergente preparada, previamente en el primer balde, con la finalidad de retirar la suciedad.**
2. **Enjuagar y secar: Con otro paño o jerga y agua limpia en el segundo balde, se remueven los residuos de detergente y se realiza el secado de la superficie.**
3. **Desinfección: Una vez removida la suciedad y los residuos de detergente, con una jerga o paño limpio y solución clorada en el tercer balde, se procede con la desinfección.**

APENDICE 6

RECOMENDACIONES PARA LA NUEVA NORMALIDAD

- **Sana Distancia**
- **Control Ingreso – Egreso**
- **Medidas de prevención de contagio en la empresa**
- **Medidas de Promoción de la Salud**

APÉNDICE 7

CARTAS DESCRIPTIVAS

SECRETARIA DE SALUD EN BAJA CALIFORNIA
DEPARTAMENTO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD
CARTA DESCRIPTIVA
Alimentación y Actividad Física

SEDE:_____PONENTE:_____FECHA:_____

Horas	Objetivos	Materiales de apoyo:	Evidencias de aprendizaje:	Conceptos básicos:	Técnicas didácticas:
2 horas	Identificar el plato del bien comer, así como la alimentación correcta para adquirir estilos de vida saludables, y promover la actividad física	Cañón Computadora	Reconocer los grupos de alimentos y elección de una alimentación correcta como estilo de vida saludable. Mencionar sin error alguno los beneficios para la salud de la realización de actividad física diaria para diferentes grupos de edad.	Que los participantes tengan los conocimientos para prevenir enfermedades relacionadas con sedentarismo y alimentación incorrecta	Sesión Expositiva

DIRIGIDO A:_____

SS
SECRETARÍA DE SALUD
GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA

SECRETARIA DE SALUD EN BAJA CALIFORNIA
DEPARTAMENTO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD
CARTA DESCRIPTIVA
Infecciones Respiratorias /Coronavirus

Promoción de la Salud

SEDE:_____PONENTE:_____FECHA:_____

Horas	Objetivos	Materiales de apoyo:	Evidencias de aprendizaje:	Conceptos básicos:	Técnicas didácticas:
2 horas	Informar a los participantes las medidas preventivas acerca de Coronavirus	Cañón Computadora	Que los participantes identifiquen la definición operacional, signos y síntomas de Coronavirus, técnica de lavado de manos, aislamiento social, resguardo en casa, así como medidas preventivas y acciones de promoción de la salud.	Que los participantes tengan los conocimientos para prevenir las infecciones respiratorias incluido coronavirus.	Sesión Expositiva

DIRIGIDO A:_____

SS
SECRETARÍA DE SALUD
GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA

SECRETARIA DE SALUD EN BAJA CALIFORNIA
DEPARTAMENTO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD
CARTA DESCRIPTIVA
Cuidados al salir a la calle y uso de transporte público

Promoción de la Salud

SEDE:_____PONENTE:_____FECHA:_____

Horas	Objetivos	Materiales de apoyo:	Evidencias de aprendizaje:	Conceptos básicos:	Técnicas didácticas:
2 horas	Informar a los participantes las recomendaciones al salir a la calle	Cañón Computadora	Que los participantes conozcan las medidas de prevención que deben tener al salir a la calle (incluido transporte público), como cuidado de la ropa, zapatos, objetos e implementar lavado de manos.	Que los participantes tengan los conocimientos para prevenir las infecciones respiratorias incluido coronavirus mediante el uso correcto de ropa, calzado y objetos al salir a la calle incluido transporte publico	Sesión Expositiva

DIRIGIDO A:_____

SS
SECRETARÍA DE SALUD
GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA

SECRETARIA DE SALUD EN BAJA CALIFORNIA
DEPARTAMENTO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD
CARTA DESCRIPTIVA
Equipo de Protección Personal

Promoción de la Salud

SEDE:_____PONENTE:_____ FECHA:_____

Horas	Objetivos	Materiales de apoyo:	Evidencias de aprendizaje:	Conceptos básicos:	Técnicas didácticas:
2 horas	Informar a los participantes el uso correcto del equipo de protección personal	Cañón Computadora	Que los participantes identifiquen el equipo de protección personal que deben usar de acuerdo a sus funciones, así como la manera correcta de colocar.	Que los participantes tengan los conocimientos para prevenir las infecciones respiratorias incluido coronavirus mediante el uso correcto del equipo de protección personal.	Sesión Expositiva

DIRIGIDO A:_____