



VAMOS POR  
*más*



Consejo Integrador de la Construcción,  
la Industria y el Desarrollo, INCIDE A.C.

# Gestión Empresarial post-COVID-19 a “La Nueva Normalidad”

# Conceptos Básicos



## Artículo 2 de la Ley 282 de Protección Civil para el Estado de Sonora

**XLIII.- Protección Civil:** Es la acción solidaria y participativa, que en consideración tanto de los riesgos de origen natural o antrópico como de los efectos adversos de los agentes perturbadores, prevé la coordinación y concertación de los sectores público, privado y social, con el fin de crear el conjunto de disposiciones, planes, programas, estrategias, mecanismos y recursos para que de manera corresponsable, y privilegiando la Gestión Integral de Riesgos y la Continuidad de Operaciones, se apliquen las medidas y acciones que sean necesarias para salvaguardar la vida, integridad y salud de la población, así como sus bienes; la infraestructura, la planta productiva y el medio ambiente.

XXXII.- Gestión Integral de Riesgos: El conjunto de acciones encaminadas a la identificación, análisis, evaluación, control y reducción de los riesgos, considerándolos por su origen multifactorial y en un proceso permanente de construcción, que involucra a los tres niveles de gobierno, así como a los sectores de la sociedad, lo que facilita la realización de acciones dirigidas a la creación e implementación de políticas públicas, estrategias y procedimientos integrados al logro de pautas de desarrollo sostenible, que combatan las causas estructurales de los desastres y fortalezcan las capacidades de resiliencia o resistencia de la sociedad. Involucra las etapas de: identificación de los riesgos y/o su proceso de formación, previsión, prevención, mitigación, preparación, auxilio, recuperación y reconstrucción;

**XLI.- Programa Interno:** El Programa Interno de Protección Civil es un instrumento de planeación y operación, circunscrito al ámbito de una dependencia, institución u organismo del sector público, social o privado; que se compone por el plan operativo para la Unidad Interna de Protección Civil, el plan para la continuidad de operaciones y el plan de contingencia, y tiene como propósito mitigar los riesgos previamente identificados y definir acciones preventivas y de respuesta para estar en condiciones de atender la eventualidad de alguna emergencia o desastre;

## XLVI.- Riesgo: Daños o pérdidas probables sobre un agente afectable, resultado de la interacción entre su vulnerabilidad y la presencia de un agente perturbador;

### Fórmula del Riesgo

Probabilidad de ocurrencia de un agente perturbador **potencialmente dañino** de cierta intensidad, durante un cierto periodo y en un sitio determinado

**Susceptibilidad de sufrir un daño**, como resultado de la presencia de un agente destructivo

$$\text{RIESGO} = \frac{\text{PELIGRO} \times \text{VULNERABILIDAD}}{\text{CAPACIDADES}}$$

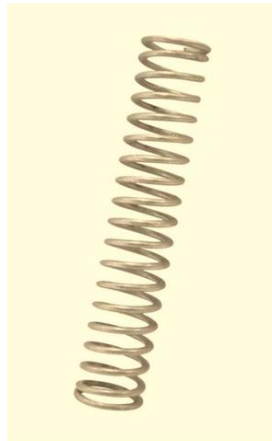
**Probabilidad** de que se produzca un DESASTRE, originado por un agente destructivo

**Capacidad** Recursos disponibles y potenciales que reducen de la materialización de un riesgo (DESASTRE).

Mientras **AUMENTE** la Capacidad el Riesgo tiende a **DISMINUIR**

**XIX.- Continuidad de Operaciones:** Al proceso de planeación, documentación y actuación que garantiza que las actividades sustantivas de las instituciones públicas, privadas y sociales, afectadas por un agente perturbador, puedan recuperarse y regresar a la normalidad en un tiempo mínimo. Esta planeación deberá estar contenida en un documento o serie de documentos cuyo contenido se dirija hacia la prevención, respuesta inmediata, recuperación y restauración, todas ellas avaladas por sesiones de capacitación continua y realización de simulacros;

**XLV.- Resiliencia:** Es la capacidad de un sistema, comunidad o sociedad potencialmente expuesta a un peligro para resistir, asimilar, adaptarse y recuperarse de sus efectos en un corto plazo y de manera eficiente, a través de la preservación y restauración de sus estructuras básicas y funcionales, logrando una mejor protección futura y mejorando las medidas de reducción de riesgos;



Física



Urbana



Emocional



Social



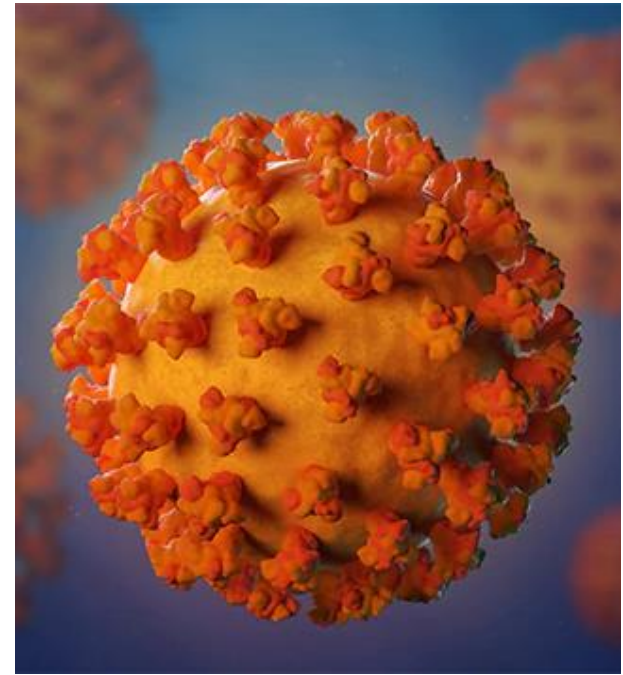
## AGENTE O FENÓMENO PERTURBADOR

II.- **Agentes Perturbador:** Fenómenos de carácter hidrometeorológico, geológico, químico-tecnológico, sanitario-ecológico, socio-organizativo, del espacio exterior y semejantes que puedan generar un daño a la población, bienes y entorno, en grado de emergencia o desastre;





Febrero 2013



Diciembre 2019

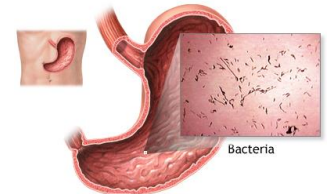
# CONCATENACIÓN



Mosquitos y garrapatas



Riesgos eléctricos



Enfermedades gastrointestinales



# CONCATENACIÓN



Crisis  
Económica



Desempleo



Conflictos  
Sociales



**Salud - Riesgos**

**Ventas - Comerciales**

**Económicos - Financieros**

**Seguridad**



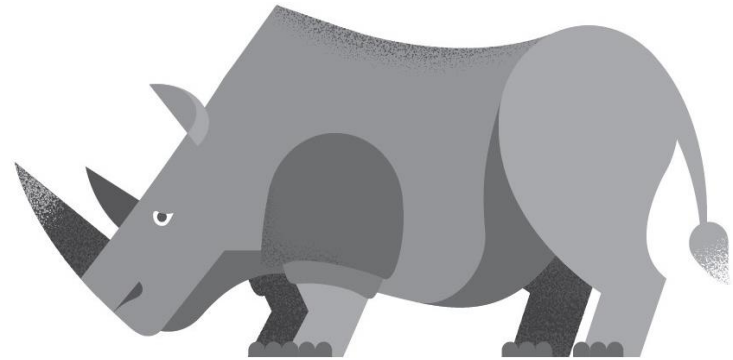
**Legales - Laborales**

**Administrativos**

## Covid-19 ¿CISNE NEGRO O RINOCERONTE GRIS?



**Suceso Improbable con  
consecuencias importantes**  
Nassim Nicholas Taleb  
2007



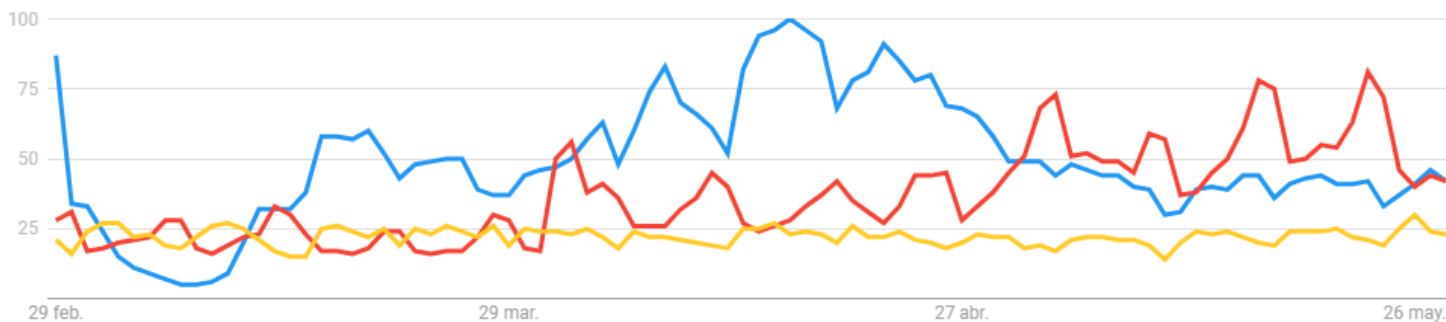
**se puede vigilar y pueden  
prevenirse los impactos**  
Michelle Wucker  
2016

# Percepción Social del Riesgo: México

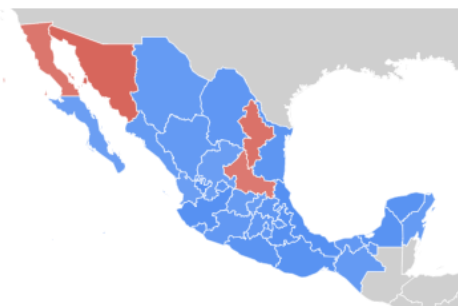
● cubrebocas  
Término de búsqueda

● cerveza  
Término de búsqueda

● curso  
Término de búsqueda



● cubrebocas ● cerveza ● curso



La intensidad del color representa el porcentaje de búsquedas [MÁS INFORMACIÓN](#)

Ordenar: Interés por cerveza ▼

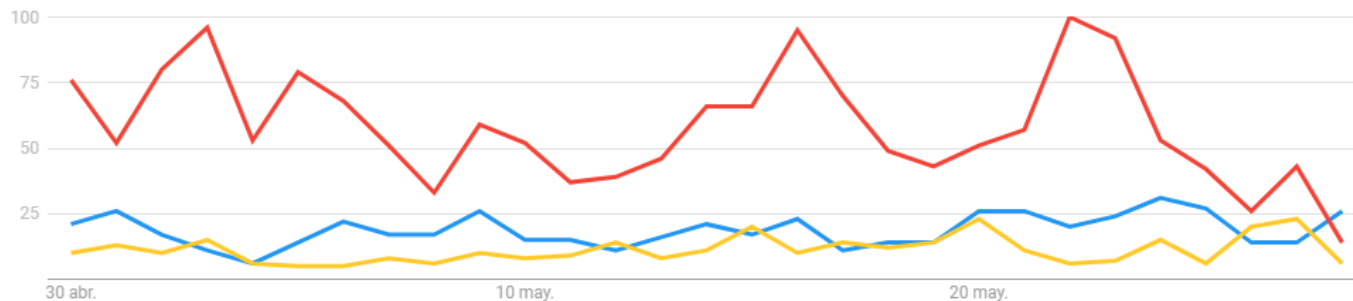
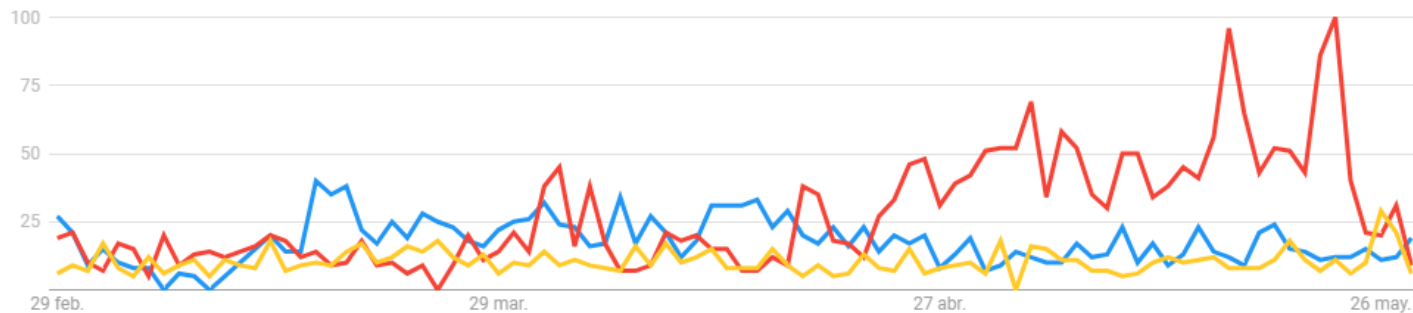
Rank	State	cubrebocas	cerveza	curso
1	Sonora	~15%	~65%	~15%
2	Nuevo León	~25%	~45%	~15%
3	Baja California	~45%	~35%	~15%
4	San Luis Potosí	~45%	~35%	~15%
5	Chihuahua	~45%	~35%	~15%

# Percepción Social del Riesgo: Sonora

● cubrebocas  
Término de búsqueda

● cerveza  
Término de búsqueda

● curso  
Término de búsqueda





SONORA

## Fin de la 'sequía' de cerveza provoca caos entre consumidores mexicanos

Autoridades de Sonora permiten la venta de la bebida después de semanas de ley seca.



- **Seguro de Responsabilidad Civil**
- **Seguro de Daños**
- **Seguro de Pérdidas Consecuenciales**
- **Seguro de Vida**
- **Seguro de Gastos Médicos**



*“Entre los seguros de pérdidas consecuenciales, se encuentran los de ganancias brutas no devengadas y los de reducción de ingresos, según se trate de empresas industriales o comerciales.*

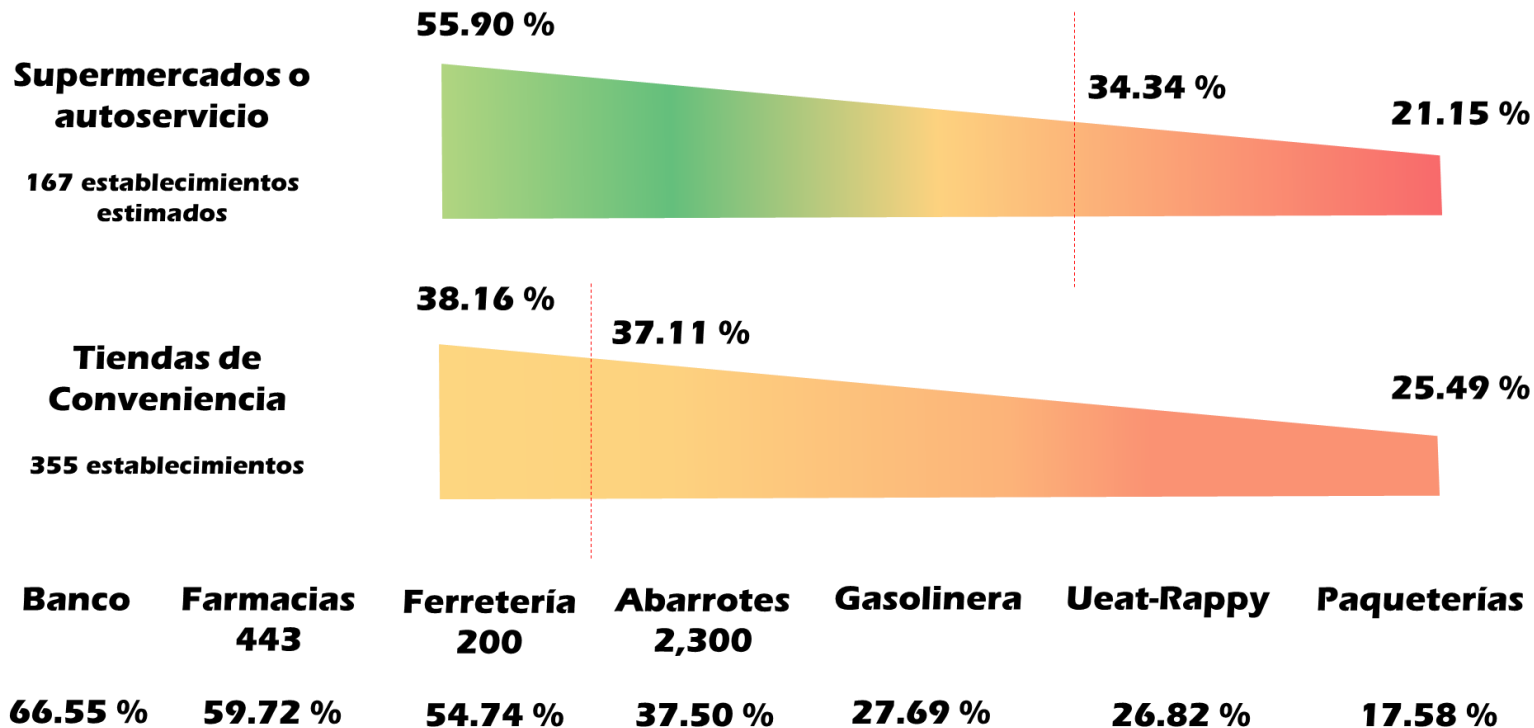
*Aunque no es el momento de detallar estas coberturas, hay que decir que son mucho más amplias y depuradas. De la misma forma, no está de más recordar que los contratos de daños materiales hoy vigentes podrían amparar las consecuencias financieras por el paro de actividades derivado de una orden de autoridad”.*

**Carlos Zamudio**  
Mexico Claims

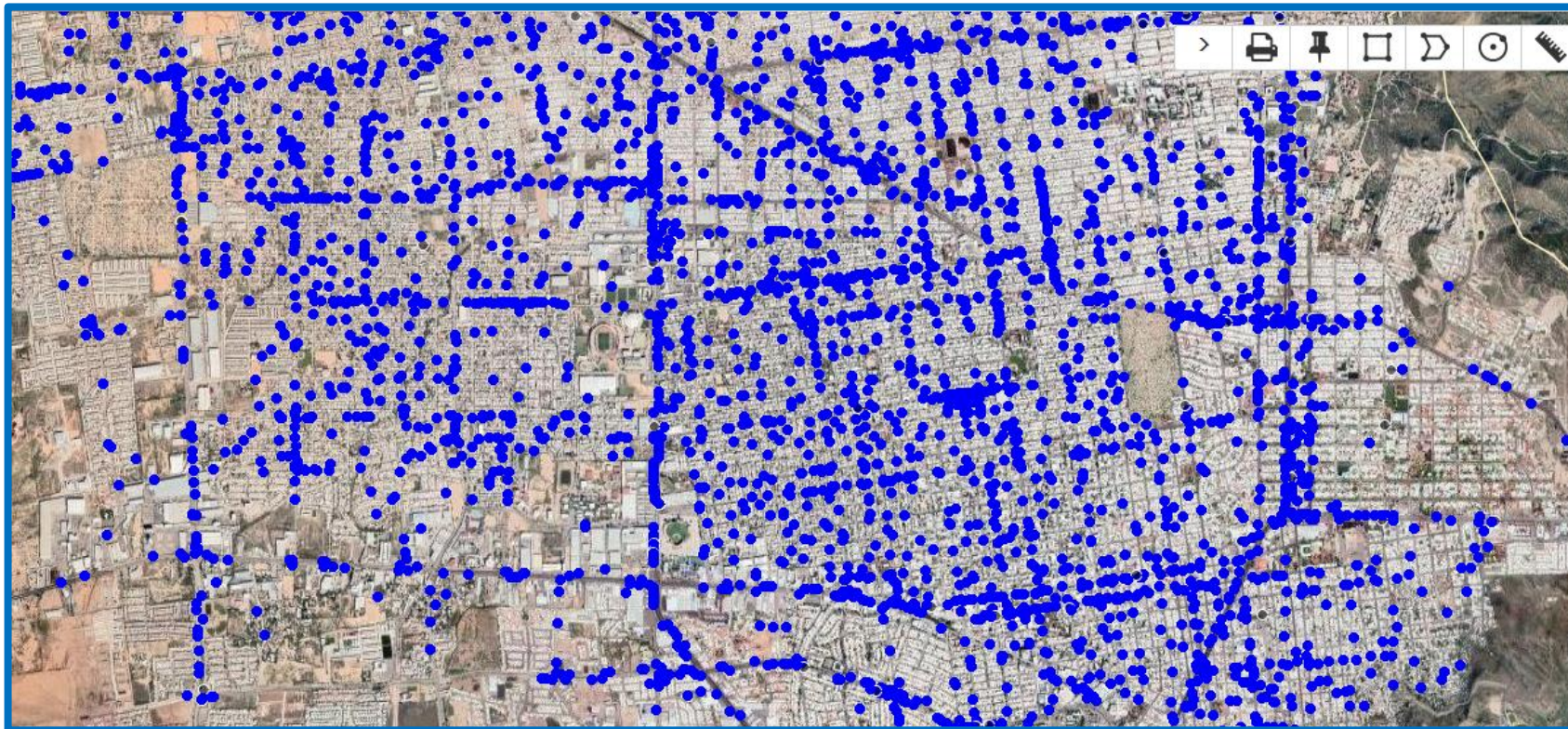
# Índice de Percepción Sanitaria ante COVID-19 (IPS)

- Guardia de entrada usa cubreboca
- Guardia de entrada te ofrece gel antibacterial
- Guardia solo permite acceso a una sola persona
- Guardia exige uso de cubrebocas a clientes
- Personal toma temperatura de las personas antes de ingresar
- Guardia sanitiza carrito antes de entrar
- Controlan y esta visible el número de personas permitido
- Cajero con cubreboca o acrílico
- Sana distancia en cajas marcada en piso
- Los empleados (no cajeros) usan cubrebocas o acrílicos
- Constantemente dan medidas de se seguridad ante COVID por altavoz
- Los productos no empacados (vegetales o panadería) puedes tomarse libremente
- Afuera para la gente que espera, existe sana distancia marcada en piso

## Índice de Percepción Sanitaria en Hermosillo

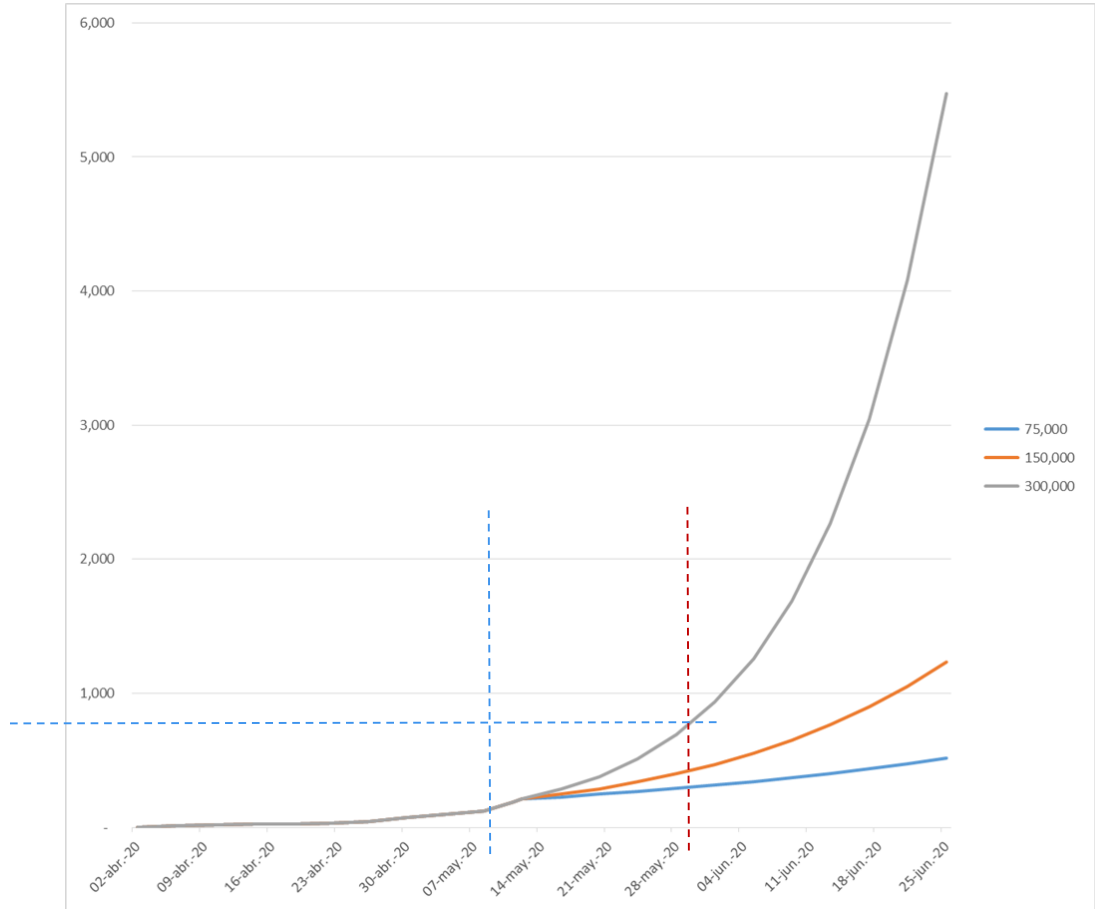
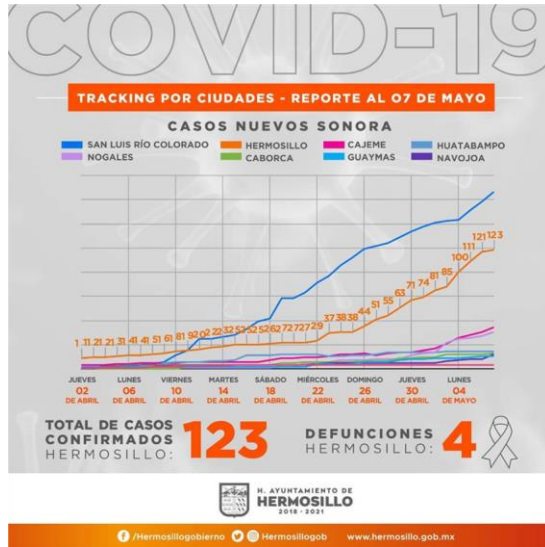


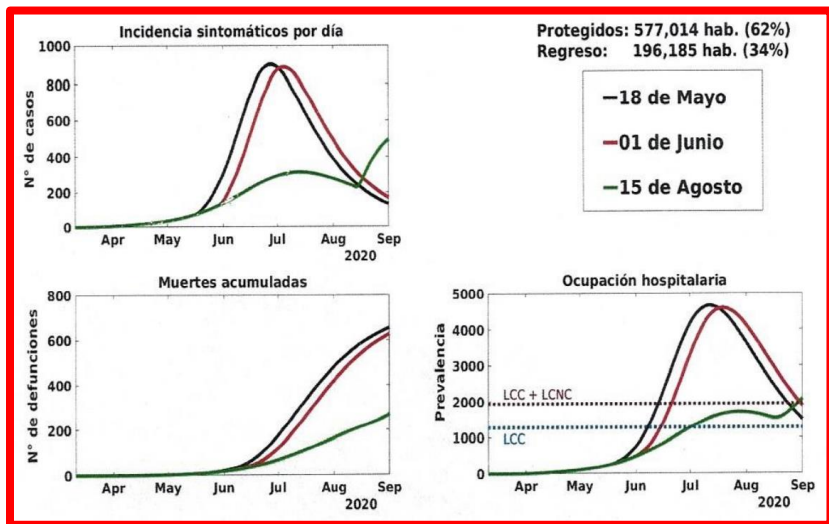




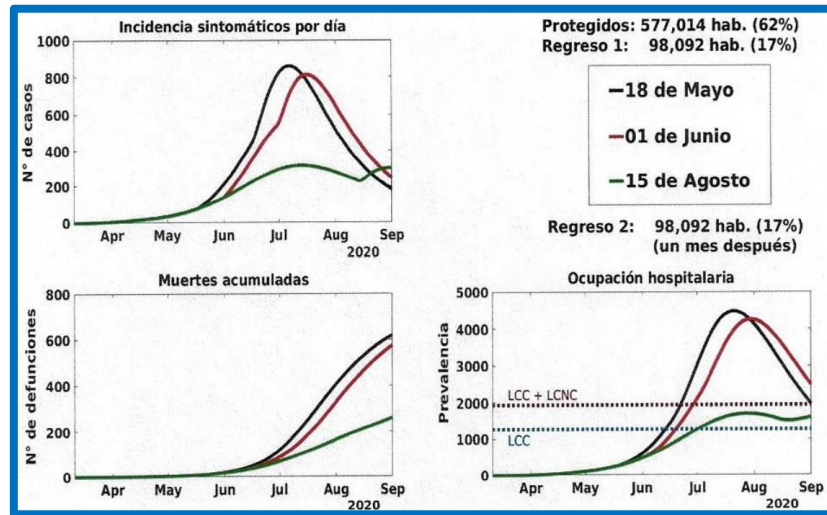
DENUE – INEGI: Unidades Económicas en Hermosillo = **37,329**

$$\text{RIESGO} = \frac{\text{PELIGRO X VULNERABILIDAD}}{\text{CAPACIDADES}}$$



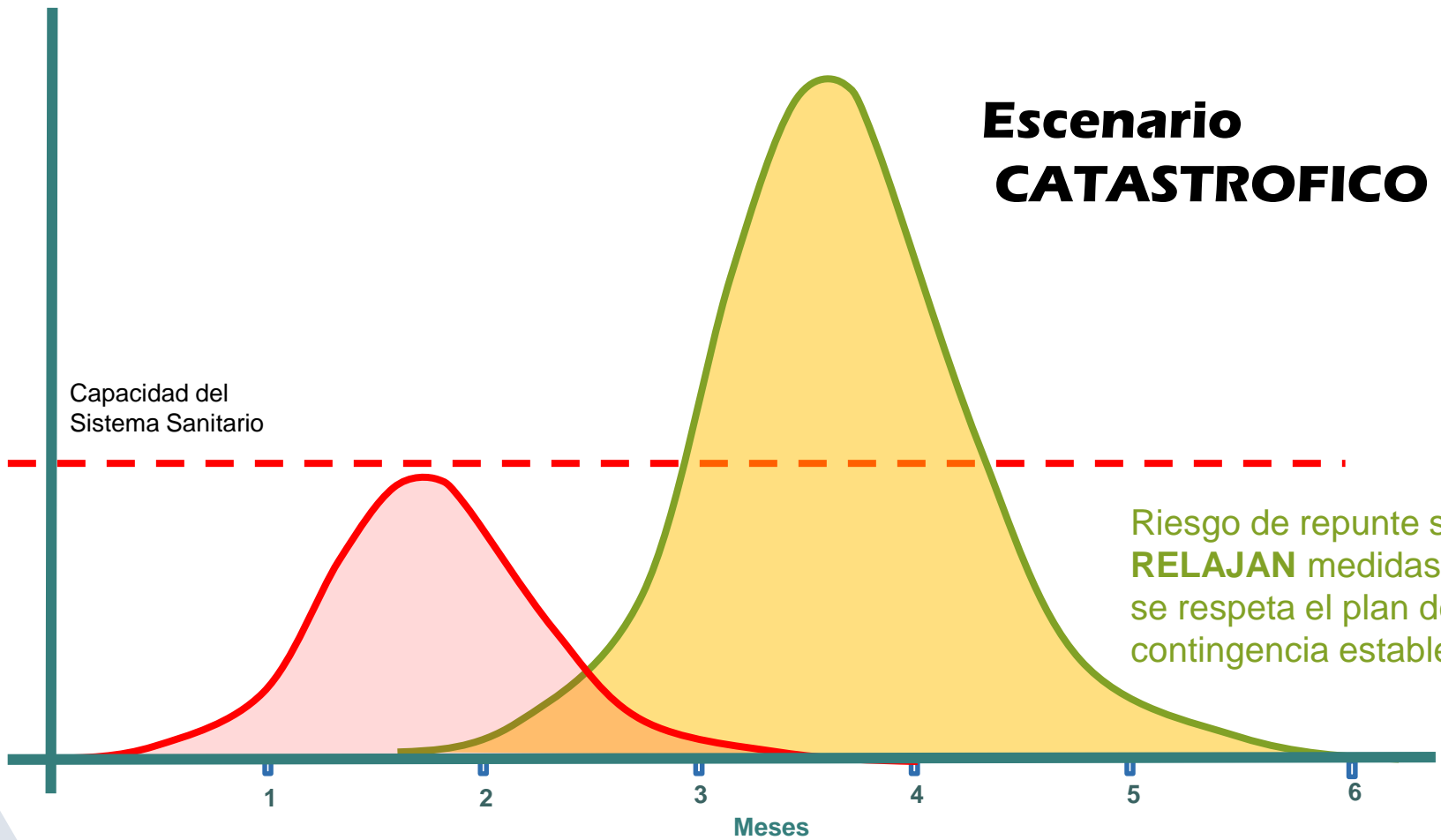


Confinamiento 62%, Regreso 34%



Confinamiento 62%, Regreso 17 - 17 %

# Escenario CATASTROFICO



Capacidad del Sistema Sanitario

Riesgo de repunte si se **RELAJAN** medidas y no se respeta el plan de contingencia establecido

Meses



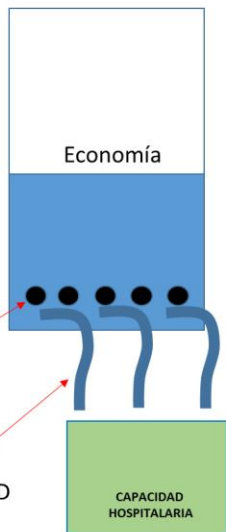
## NORMALIDAD



Establecimientos con poco o nulo control sanitario

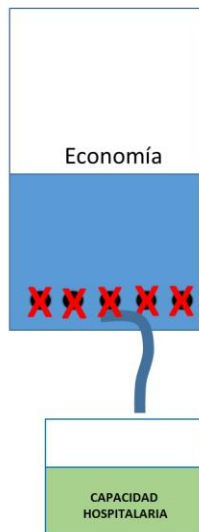
Casos de COVID-D

## ANTE COVID-19



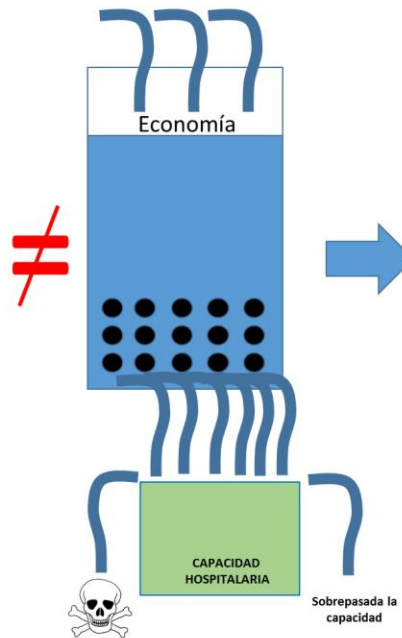
## SOLUCION LÓGICA

Apego absoluto a las medidas de contingencia



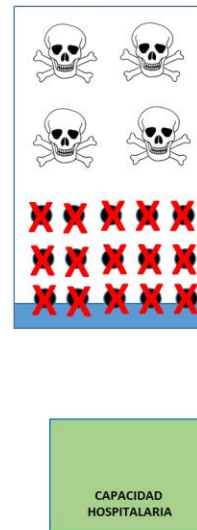
## POSIBILIDAD

Ante la presión empresarial y social se reactivan actividades sin cumplir a cabalidad con el control sanitario de los negocios abiertos el aumento de flujo de la gente en las calles



## CONSECUENCIAS

A corto plazo



# 2,284 PERSONAS CONFIRMADAS COVID-19

16 DE MARZO 2020 AL 30 DE MAYO 2020 - 8:30 P.M.

HERMOSILLO	741	ETCHOJOA	11	VILLA PESQUEIRA	1
SAN LUIS RÍO COLORADO	422	SANTA ANA	10	CUMPAS	1
CAJEME	378	GRAL. PLUTARCO ELÍAS CALLES	10	EMPALME	1
NOGALES	286	ALTAR	9	ROSARIO TESOPACO	1
NAVOJOA	108	BENITO JUÁREZ	7	TUBUTAMA	1
CABORCA	73	PUERTO PEÑASCO	7	ÁLAMOS	1
GUAYMAS	63	SÁRIC	4	ÓNAVAS	1
AGUA PRIETA	39	BÁCUM	4	BAVIÁCORA	1
CANANEA	25	URES	3	CARBO	1
HUATABAMPO	24	OPODEPE	2	BENJAMIN HILL	1
MAGDALENA	24	PITIQUITO	2	BAVISPE	1
NACAZARI DE GARCÍA	20	ÍMURIS	1		

## 130 CASOS CONFIRMADOS COVID-19 EL DÍA DE HOY

30 DE MAYO 2020 - 8:30 P.M.

**67** MUJERES **63** HOMBRES

HERMOSILLO 69 IMSS 34  
 SAN LUIS RÍO COLORADO 16 SEDENA 6 SEMAR 5

CORONAVIRUS #QuédateEnCasa

HERMOSILLO	18
CAJEME	18
CANANEA	4
AGUA PRIETA	3
GUAYMAS	3
MAGDALENA	2
NAVOJOA	2
PUERTO PEÑASCO	1
BAVISPE	1
VILLALBA	1
NOGALES	1

## 4 DEFUNCIONES COVID-19 EL DÍA DE HOY

30 DE MAYO 2020 - 8:30 P.M.

**4** HOMBRES

CAJEME 2  
 HERMOSILLO 1  
 NAVOJOA 1

HERMOSILLO 2 IMSS 1 SEMAR 1

CORONAVIRUS #QuédateEnCasa

#QuédateEnCasa

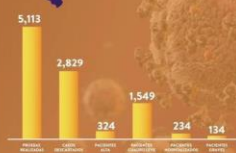


**1,058** MUJERES **1,226** HOMBRES

HERMOSILLO 1,211 IMSS 620 SEMAR 243  
 SEDENA 170

## CORTE COVID-19

30 DE MAYO 2020 - 8:30 P.M.



CORONAVIRUS #QuédateEnCasa

## CORTE COVID-19

30 DE MAYO 2020 - 8:30 P.M.



CORONAVIRUS #QuédateEnCasa

## 177 DEFUNCIONES TOTALES

16 DE MARZO 2020 AL 30 DE MAYO 2020

**76** MUJERES **101** HOMBRES

HERMOSILLO 84 IMSS 71 SEMAR 14  
 SEDENA 5

CORONAVIRUS #QuédateEnCasa

HERMOSILLO	10
CAJEME	10
NOGALES	10
NAVOJOA	8
CABORCA	10
GUAYMAS	8
ETCHOJOA	8
SÁRIC	3
AGUA PRIETA	3
OPODEPE	3
IMURIS	1
BENITO JUÁREZ	1
ALTAR	1
CUMPA	1
ETCHOJOA	1



# CORTE COVID-19

30 DE MAYO 2020 - 8:30 P.M.

**2,284** CONFIRMADOS

16 DE MARZO

30 DE MAYO

**177** DEFUNCIONES



**COVID - 19**

## ¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS?

Los coronavirus son una familia de virus que causan enfermedades (desde el resfriado común hasta enfermedades respiratorias más graves) y circulan entre humanos y animales.

En este caso, se trata del SARS-COV2. (Síndrome respiratorio agudo severo coronavirus)

Apareció en China en diciembre pasado y provoca una enfermedad llamada COVID-19, que se extendió por el mundo y fue declarada pandemia global por la Organización Mundial de la Salud.



### Síntomas comunes



Fiebre



Tos seca



Dolor de cabeza



### Síntomas adicionales



Secreción nasal



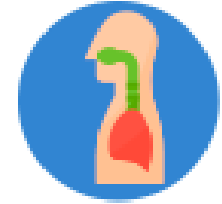
Dolor muscular



Ojos irritados



Dolor de garganta



**Dificultad respiratoria**

¿cómo se contagia?



A través de las gotículas que expulsa un enfermo al toser o estornudar



Al tocar un objeto o superficie contaminada con el virus y luego llevarse las manos sucias a boca, nariz u ojos.

Todos podemos enfermarnos de COVID-19, pero hay una parte de la población que es importante tengan mayores cuidados porque pueden presentar complicaciones, como son:



**Menores de 5 años**



**Mayores de 60 años**



**Mujeres embarazadas**



**Personas con alguna comorbilidad**



- Hipertensión
- Diabetes
- Obesidad
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica
- Enfermedad cardiovascular
- Inmunosupresión



**Calculadora de complicación COVID-19**



**Conoce las recomendaciones que, de acuerdo a tu nivel de riesgo, te invitamos a seguir**



¿Sabes qué nivel de riesgo tienes ante el COVID-19?

Esta Calculadora te permite estimar tu probabilidad de agravamiento de la enfermedad ante un posible contagio de COVID-19 y se basa en los factores de riesgo que pueda presentar en estos momentos, indicándote una probable ponderación.

## ¿cómo nos prevenimos?

Es por este motivo, que durante el regreso al trabajo y en nuestra vida cotidiana, debemos mantener las recomendaciones que el sector salud nos ha indicado hasta ahora:



Lavado de manos



Sana distancia



Estornudo  
de etiqueta



Aliméntate  
sanamente

## Ante la presencia de síntomas respiratorios, se recomienda:

- Informarse en <https://www.gob.mx/coronavirus>
- Solicitar asesoría al número telefónico del estado de la república en la que usted es residente <https://coronavirus.gob.mx/contacto/#directorio>
- No automedicarse, debido a que se ha evidenciado que los antigripales pueden esconder los síntomas.
- En caso de requerirlo, acudir a recibir atención médica
- Seguir las indicaciones del personal de salud
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón
- Al toser y estornudar, cubrir nariz y boca con el ángulo interno del brazo, o con un pañuelo desechable
- Quedarse en casa para una pronta recuperación (en caso de que el personal médico sospeche que usted tiene COVID-19, se recomienda al menos 14 días)
- Si requiere salir de casa por una situación extrema necesaria, use correctamente el cubreboca.
- Incrementar la ingesta de líquidos, sobre todo agua simple.
- No saludar de mano, abrazo o beso.
- Llevar consigo alcohol gel para el aseo frecuente de las manos.



# INFÓRMATE SOBRE EL COVID-19

## ¿QUIÉNES ESTÁN EN RIESGO DE ENFERMAR?

Cualquier persona puede enfermarse. Sin embargo, las personas mayores y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave. Y además:

- Que **14 días antes** del inicio de síntomas hayan estado **en contacto con un caso confirmado o bajo investigación de COVID-19**
- Viajaron o estuvieron en **China, Hong Kong, Corea del Sur, Japón, Italia, Irán, Singapur, Francia, Alemania, España y Estados Unidos de América**, que son países que tienen transmisión local comunitaria de **COVID-19**

Si presentas síntomas graves **acude a tu unidad médica con cubrebocas**, en caso contrario guarda reposo en tu hogar

Es importante señalar que al igual que con otros virus respiratorios, las infecciones por coronavirus regularmente se contagian cuando las personas presentan síntomas de la enfermedad.

### Si presentas:

-  Tos o estornudos
-  Malestar general
-  Dolor de cabeza
-  Dolor de garganta
-  Escorrimiento nasal
-  Dificultad para respirar (casos más graves)
-  Cambios en el estado de conciencia

FAMILIA IMSS | HISTORIAS DE IMSSPIRACIÓN



GOBIERNO DE  
MÉXICO



    [imss.gob.mx](https://www.imss.gob.mx)

## PARA PREVENIR EL COVID-19 LO MÁS SIMPLE ES IMPORTANTE

Si ponemos en práctica  
las reglas básicas de higiene,  
haremos más lentos los contagios  
y cortaremos la cadena de transmisión:



Lávate las manos  
frecuentemente con  
agua y jabón por al  
menos 30 segundos.



También puedes usar  
gel anti bacterial con  
base alcohol al 70%.



Aplica la etiqueta  
respiratoria

Cubre boca y nariz, al toser o estornudar con un  
pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.

Ante cualquier enfermedad respiratoria, no te automediques. En casos leves permanece en casa. Acude a tu UMF si tienes síntomas y signos graves como fiebre, tos, ataque al estado general, dificultad respiratoria, dolor de pecho, etc.

Para mayor información acerca del COVID-19 entra a: <https://www.gob.mx/coronavirus>

FAMILIA IMSS | HISTORIAS DE IMSSPIRACIÓN



GOBIERNO DE  
MÉXICO



    [gob.mx](https://www.gob.mx)

# PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS



Cuida a tus trabajadoras  
y trabajadores.



## Aplaza las reuniones:

- Haz videoconferencias.
- Reprograma viajes de trabajo.

## Favorece la sana distancia:

- Espacio de al menos 1.5 metros entre personas.
- Considera escalonamiento de horarios o trabajo remoto.
- Evitar saludo de mano.



## Promueve hábitos sanos:

- Higiene de manos.
- Tos y estornudo de etiqueta.
- Quedarse en casa si se está enfermo.

## Procura espacios saludables:

- Abrir puertas y ventanas.
- Limpieza de superficies.



**Hoy más que nunca #IMSSolidario.  
Me quedo en casa para apoyar a nuestro personal médico  
en su noble tarea.**

Para mayor información acerca del COVID-19 entra a: [www.gob.mx/coronavirus](http://www.gob.mx/coronavirus)

FAMILIA IMSS | HISTORIAS DE IMSSPIRACIÓN



# PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS



Indicaciones de prevención

**Deja en tu casa aquellas prendas  
y accesorios de uso innecesario,  
porque guardan microorganismos.**



En momentos de **contingencia epidemiológica**  
evita usar objetos como:



Corbatas



Bufandas



Collares



Aretes y Piercings



Anillos



Moños

**Hoy más que nunca #IMSSolidario.  
Me quedo en casa para apoyar a nuestro personal médico  
en su noble tarea.**

Para mayor información acerca del COVID-19 entra a: [www.gob.mx/coronavirus](http://www.gob.mx/coronavirus)

FAMILIA IMSS | HISTORIAS DE IMSSPIRACIÓN





SALUD

# COVID-19MX

Secretaría de Salud MX Health & Fitness

Everyone

Add to Wishlist

★★★★☆ 2,383

Install

## Información

Consejos

Preguntas frecuentes

### ¿Quiénes forman los grupos de riesgo?

- Personas de 60 años o más
- Mujeres embarazadas
- Quienes padecen enfermedades inmunodepresivas, crónicas, cardíacas, pulmonares, renales, hepáticas, sanguíneas o metabólicas
- Quienes padecen obesidad y sobrepeso.

### ¿Se contagia por el sudor?

El coronavirus no se



## Información

Consejos

Preguntas frecuentes

Lava tus manos con agua y con jabón

Acude al médico solo en una urgencia

Tose o estornuda en la parte interna de tu codo

No difundas noticias falsas



## Información

Consejos

Preguntas frecuentes

### ¿Existe alguna vacuna, medicamento o tratamiento para la COVID-19?

Hasta la fecha, no hay ninguna vacuna ni medicamento antiviral específico para prevenir o tratar la COVID-19. Sin embargo, las personas afectadas pueden recibir atención para aliviar los síntomas. Las personas que presentan casos graves de la enfermedad deben ser



## Información

Consejos

Preguntas frecuentes

### ¿Quiénes forman los grupos de riesgo?

- Personas de 60 años o más
- Mujeres embarazadas
- Quienes padecen enfermedades inmunodepresivas, crónicas, cardíacas, pulmonares, renales, hepáticas, sanguíneas o metabólicas
- Quienes padecen obesidad y sobrepeso.

### ¿Se contagia por el sudor?

El coronavirus no se





**Antes y Durante**

Ante la pandemia del Covid-19 varias organizaciones, basados en sus Planes de Continuidad de Operaciones, realizaron una serie de actividades, **antes y durante**, para enfrentar este escenario de crisis, así como el periodo que dure el distanciamiento social y el paro de actividades no esenciales, pero que delinearon sus protocolos y procedimientos **de regreso** de las actividades escalonadas hasta llegar a la normalidad.



01

Medidas iniciales de preparación

02

Actividades de los Comités de Crisis

03

Protección de la salud de empleados y trabajadores

04

Asegurando la continuidad de las operaciones

05

Protección del personal desempeñando tareas críticas

06

Fortalecimiento de la digitalización de sus operaciones

07

Pruebas de detección de personal con Covid-19

08

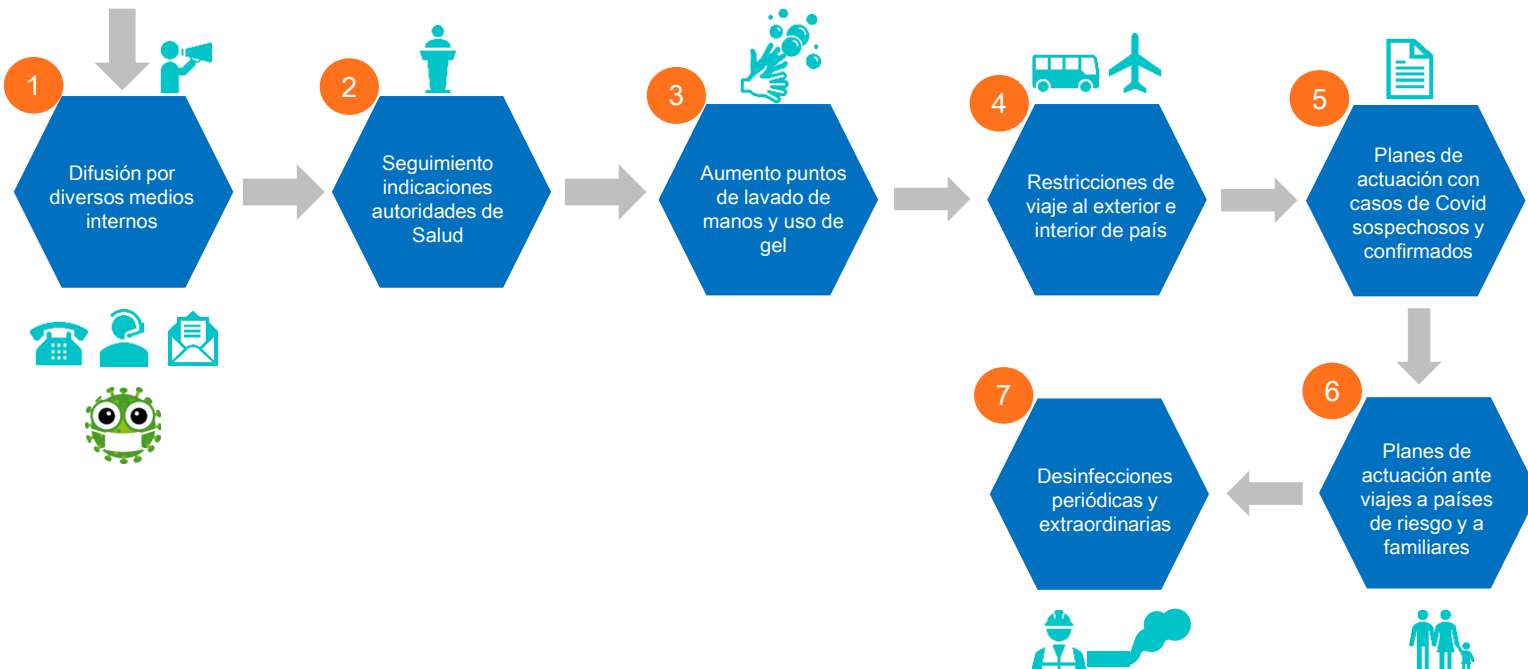
Adquisición, entrenamiento de EPP respiratorio

09

Vuelta a las actividades



# Medidas preventivas





## Medidas de continuidad operativa

Planes de contingencia, en diversos escenarios:

- Actividades, instalaciones y personal crítico
- Personal mínimo
- Suministros básicos
- Clientes y proveedores críticos

Acopio preventivo:

- EPP
- Desinfectantes
- Geles
- Químicos limpieza
- Otros

## Medidas de gobernanza

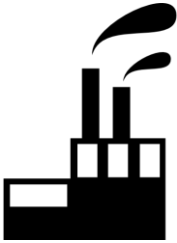
Comité de Crisis establecido

Comunicaciones de la Dirección

Coordinación con la parte social

Depende principalmente o de sus capacidades, de su complejidad ,de su infraestructura operativa





- Operación adaptada
- Protección tareas con riesgo biológico
- Protección básica demás puestos de trabajo



- Adaptación del trabajo en casa
- Efectos por el aislamiento por pandemia
- Violencia doméstica
- Carga de trabajo



Ha mostrado ser la mejor herramienta para la continuidad de operaciones, y es definitivamente la base de la creación de una nueva forma de trabajo,



- Nuevos esquemas de ventas online
- Redes sociales
- Imagen de la empresa
- Capacitación
- Digitalización de pagos
- Ampliación de la capacidad del internet

# Retorno a la Nueva Normalidad









## MARCO NORMATIVO

### NOM-001-STPS-2008

Esta norma se refiere a las condiciones de seguridad de los edificios, locales, instalaciones y áreas en los centros de trabajo para su adecuado funcionamiento.

### NOM-017-STPS-2018

Norma que establece los requisitos mínimos para que el patrón seleccione, adquiera y proporcione a sus trabajadores el equipo de protección personal.

### NOM-030-STPS-2009

Norma que establece las funciones y actividades que deberán realizar los servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo para prevenir accidentes y enfermedades de trabajo.

### NOM-019-STPS-2011

Esta norma establece los requerimientos para la constitución, integración, organización y funcionamiento de las comisiones de seguridad e higiene en los centros de trabajo.



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

Por otra parte, el Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo (RFSST), la NOM-030-STPS-2009 sobre servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo y la NOM-019-STPS-2011 sobre la constitución, organización y funcionamiento de las comisiones de seguridad e higiene en los centros de trabajo, establecen el marco de actuación en cuanto a medidas de prevención y organización a favor de la salud entre empleadores y trabajadores en los centros de trabajo.

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

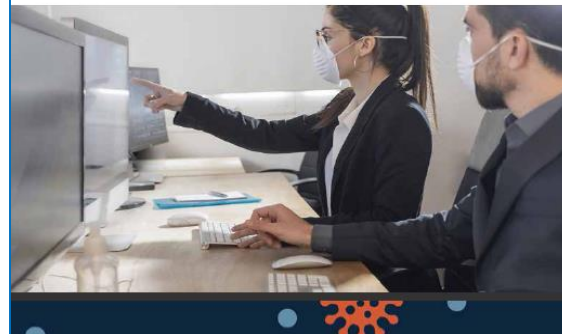
Asimismo, de conformidad con los artículos 147 y 148 de la Ley General de Salud, los particulares están obligados a colaborar con las autoridades sanitarias en la lucha contra enfermedades epidémicas, por lo que la Secretaría de Salud puede auxiliarse de todos los servicios médicos existentes en el país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

Finalmente, es de destacarse que esta Guía incorpora las medidas de la "Jornada Nacional de Sana Distancia" por COVID-19 promovida por la Secretaría de Salud, así como las establecidas en el "Acuerdo por el que se establecen las medidas preventivas que se deberán implementar para la mitigación y control de los riesgos para la salud que implica la enfermedad por el virus SARS-CoV-2 (COVID-19)", del 24 de marzo de 2020; las del "Acuerdo por el que se establecen acciones extraordinarias para atender la emergencia sanitaria generada por el virus SARS-CoV-2" de fecha 31 de marzo de 2020; así como las actualizaciones a éste emanadas del "Acuerdo por el que se modifica el similar por el que se establecen acciones extraordinarias para atender la emergencia sanitaria generada por el virus SARS-CoV2, publicado el 31 de marzo de 2020", de fecha 21 de abril de 2020.



### Artículo 134. Son obligaciones de los trabajadores

- I.- Cumplir las disposiciones de las normas de trabajo que les sean aplicables;
- II.- Observar las disposiciones contenidas en el reglamento y las normas oficiales mexicanas en materia de seguridad, salud y medio ambiente de trabajo, así como las que indiquen los patrones para su seguridad y protección personal;
- III.- Desempeñar el servicio bajo la dirección del patrón o de su representante, a cuya autoridad estarán subordinados en todo lo concerniente al trabajo;
- IV.- Ejecutar el trabajo con la intensidad, cuidado y esmero apropiados y en la forma, tiempo y lugar convenidos;
- V.- Dar aviso inmediato al patrón, salvo caso fortuito o fuerza mayor, de las causas justificadas que le impidan concurrir a su trabajo;
- VI.- Restituir al patrón los materiales no usados y conservar en buen estado los instrumentos y útiles que les haya dado para el trabajo, no siendo responsables por el deterioro que origine el uso de estos objetos, ni del ocasionado por caso fortuito, fuerza mayor, o por mala calidad o defectuosa construcción;
- VII.- Someterse a los reconocimientos médicos previstos en el reglamento interior y demás normas vigentes en la empresa o establecimiento, para comprobar que no padecen alguna incapacidad o enfermedad de trabajo, contagiosa o incurable;
- VIII.- Poner en conocimiento del patrón las enfermedades contagiosas que padezcan, tan pronto como tengan conocimiento de las mismas;





# LINEAMIENTOS TÉCNICOS ESPECÍFICOS PARA LA REAPERTURA DE LAS ACTIVIDADES ECONÓMICAS (DOF 29 de mayo 2020)

- Aplicación general para **todos los centros de trabajo**, y tienen por objetivo establecer las medidas específicas que las actividades económicas deberán implementar en el marco de la estrategia general para la Nueva Normalidad, para lograr un retorno o la continuidad de las actividades laborales seguro, escalonado y responsable.
- Las actividades y las características de los centros de trabajo son diversas, se contempla la posibilidad de que para cada sector de la economía se puedan desarrollar lineamientos específicos cuya **aplicación es de carácter obligatorio**.

26 (Edición Vespertina) DIARIO OFICIAL Viernes 29 de mayo de 2020

**SECRETARÍA DE SALUD**

**ACUERDO por el que se establecen los Lineamientos Técnicos Específicos para la Reapertura de las Actividades Económicas.**

Al margen un sello con el Escudo Nacional, que dice: Estados Unidos Mexicanos.- SE.- Secretaría de Economía.- SALUD.- Secretaría de Salud.- STPS.- Secretaría del Trabajo y Previsión Social.- Instituto Mexicano del Seguro Social.

JORGE CARLOS ALCOCER VARELA, Secretario de Salud, GRACIELA MÁRQUEZ COLÍN, Secretaria de Economía, LUISA MARIA ALCALDE LUJÁN, Secretaria del Trabajo y Previsión Social, y ZOÉ ALEJANDRO ROBLEDO ABURTO, Director General del Instituto Mexicano del Seguro Social, con fundamento en los artículos 4, 73, fracción XVI, Base 3a. y 90 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; 3, fracción I, 34, 38, 40 y 45 de la Ley Orgánica de la Administración Pública Federal; 147, 148, 152 y 184, fracción I, de la Ley General de Salud; 132, fracción XVI y 134, fracción II de la Ley Federal del Trabajo; 2, 4, 5, 80 y 110 de la Ley del Seguro Social. PRIMERO fracción VI del Acuerdo por el que se establecen acciones extraordinarias para atender la emergencia sanitaria generada por el virus SARS-CoV2, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 31 de marzo del 2020; así como Cuarto, fracción III del Acuerdo por el que se establece una estrategia para la reapertura de las actividades sociales, educativas y económicas, así como un sistema de semáforo por regiones para evaluar semanalmente el riesgo epidemiológico relacionado con la reapertura de actividades en cada entidad federativa, así como se establecen acciones extraordinarias, publicado el 15 de mayo de 2020 en el Diario Oficial de la Federación, y

**CONSIDERANDO**

Que el artículo 4, párrafo cuarto, de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos establece que toda persona tiene derecho a la protección de la salud, por lo que el Estado tiene la obligación de garantizar y establecer los mecanismos necesarios para que toda persona goce de este derecho;

Que el artículo 73, fracción XVI, Base 3a. de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos establece que la autoridad sanitaria será ejecutiva y sus disposiciones serán obedecidas por las autoridades administrativas del país;

Que el artículo 34, fracción I de la Ley Orgánica de la Administración Pública Federal establece la facultad de la Secretaría de Economía para formular y conducir las políticas generales de industria, comercio exterior, interior, abasto y precios del país, con excepción de los precios de bienes y servicios de la Administración Pública Federal;

Que de conformidad con el artículo 40, fracción XI de la citada Ley Orgánica de la Administración Pública Federal, a la Secretaría del Trabajo y Previsión Social corresponde la facultad de estudiar y ordenar las medidas de seguridad e higiene industriales, para la protección de las personas trabajadoras, así como vigilar su cumplimiento;

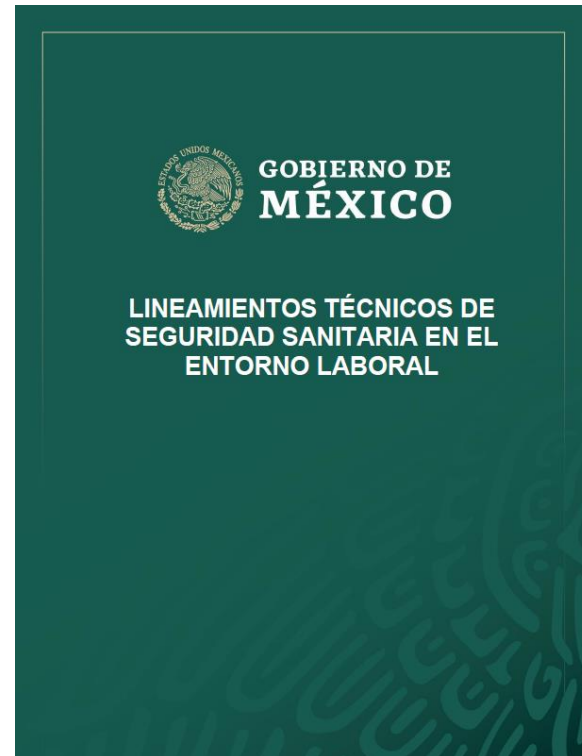
Que el artículo 5 de la Ley del Seguro Social, establece que la organización y administración del Seguro Social, en los términos consignados en dicha Ley, están a cargo del organismo público descentralizado con personalidad jurídica y patrimonio propios, de integración operativa tripartita, en razón de que a la misma concurren los sectores público, social y privado, denominado Instituto Mexicano del Seguro Social, el cual tiene también el carácter de organismo fiscal autónomo;

Que el artículo 80 de la Ley del Seguro Social, establece que el Instituto Mexicano del Seguro Social está facultado para proporcionar servicios de carácter preventivo, individualmente o a través de procedimientos de alcance general, con el objeto de evitar la realización de riesgos de trabajo entre la población asegurada;

Que el artículo 110 de la Ley del Seguro Social, establece que con el propósito de proteger la salud y prevenir las enfermedades y la discapacidad, los servicios de medicina preventiva del Instituto Mexicano del Seguro Social podrán llevar a cabo programas de difusión para la salud, prevención y rehabilitación de la discapacidad, estudios epidemiológicos, producción de inmunobiológicos, inmunizaciones, campañas sanitarias y otros programas especiales enfocados a resolver problemas médico-sociales;

Que la Ley Federal del Trabajo establece en sus artículos 132, fracción XVI y 134, fracción II, que es obligación de los patrones que las instalaciones de los centros de trabajo cumplan con las disposiciones establecidas en el Reglamento de la citada Ley, y las normas oficiales mexicanas en materia de seguridad, salud y medio ambiente en el trabajo, a efecto de prevenir accidentes y enfermedades laborales así como las obligaciones de las personas trabajadoras, de observar dichas disposiciones en materia de seguridad y salud;

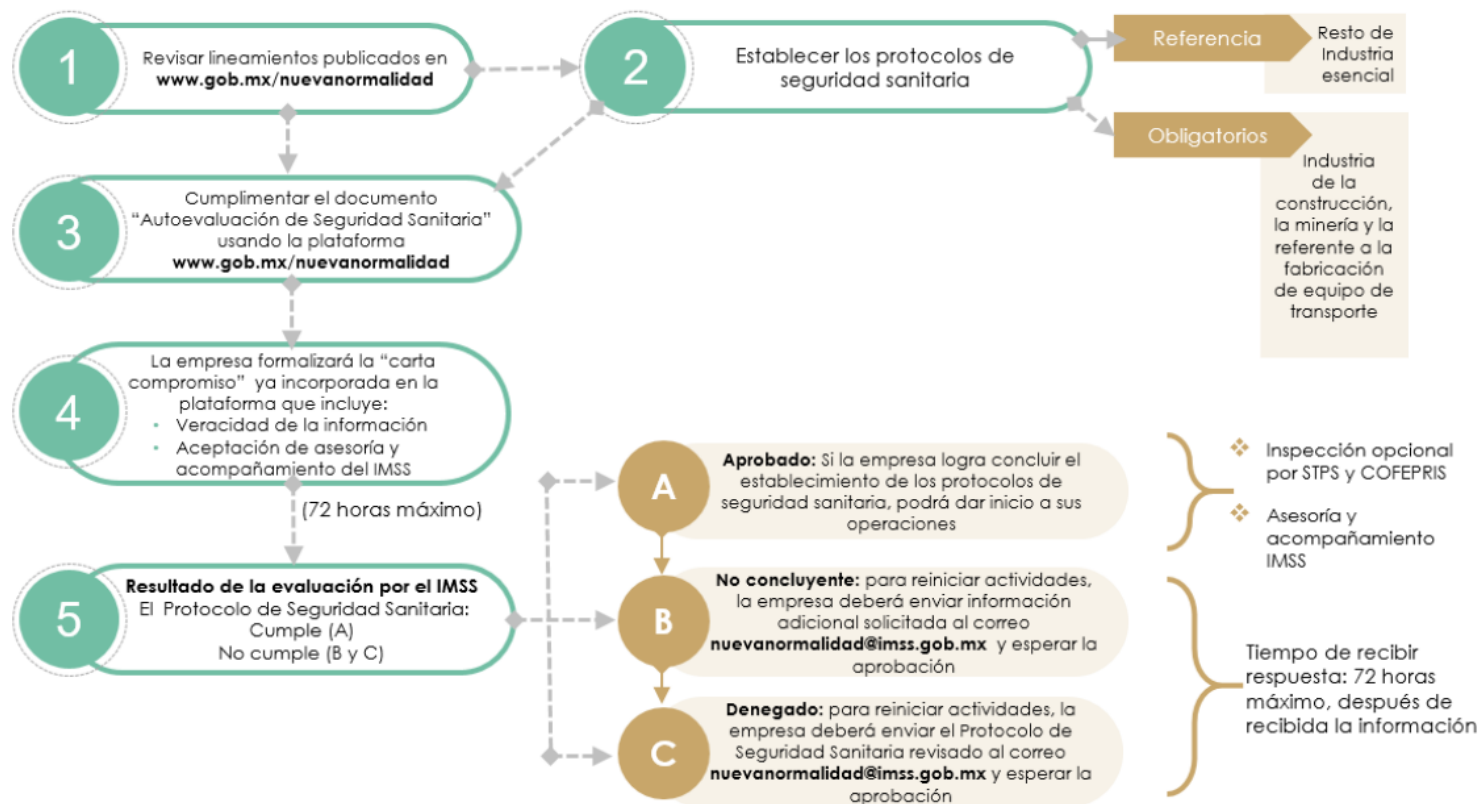
Que los artículos 147 y 148 de la Ley General de Salud, establecen la obligación de los particulares de colaborar con las autoridades sanitarias en la lucha contra las enfermedades epidémicas, por lo que la Secretaría de Salud puede auxiliarse de todos los recursos médicos existentes en el país en la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



## 2. ESTRATEGIA DE CONTINUIDAD O RETORNO A LAS ACTIVIDADES: UNA NUEVA NORMALIDAD

Etapa	Descripción
<b>Primera</b>	Inició el día 18 de mayo e incluye los <b>Municipios de la Esperanza</b> , los cuales no tienen contagios reportados por SARS-CoV-2 ni vecindad con municipios con contagios. En estas localidades se autorizó la apertura de toda la actividad laboral, social y educativa.
<b>Segunda</b>	18 y el 31 de mayo Preparación para la reapertura, ampliación de las empresas consideradas como esenciales (construcción, la minería y fabricación de equipo de transporte), emisión de los <b>Lineamientos Técnicos de Seguridad Sanitaria en el Entorno Laboral</b> para la reactivación temprana de estos sectores, validación de los protocolos y recibieran la aprobación del IMSS para reiniciar antes del 1 de junio.
<b>Tercera</b>	<p>El 1 de junio de 2020 iniciará la etapa de reapertura socioeconómica mediante semáforo de riesgo epidemiológico que determinará el nivel (máximo, alto, medio y bajo) de alerta sanitaria y actividades están autorizadas.</p> <p>Podrán reiniciar operaciones implementando los lineamientos y atiendan lo establecido en el semáforo de riesgo epidemiológico, por lo que no será necesario contar con una autorización previa.</p> <p>Auto evaluación en línea: Empresas esenciales y Sectores segunda etapa que no lo hubieran realizado.</p>

## Proceso para establecer los protocolos y mecanismos de seguridad sanitaria en las empresas de acuerdo con los Lineamientos de Seguridad Sanitaria en el Entorno Laboral



### 3. PRINCIPIOS RECTORES

1	Privilegiar la salud y la vida	<ul style="list-style-type: none"><li>• Artículo 4 constitucional, derecho a la salud y a una vida digna.</li><li>• Mejorar además la seguridad en salud de su entorno laboral y su sentido de pertenencia en la sociedad y en sus centros de trabajo, así como en la corresponsabilidad en el cuidado de la salud.</li></ul>
2	Solidaridad y no discriminación	<ul style="list-style-type: none"><li>• La solidaridad sin distinción por su nivel económico, educativo, lugar de origen, sexo, género, orientación sexual, edad, estado de embarazo o condición de discapacidad o salud.</li><li>• Se deberá apoyar a las personas trabajadoras, en su mayoría mujeres, que tienen a su cargo a menores cuyas escuelas están cerradas por la contingencia o cuidado a personas adultas mayores o personas con enfermedades crónicas (media, alta y crítica)</li><li>• La reanudación deberá darse en un marco de no discriminación y con la estricta aplicación de sus derechos laborales, con independencia de su rama de actividad o sector y condición de vulnerabilidad ante la infección por el SARSCoV- 2.</li></ul>
3	Economía moral y eficiencia productiva	<ul style="list-style-type: none"><li>• El regreso a las actividades laborales deberá darse en el marco de una nueva cultura de seguridad y salud en el trabajo, con medidas perdurables, transformando los procesos productivos, promoviendo el desarrollo y la salud de las personas trabajadoras y sus familias, con un consecuente impacto en la productividad de los centros de trabajo.</li></ul>
4	Responsabilidad compartida (pública, privada y social)	<ul style="list-style-type: none"><li>• El desarrollo de México y la efectividad de las medidas son una tarea de todos, con una participación coordinada de los sectores público, privado y social, en un marco de desarrollo incluyente, sin dejar a nadie atrás hacia la Nueva Normalidad.</li></ul>

## 4. CATEGORIZACIÓN DEL CENTRO DE TRABAJO

Los centros de trabajo deberán considerar cuatro dimensiones con el fin de identificar qué medidas deberán implementar para dar cumplimiento a los presentes lineamientos: el tipo de actividades que desarrolla, el nivel de riesgo epidemiológico en el municipio donde se ubica el centro de trabajo, su tamaño y sus características internas.





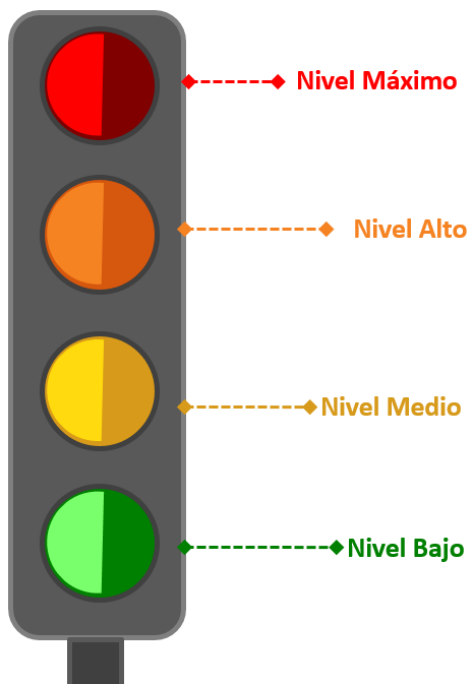
## 4.1 Identificar tipo de actividad

Nº	ACTIVIDAD ESENCIAL
<b>Acuerdo por el que se establecen acciones extraordinarias para atender la emergencia sanitaria generada por el virus SARS-CoV2 (31 de marzo de 2020)</b>	
1	Rama médica, paramédica, administrativa y de apoyo en todo el Sistema Nacional de Salud
2	Sector farmacéutico, tanto en su producción como en su distribución (farmacias)
3	La manufactura de insumos, equipamiento médico y tecnologías para la atención de la salud
4	Disposición adecuada de los residuos peligrosos biológicos-infecciosos (RPBI)
5	Limpieza y desinfección de las unidades médicas en los diferentes niveles de atención
6	Las involucradas en la seguridad pública y la protección ciudadana, defensa de la integridad y la soberanía nacionales; la procuración e impartición de justicia
7	Actividad legislativa en los niveles federal y estatal
8	Financiera
9	Recaudación tributaria
10	Distribución y venta de energéticos, gasolineras y gas
11	Generación y distribución de agua potable
12	Industria de alimentos y bebidas no alcohólicas, mercados de alimentos
13	Supermercados, tiendas de autoservicio, abarotes y venta de alimentos preparados
14	Servicios de transporte de pasajeros y de carga
15	Producción agrícola
16	Producción pesquera
17	Producción pecuaria
18	Agroindustria
19	Industria química
20	Productos de limpieza
21	Ferreterías

22	Servicios de mensajería
23	Guardias en labores de seguridad privada
24	Guarderías y estancias infantiles
25	Asilos y estancias para personas adultas mayores
26	Refugios y centros de atención a mujeres víctimas de violencia, sus hijas e hijos
27	Telecomunicaciones y medios de información
28	Servicios privados de emergencia
29	Servicios funerarios y de inhumación
30	Servicios de almacenamiento y cadena de frío de insumos esenciales
31	Logística (aeropuertos, puertos y ferrocarriles)
32	Las relacionadas directamente con la operación de los programas sociales del gobierno
33	Las necesarias para la conservación, mantenimiento y reparación de la infraestructura crítica que asegura la producción y distribución de servicios indispensables; a saber: agua potable, energía eléctrica, gas, petróleo, gasolina, turbosina, saneamiento básico, transporte público, infraestructura hospitalaria y médica, entre otros
<b>Acuerdo por el que se establecen los Lineamientos técnicos relacionados con las actividades descritas en los incisos c) y e) de la fracción II del Artículo Primero del Acuerdo por el que se establecen acciones extraordinarias para atender la emergencia sanitaria generada por el virus SARS-CoV2 publicado el 31 de marzo del 2020 (06 de abril de 2020)</b>	
34	Empresas de producción de acero, cemento y vidrio
35	Servicios de tecnología de la información que garanticen la continuidad de los sistemas informáticos de los sectores público, privado y social
36	Empresas y plataformas de comercio electrónico
37	Minas de carbón
38	Las empresas distribuidoras de carbón mantendrán sus actividades de transporte y logística
<b>Acuerdo por el que se establece una estrategia para la reapertura de las actividades sociales, educativas y económicas, así como un sistema de semáforo por regiones para evaluar semanalmente el riesgo epidemiológico relacionado con la reapertura de actividades en cada entidad federativa, así como se establecen acciones extraordinarias (14 de mayo de 2020)</b>	
39	Industria de la construcción
40	Minería
41	Fabricación de equipo de transporte

## 4.2 Identificar el nivel de riesgo epidemiológico

Los centros de trabajo deberán identificar el nivel de riesgo establecido para el municipio o población en el cual se encuentren ubicados, de conformidad con el Sistema de Alerta Sanitaria.



Solo se permiten actividades esenciales, protección a personas vulnerables, se activan criterios de Sana Distancia

Se permiten actividades esenciales y no esenciales, con niveles de intensidad reducida, protección a personas vulnerables, se reduce en 70% la actividad social en espacios abiertos y cerrados. Suspensión actividades escolares.

Se permiten todas las actividades laborales, protección a personas vulnerables, se reduce en 40% la actividad social en espacios abiertos y cerrados. Suspensión actividades escolares.

Actividad económica y laboral normal, reanudación de actividades escolares, sociales y de esparcimiento.

## ejemplos de medidas



- Se activan los protocolos para favorecer el trabajo en casa.
- Asegurarse de que existe distancia de 1.5 metros entre personas; cuando esto no se pueda cumplir, se dotará de Equipo de Protección Personal (EPP) a las personas trabajadoras.
- Colocar barreras físicas en las estaciones de trabajo, comedores, etc.
- Incrementar la frecuencia en el transporte y alternar asientos.
- El personal vulnerable debe trabajar desde casa.
- Establecer escalonamientos y flexibilización de horarios y turnos.
- Filtro de ingreso y egreso de trabajadores.



- Se activan los protocolos para favorecer el trabajo en casa.
- Presencia de personal al 30% de las actividades no esenciales.
- Asegurarse de que existe distancia de 1.5 metros entre personas; cuando esto no se pueda cumplir, se dotará de EPP a las personas trabajadoras.
- Colocar barreras físicas en las estaciones de trabajo, comedores, etc.
- Incrementar la frecuencia en el transporte y alternar asientos.
- Establecer escalonamientos y flexibilización de horarios y turnos.
- Prestar atención permanente en la población vulnerable.
- Reforzar de ingreso y egreso de trabajadores.



- Favorecer el trabajo desde casa.
- Asegurarse de que existe distancia de 1.5 metros entre personas.
- Colocar barreras físicas en las estaciones de trabajo, comedores, etc.
- Incrementar la frecuencia en el transporte y alternar asientos.
- Prestar atención permanente a la población vulnerable.
- Mantener activo el filtro de ingreso y egreso de trabajadores..



- Presencia de todo el personal en el centro de trabajo.
- Implementación de medidas de protección de la salud.
- Prestar atención permanente a la población vulnerable..

### 4.3 Identificar el tamaño de centro de trabajo

Los centros de trabajo tendrán que identificar el tamaño de la unidad económica que representan con base en la siguiente tabla, para así implementar las medidas que le corresponden.

Tabla 4. Tamaño de Unidad Económica por sector y número de personas trabajadoras

Tamaño	Sector	Rango de número de personas trabajadoras
Micro	Todas	Hasta 10
Pequeña	Comercio	Desde 11 hasta 30
	Industria y Servicios	Desde 11 hasta 50
Mediana	Comercio	Desde 31 hasta 100
	Servicios	Desde 51 hasta 100
	Industria	Desde 51 hasta 250
Grande	Servicios y Comercio	Desde 101
	Industria	Desde 251

## 4.4 Identificar características internas del centro de trabajo

Finalmente, se deberán identificar las características particulares del centro de trabajo, considerando lo siguiente:

- a. El personal en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo de contagio para cada una de las áreas o departamentos de las empresas y centros de trabajo.
- b. El personal que tiene a su cargo el cuidado de menores de edad, personas adultas mayores, personas en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo de contagio.
- c. Las áreas o departamentos con los que cuenta el centro de trabajo (oficinas, bodegas, áreas de atención al público y áreas comunes).

La correcta identificación de las características del centro de trabajo permitirá comunicar e implementar las medidas adecuadas para proteger al personal, tomando en consideración su espacio físico y las condiciones de vulnerabilidad de personas trabajadoras.



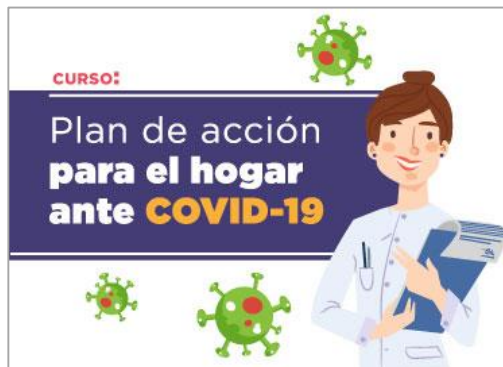


## 5. ESTRATEGIAS GENERALES DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y SEGURIDAD SANITARIA EN EL ENTORNO LABORAL



### Promoción a la Salud

- Implica la orientación, capacitación y organización de las personas trabajadoras para prevenir y controlar la propagación del coronavirus causante de COVID-19 en sus hogares y, de manera muy importante, en eventos sociales y durante los trayectos en el transporte público o privado que proporcione la empresa, incluyendo las siguientes



- Información general sobre el SARS-CoV-2 (COVID-19), los mecanismos de contagio, síntomas que ocasiona y las mejores maneras de prevenir la infección y el contagio de otras personas.
- La importancia que tiene el no acudir al trabajo o reuniones sociales con síntomas compatibles con COVID-19 para no ser un riesgo de potencial contagio para otras personas.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, o bien, usar soluciones a base de alcohol gel al 60%.
- La práctica de la etiqueta respiratoria: cubrirse nariz y boca al toser o estornudar con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.
- No escupir. Si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable y tirarlo a la basura; después lavarse las manos.



Al toser o estornudar, **cubrir la boca y nariz** con un pañuelo desechable y tirarlo a la basura o utilizar el ángulo interno del brazo. Los virus se propagan a través de las micro gotas. Al mantener una buena higiene respiratoria se protege a las personas que le rodean de virus como los del resfriado, la gripe y la COVID-19.



**Lavarse las manos** con agua y jabón por lo menos 40 a 60 segundos de acuerdo con la OMS sin olvidar la muñeca, O bien usar soluciones a base de alcohol gel al 70%. Lavarse las manos con agua y jabón o usando un desinfectante a base de alcohol mata los virus que pueda haber en sus manos.



## Código de Ética para la no discriminación laboral

El Código de Ética nos habla de cómo nos vamos a comportar entre todas las partes de la empresa, trabajadores y clientes, por ello se recomienda:

Mantener la confidencialidad de los trabajadores en informes médicos, sobre todo en los relacionados con COVID-19.



Proteger al personal contra la discriminación y el estigma social en la empresa debido al diagnóstico o sospecha de COVID-19.



Promover un ambiente de confianza para que los trabajadores reporten síntomas de sospecha por COVID-19.

## LIMPIEZA

- Lleven mascarilla y guantes a diario.
- Lavar aparte sus platos y utensilios con agua caliente.
- Lavar aparte y con agua caliente ropa, toallas y superficies.
- No reutilicen protecciones como guantes y mascarillas.
- Usen bolsas de plástico cerradas para los residuos.



#QuédateEnCasa

## AISLAMIENTO

- Necesitará una habitación, mejor si está ventilada a la calle y un baño de uso exclusivo.
- Mantener sus puertas cerradas.
- Que salga lo menos posible.



#QuédateEnCasa

- No tocarse la cara con las manos sucias, sobre todo nariz, boca y ojos.
- Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso común en oficinas, sitios cerrados, transporte, centros de reunión, entre otros.
- Mantener una sana distancia (al menos a 1.5 metros) durante los contactos y recordar la importancia de usar cubrebocas u otras barreras en el transporte público.
- Establecer un programa de capacitación para el personal directivo o gerencial sobre las acciones y medidas para prevenir y evitar cadenas de contagio por COVID-19, por lo que puede hacerse uso del material disponible en la plataforma:
- Dar a conocer a las personas trabajadoras el teléfono de emergencia de la autoridad sanitaria (911).
- Para facilitar las labores de difusión en los centros de trabajo, se pone a disposición de las personas trabajadoras infografías y material de comunicación elaborado por el Gobierno de México, en el siguiente enlace: <https://coronavirus.gob.mx/>



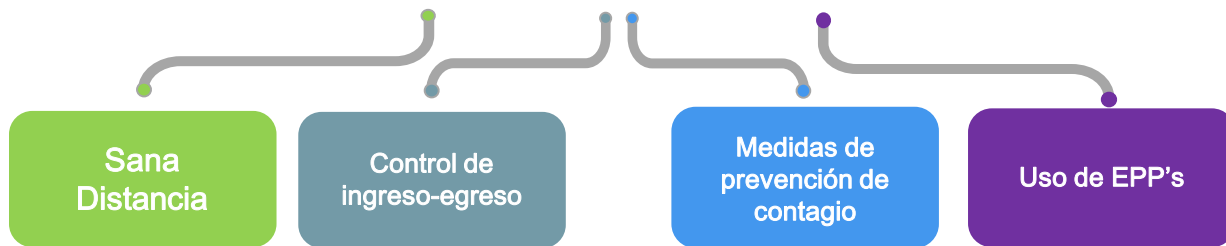
**Evitar el contacto directo sin protección** con cualquier persona que **presente síntomas de gripa o resfriado**, al menos a **1 metro** de distancia. Es muy importante recordar que cuando alguien tose o estornuda, respide por la nariz o por la boca unas gotículas de líquido que pueden contener el virus. Si se está demasiado cerca, se puede respirar las gotículas y con ellas el virus que causa la epidemia COVID-19, si la persona que tose tiene la enfermedad. **Evita los saludos de beso, mano o abrazo y no te toques la cara con las manos sucias, sobre todo la nariz, la boca y los ojos.**



**Desinfectar** superficies con cloro (sin mezclar con otros químicos) de uso doméstico por lo menos una vez al día.



## Protección a la Salud



## Sana Distancia

**A) ¡Quédate en casa!** Cuando una persona presenta síntomas de enfermedad respiratoria o relacionados con COVID-19, deberá quedarse en casa, solicitar asistencia médica y en su caso su incapacidad digital y;

**B) Sana distancia en el centro de trabajo.** La modificación de hábitos para favorecer una distancia mínima de 1.5 metros entre las personas; la disminución de la frecuencia de encuentros, incluyendo la adecuación de los espacios y áreas de trabajo para reducir la densidad humana en ambientes intramuros y extramuros durante los niveles máximo, alto y medio, para lo cual se deberán establecer como mínimo las siguientes estrategias:

- Evitar el hacinamiento en espacios y garantizar la disponibilidad permanente de agua potable, jabón, papel higiénico, gel a base de alcohol y toallas desechables para el secado de manos.
- Establecer horarios alternados de comidas, baños, uso de casilleros y actividades cotidianas para reducir el contacto entre personas.
- Incrementar el número de vehículos destinados al transporte de personal, con el fin de reducir el hacinamiento y la posibilidad de contagios, manteniendo una sana distancia, el uso de cubrebocas y la ventilación natural del transporte.



## Cuestionario COVID-19

Este cuestionario es únicamente informativo y no representa un diagnóstico médico. Si presentas deterioro en tu salud, acude inmediatamente a tu Unidad Médica para que te brinden la atención necesaria.

**Clave Única de Registro de Población (CURP)\***

**Código Postal del domicilio donde vives:**



FN2KI7

Escribe las letras o números que ves

Se deberá instrumentar un control de ingreso-egreso de las personas trabajadoras, clientes y proveedores que permita lo siguiente:

- Establecer un filtro de acuerdo con lo establecido en el **"Lineamiento general para la mitigación y prevención de COVID-19 en espacios públicos cerrados"** para la identificación de personas con infección respiratoria aguda.

[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/543986/Lineamiento Espacio Cerrado 27Mar2020 1830.pdf.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/543986/Lineamiento_Espacio_Cerrado_27Mar2020_1830.pdf.pdf)

### 2.2 Filtro 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**

- 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).
- 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.

- 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 llamar al número correspondiente del estado de la República que se trate:

<https://coronavirus.gob.mx/contacto/#directorio>.

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

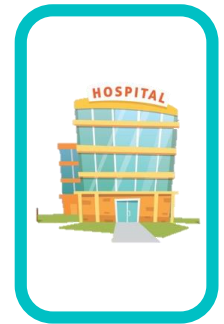
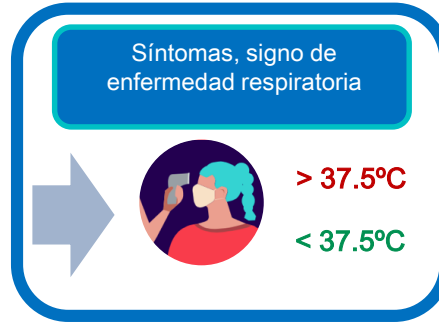
En el módulo del filtro de supervisión deberá contar con:

- Agua, jabón o bien gel antibacterial (base alcohol mayor al 60%); y una solución clorada para mantenerlo limpio y desinfectado
- Pañuelos desechables
- Bote de basura con tapa para los desechos (se deberá evitar acumulación de los desechos)
- Termómetro (sin mercurio), puede ser digital, infrarrojo o tiras plásticas
- Cuestionarios de detección de signos y síntomas

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.

- Para las personas trabajadoras que se detectaron con signos de enfermedades respiratorias y/o temperatura corporal mayor a 37.5 °C, designar un área de estancia y aislamiento, dotarlas de un cubrebocas y remitirlas al domicilio particular o a los servicios médicos, y cuando sea procedente asistir a las personas trabajadoras para el trámite de su incapacidad digital.



- Proporcionar solución gel a base de alcohol al 60% para el lavado de manos y verificar el uso apropiado de cubrebocas para todas las personas que ingresen o egresen del centro de trabajo.







Patrocinado <sup>(1)</sup>  
**BTMETER BT-980B** Termómetro  
 infrarrojo sin contacto -89°F ~109°F  
 pistola de temperatura digital con  
 alarma de calor audible  
 ★★★★★ ~ 2  
 US\$45<sup>99</sup>  
 Con envíos a México  
 Disponible el 5 de junio de 2020.

Más vendido



Etekcity Lasergríp 774 - Termómetro  
 digital Láser infrarrojo (-58.0 °F ~  
 716.0 °F), Agarre láser 774, Talla  
 estándar, Amarillo y negro  
 ★★★★★ ~ 13,799



Patrocinado <sup>(1)</sup>  
**Digital sin contacto** para todas las  
 personas (blanco)  
 ★★★★★ ~ 2  
 US\$90<sup>98</sup>  
 Con envíos a México  
 Solo queda(n) 19 en stock (hay más unidades  
 en camino).



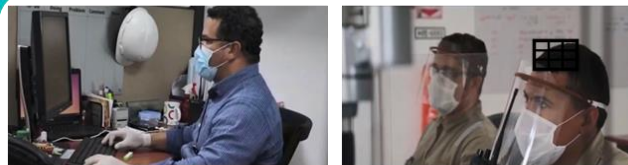
Termómetro digital infrarrojo para  
 frente, sin contacto, para bebés, niños,  
 adultos, uso en interiores y exteriores  
 ★★★★★ ~ 3



### B.3 Medidas de prevención de contagios en la empresa

Los centros de trabajo deberán instrumentar acciones enfocadas a reducir el riesgo de contagios, es decir, para evitar la entrada del virus en sus instalaciones. Entre éstas quedan comprendidas cuestiones de higiene, limpieza y sana distancia.

- Proveer dispensadores con soluciones a base de alcohol gel al 60% a libre disposición del personal en distintos puntos del centro de trabajo.
- Proveer productos sanitarios y de equipo de protección personal a las personas trabajadoras, incluyendo cubrebocas, lentes protectores y caretas.
- Contar con depósitos suficientes de productos desechables y de uso personal, procurando la limpieza continua de los mismos.
- Garantizar que los sanitarios cuenten con lavamanos y con condiciones adecuadas para la limpieza del personal (agua, jabón y toallas de papel desechable).
- Establecer un programa de limpieza y mantenimiento permanente del centro de trabajo y los lugares de labor, incluidos los destinados a los servicios de alimentos, de descanso y, en su caso, de pernocta, utilizando los productos de limpieza adecuados para prevenir la propagación del virus.



- Promover que las personas trabajadoras NO compartan herramientas de trabajo u objetos personales sin la desinfección adecuada.
- En caso de ser posible, favorecer la ventilación natural en espacios comunes o de mayor concentración de personal, además de aquellas áreas de trabajo con gran afluencia de personal.
- Revisar el funcionamiento de los sistemas de extracción, en caso de contar con estos, además de dar mantenimiento y cambios de filtro para su correcta operación.
- Señalizar las áreas comunes (como baños, vestidores, casilleros, cafeterías, comedores y salas de juntas) con marcas en el piso, paredes y/o mobiliario, recordando la distancia mínima de 1.5 metros entre personas.
- Establecer una política de control de visitas, proveedores y contratistas, con el fin de prevenir el riesgo de contagio originado en personas ajenas al centro de trabajo.
- Implementar una política para el uso de las escaleras y elevadores manteniendo la sana distancia, evitando tocar en la medida de lo posible las superficies, y procurando su limpieza constante.





## B.4 Uso de equipo de protección personal (EPP)

Los centros de trabajo deberán proporcionar equipo que permita minimizar el riesgo de infección en las personas trabajadoras en el desempeño de sus actividades. Con el fin de evitar el riesgo de contagio, las personas empleadoras deberán distribuir entre la población trabajadora el siguiente equipo:

- Cubrebocas de preferencia lavable, a fin de proteger el medio ambiente (**capacitar sobre su limpieza y reemplazo**).
- Para el caso del personal que atiende al público, se deberá proporcionar además protector facial o lentes de seguridad con protección lateral, superior e inferior de ojos.

El kit de insumos de cuidado personal que me dieron en el trabajo contiene lo siguiente:



Gel antibacterial



Jabón



Toallas desechables



Cubrebocas



Careta



- Primero lávate bien las manos con jabón o usa gel anti-bacterial.
- Debes cerciorarte que el cubrebocas sea nuevo o que su empaque esté sellado
- Revisa que no tenga posibles defectos
- No debes tener contacto con la mascarilla al momento de colocarlo. Tómalo por los extremos
- Amolda correctamente el cubrebocas a los relieves de tu cara. Para su ajustamiento adecuado, orienta el borde rígido hacia arriba antes de colocarlo
- En el caso de los cubrebocas de dos colores, el tono blanco debe apuntar hacia la zona buco-nasal
- Ya colocado, realiza unos ligeros movimientos en el borde superior para ajustarlo
- Finalmente, la mascarilla te debe cubrir por completo la boca y debe quedar por debajo de la barbilla su borde inferior

### ¿Cómo quitarlo?

- Una vez que ya hayas utilizado tu cubrebocas, debes lavar nuevamente las manos antes de quitarlo. Para retirarlo debes tocar solamente los lazos, y no la parte frontal que podría haberse contaminado.



shutterstock.com • 1631422885

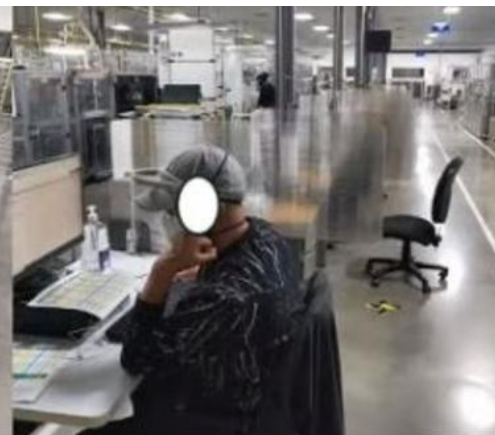
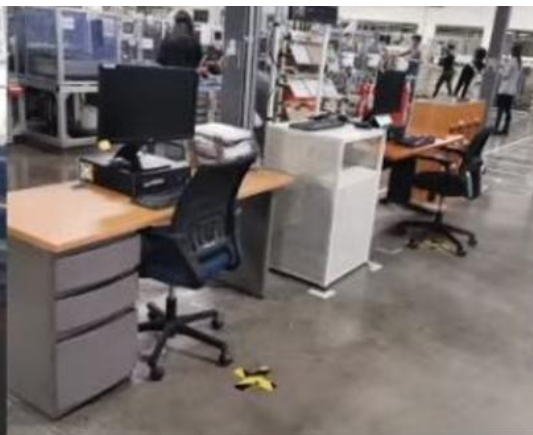
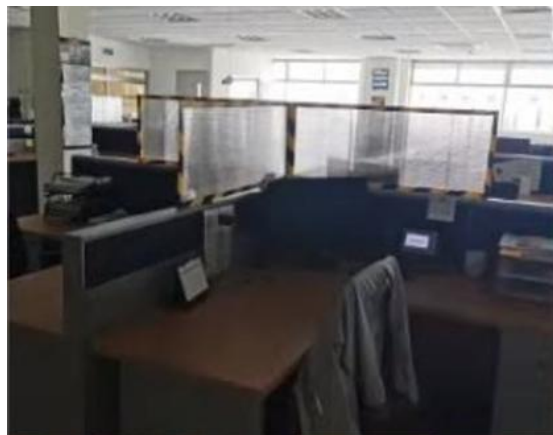


- En los puestos de trabajo donde haya exposición a agentes químicos contaminantes, deberá utilizarse el EPP convencional que señalen las Normas Oficiales Mexicanas vigentes y aplicables en la materia. En los tiempos en que el personal no tenga la exposición se deberá utilizar cubrebocas y lentes de seguridad o protector facial (se puede omitir el uso de protector facial y lentes de seguridad si existen barreras físicas entre personas trabajadoras).
- Los puestos de trabajo donde se presente una muy alta exposición a fuentes conocidas o sospechosas de SARS-CoV-2, como las personas trabajadoras del cuidado de la salud, que realizan procedimientos que generan aerosoles, deberán usar cubrebocas N95, guantes, bata y protección de ojos y cara.

FDA  
CLEARED FFP2 KN95 20-PACK



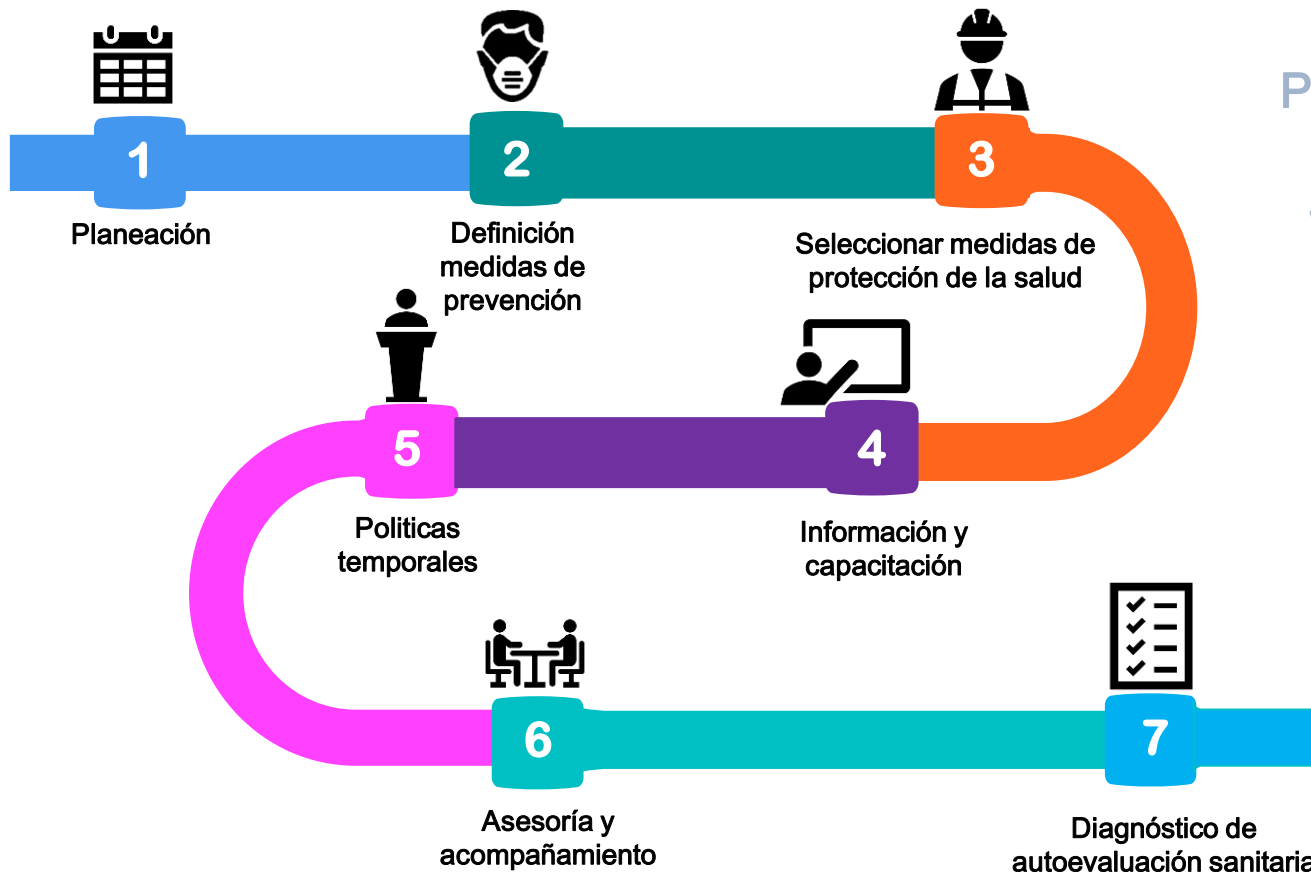




## 6 VIGILANCIA Y SUPERVISIÓN

Son las acciones para constatar la correcta implementación de todas las medidas en las empresas o el centro de trabajo, las cuales serán responsabilidad del comité o persona designada para estas tareas.

- Verificar el establecimiento de las medidas de prevención y protección en el centro de trabajo.
- Verificar la provisión constante de agua, jabón y toallas desechables, y de soluciones a base de alcohol gel al 60% en todas las áreas de las empresas y centros de trabajo.
- Monitorear las disposiciones que establezcan las autoridades competentes para las posibles modificaciones de las acciones a seguir en el centro de trabajo.
- Llevar el registro y seguimiento del personal en resguardo domiciliario voluntario y evaluar posibles casos de contagio.
- Establecer un mecanismo de seguimiento de personas trabajadoras en aislamiento y, en caso de ser necesario, contactar a la autoridad sanitaria estatal en los números disponibles en <https://coronavirus.gob.mx/contacto/>



## Pasos para establecer los Protocolos de Seguridad Sanitaria

Para la elaboración de la estructura del plan para el Retorno Seguro al Trabajo debes considerar aspectos de:

**Ingeniería**



Administración



Protección personal



Sanitización y desinfección



Capacitación



### 1. Ingeniería:

Son los cambios dentro del lugar de trabajo para disminuir los Riesgos por COVID-19 por ejemplo:

Uso de Barreras Físicas.

Sistemas de extracción / ventilación.

Señalización de áreas de trabajo.

Sensores de distancia.

Separar la entrada de la salida.

Para la elaboración de la estructura del plan para el Retorno Seguro al Trabajo debes considerar aspectos de:

Ingeniería



**Administración**



Protección personal



Sanitización y desinfección



Capacitación



## 2. Administración

Son los que modifican la forma de cómo trabajarán los empleados.

Las recomendaciones están orientadas a mantener el personal mínimo necesario para la operación de los procesos sustantivos del centro de trabajo a fin de garantizar el distanciamiento social de al menos 1.5 metros entre trabajadores.



Para la elaboración de la estructura del plan para el Retorno Seguro al Trabajo debes considerar aspectos de:

Ingeniería



Administración



**Protección personal**



Sanitización y desinfección



Capacitación



### 3. Protección personal:

Se refiere al equipo de protección personal para minimizar el riesgo de infección en los trabajadores en el desempeño de sus actividades.

Es importante dar cumplimiento a la normatividad laboral aplicable en materia de EPP.

Se recomienda proporcionar a los trabajadores que tengan contacto con público, lo siguiente:

- Cubrebocas
- Protector facial o goggles.

Para la elaboración de la estructura del plan para el Retorno Seguro al Trabajo debes considerar aspectos de:

Ingeniería



Administración



Protección personal



**Sanitización y desinfección**



Capacitación



#### 4. Sanitización y desinfección

Es el proceso que consiste en limpiar/eliminar algunos microorganismos que ocasionan enfermedades:

##### Sistemas de sanitización

De ser posible, se sugiere que el centro laboral coloque en los accesos al centro de trabajo, tapetes sanitizantes o alternativas similares.

##### Dar continuidad y/o seguimiento a los protocolos de limpieza y desinfección diaria



##### Dispensadores de alcohol gel

Se recomienda colocar dispensadores de alcohol gel al 70% en los accesos principales al centro de trabajo, procesos productivos, comedores, cafeterías, etc.

##### Toallas desechables

Se sugiere disponer de toallas desechables para secarse las manos.



Para la elaboración de la estructura del plan para el Retorno Seguro al Trabajo debes considerar aspectos de:

Ingeniería



Administración



Protección  
personal



Sanitización  
y desinfección



Capacitación




## 5. Capacitación


Son las actividades realizadas en una organización para buscar mejorar el conocimiento, actitud o habilidades del personal, en materia de contención de la COVID-19.





## Registro para la aprobación del protocolo sanitario de empresas de la industria de la construcción, la minería y la fabricación de equipo de transporte

 Atento aviso

 Documentos

 Datos de la empresa

<b>Guías para elaborar el protocolo de seguridad sanitaria en caso de ser denegado</b>	<b>Enlace</b>
PSS - Micro y Pequeñas Empresas	<a href="#">Descargar</a>
PSS - Medianas Empresas	<a href="#">Descargar</a>
PSS - Grandes Empresas	<a href="#">Descargar</a>

<b>Fichas de apoyo para el Protocolo de Seguridad Sanitaria</b>	<b>Enlace</b>
Medidas de Prevención de Contagio en la Empresa	<a href="#">Descargar</a>
Promoción de la salud	<a href="#">Descargar</a>
PSS Control Ingreso Egreso	<a href="#">Descargar</a>
Sana distancia	<a href="#">Descargar</a>

Pon tu logo aquí

## PROTOCOLO SEGURIDAD SANITARIA

## MICRO Y PEQUEÑAS EMPRESAS

Nombre de la empresa

Actividad económica

Dirección



Ciudad y Fecha (dd – mm – aaaa)

### Contenido

[Datos generales de la empresa](#)

[Categorización del centro de trabajo](#)

1. [Identificar el tipo de actividad](#)

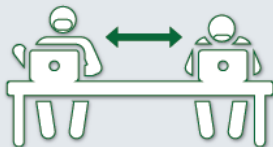
Estrategia de retorno a las actividades:

## Una nueva normalidad

### Medidas de Prevención de Contagio en la Empresa

La gestión administrativa en una empresa es clave y sirve como base para la ejecución, potencialización y seguimiento a las medidas implementadas, el éxito de cualquier medida está basado en un sistema fuerte de gestión y seguimiento, por ello se te sugiere que incluyas, fortalezcas o desarrolles en forma simple, clara y precisa, los siguientes protocolos y lineamientos en el "Protocolo de Seguridad Sanitaria":

- Lineamientos que permitan el teletrabajo a las personas que, por sus condiciones de salud, edad, gestación o lactancia, lo ameriten. Si el teletrabajo no es posible, cuenta con evidencia documental del escalonamiento de horarios de ingreso, modificación de turnos, horarios flexibles u otra acción que evite concentraciones de trabajadores en las instalaciones en determinados horarios y espacios de trabajo.
- Protocolo de acceso con filtro sanitario que incluya la determinación de la temperatura corporal al ingreso y egreso de la empresa. En caso de no ser posible determinar la temperatura corporal al ingreso de las instalaciones, el protocolo deberá referir que esta se tomará antes de que concluya el turno en las estaciones de trabajo donde se ubican los trabajadores.
- Lineamientos para el control de visitas, proveedores y contratistas en materia de higiene, sana distancia, uso obligado de cubrebocas que debe seguirse al ingreso, permanencia y salida del lugar.
- Lineamientos sobre favorecer las reuniones de trabajo por teléfono o videoconferencia, en caso contrario, deberán documentar mediante evidencia fotográfica la sana distancia, higiene respiratoria, limpieza y desinfección del lugar, mesas, sillas y objetos de uso común, antes y después de cada reunión.
- Si cuentas con cafeterías o comedores, deberán contar con lineamientos dirigidos al personal de caja, cocina y meseros sobre traer cabello recogido y utilizar cubrebocas en todo momento.
- Protocolos de limpieza y desinfección diaria de áreas, superficies y objetos de contacto y de uso común, que incluya lavar con agua y jabón, y desinfectar con una solución de hipoclorito de sodio al 0.5% (equivalente a 5000 ppm) u otra certificada para eliminar SARS-CoV-2.
- Programa de supervisión o verificación del cumplimiento a los lineamientos de sana distancia (tecnológicos, visuales, documentales, etc.) que deben seguir los trabajadores.
- Programa de supervisión de la preparación de las soluciones de agua y jabón (debe referir que se cuida el no mezclarlo con algún otro producto químico) así como de la preparación de soluciones desinfectantes (debe especificar que la solución de hipoclorito de sodio a 0.5% (5000 ppm) se prepara de manera diaria en cantidades suficientes que evitan el desperdicio y que no se mezcla con ni ninguna otra sustancia química; en caso de contar con tiras reactivas para la determinación de la concentración de hipoclorito de sodio en ppm, podrá almacenarse la solución siempre y cuando se asegure no disminuir su concentración en más de un 10%).



- Programa de supervisión diaria a fin de asegurar que los dispensadores de alcohol gel al 70% cuenten con las cantidades necesarias por turno de trabajo, que los dispensadores de toallas desechables de papel cuenten siempre con este material, que exista el número de contenedores (botes de basura) en diversos puntos para arrojar cubrebocas usados o maltratados.
- Lineamientos que promuevan una buena higiene respiratoria en el lugar de trabajo, tal como cubrir la boca y nariz con el codo flexionado o un pañuelo de papel al toser o estornudar así como recomendaciones escritas dirigidas al trabajador sobre la priorización de las opciones de movilidad (traslado de casa al trabajo y viceversa) que le garanticen la distancia interpersonal, promoviendo el uso obligado de cubrebocas y protección ocular o facial durante el trayecto.
- Código de ética que incluya lineamientos específicos de NO discriminación para las personas que hayan tenido COVID-19 o hayan convivido con algún familiar que lo tenga o haya tenido.
- Lineamientos de restricción de viajes locales o internacionales, en caso de que sea necesario viajar, los lineamientos deberán referir las medidas preventivas que deben cumplirse antes, durante y posterior al viaje.
- Lineamientos para evitar el uso de joyería, corbatas, barba y bigote, toda vez que son reservorios de virus y demás microorganismos (fómites) así como sobre no compartir entre los trabajadores: celular, utensilios de cocina, EPP, papelería, plumas, etc.
- Lineamientos para que los trabajadores cuiden la distancia social con sus compañeros de al menos 1.5 metros, así como de que en aquellos lugares donde no sea factible, deberá hacerse uso obligado de cubrebocas y protección ocular o facial.

- En caso de que la empresa cuente con transporte para sus trabajadores, deben considerarse medidas que minimizan el riesgo de exposición, tales como: limpieza y desinfección de la unidad antes de subir a los trabajadores, determinación de temperatura corporal antes de subir al autobús (en caso de que se identifique algún trabajador con temperatura igual o mayor a 37.5 °C no se le permitirá subir; se le solicitará regresar a casa, se tomará registro de sus datos para comunicarlo al área de recursos humanos y servicio médico de la empresa, quién posteriormente lo contactará para dar indicaciones de cuidados de la salud), se otorga desinfectante de manos a los trabajadores al momento de subir al transporte y se refiere el uso obligado de cubrebocas y protección ocular o facial durante el trayecto.
- Si cuentas con un sistema de gestión, debes asegurarte que incluya un apartado de contingencias sanitarias, este debe incluir la identificación de peligros y evaluación de riesgos relativos a contingencias sanitarias así como con un procedimiento estructurado de respuesta ante contingencias sanitarias con asignación de responsables y al menos recursos materiales y financieros.
- Tu diagnóstico de seguridad y salud en el trabajo debe contener un programa de seguridad y salud en el trabajo o relación de acciones preventivas y correctivas de seguridad y salud en el trabajo, para contingencias sanitarias.
- Tu Programa Específico de Protección Civil debe considerar acciones ante riesgos sanitarios.



## Estrategía de retorno a las actividades: Una nueva normalidad

### Promoción de la salud

Consiste en todas aquellas actividades que deben implementarse en todos los centros de trabajo, a través de orientación, capacitación u organización, dirigidas a todo el personal, para prevenir y controlar la propagación del coronavirus en sus hogares, en eventos sociales y en el transporte público o privado de las empresas

#### — Información general sobre el SARS-CoV-2

- Mecanismos de contagio
- Síntomas que ocasiona
- Mejores maneras de prevenir la infección

#### — Lavado y desinfección de las manos

- Con agua y jabón frecuentemente
- Gel con base de alcohol al 60-70%

#### — Etiqueta respiratoria

- Cubrirse la nariz y boca al toser o estornudar, con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo

#### — No escupir

- Si no puede evitarlo, usar un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico, anudarla y tirarla a la basura; después lavarse las manos

#### — No tocarse la cara con las manos sucias, sobre todo nariz, boca y ojos

#### — Limpiar y desinfectar

- Superficies y objetos de uso común en oficinas, sitios cerrados, transporte, centros de reunión, entre otros

#### — Mantener una sana distancia

- Por lo menos 1.5 metros de los demás



**¡Si te cuidas tú  
nos cuidamos todos!**

Consulta las infografías y material de comunicación elaborado por el Gobierno de México, en el siguiente enlace:  
<https://coronavirus.gob.mx/> y <https://clmss.imss.gob.mx/>

## Estrategía de retorno a las actividades: Una nueva normalidad

### Ingreso-Egreso

Con la finalidad de cortar cadenas de transmisión durante el ingreso al centro de trabajo, es importante considerar aquellas medidas que reduzcan el nivel de contaminación que puedan traer los trabajadores de la calle al interior del trabajo, así mismo, debe contarse con medidas que ayuden a identificar de manera temprana a trabajadores con algún síntoma relacionado a COVID-19 y evitar su ingreso al inmueble con la finalidad de evitar algún posible contacto con otros compañeros de trabajo; por lo anterior, se sugiere realizar las siguientes acciones:

- Se recomienda contar con entradas y salidas exclusivas del personal, en caso de que se cuente con un solo acceso dividirlo por barreras físicas a fin de que cuentes con espacios específicos para el ingreso y salida del personal.
- Coloca en los accesos al centro de trabajo tapetes sanitizantes o alternativas similares, o en su caso, otorga protectores desechables de calzado. Los tapetes sanitizantes o alternativas similares pueden hacer uso de hipoclorito de sodio con concentraciones de al menos del 0.5% o con productos registrados ante la Agencia de Protección Ambiental (EPA) certificados para eliminar SARS-CoV-2. Cuida en que el líquido desinfectante se reponga cada que se requiera.
- Establece un protocolo de acceso con filtro sanitario al ingreso y egreso: para ello deberás revisar la temperatura corporal mediante uso de termómetro frontal, el propósito de revisar la temperatura corporal durante el egreso del centro de trabajo es verificar que no haya existido algún proceso infeccioso que produzca cambios febriles en el trabajador revisado.
- Elabora protocolo de limpieza y desinfección diaria de las áreas y objetos de uso común que tengas en los accesos (por ejemplo: barandales). Te sugerimos incluir en el protocolo lo siguiente: qué se va a limpiar, que parte, con qué frecuencia, quién supervisará que las acciones se lleven a cabo. Es importante mencionar que el virus SARS-CoV-2 se destruye fácilmente con agua y jabón, por lo que una adecuada limpieza en forma rutinaria podrás eliminar este virus de las áreas, superficies y objetos de uso común, de manera adicional se recomienda desinfectar con solución de hipoclorito de sodio al 0.5% (5000 ppm).
- Se recomienda colocar dispensadores automáticos de alcohol gel al 70% en los accesos principales al centro de trabajo, procesos productivos, comedores, cafeterías, vestidores, sanitarios y aquellas áreas que se considere necesario.



#### Bibliografía:

<https://www.osha.gov/Publications/OSHA3992.pdf>  
[https://www.osalan.uskadi.eus/contenidos/informacion/procedimiento\\_coronavirus/es\\_def/procedimientos-generales\\_.pdf](https://www.osalan.uskadi.eus/contenidos/informacion/procedimiento_coronavirus/es_def/procedimientos-generales_.pdf)  
[https://bideoak2.uskadi.eus/2020/04/11/news\\_61330/Guia\\_arranque\\_de\\_actividad.pdf](https://bideoak2.uskadi.eus/2020/04/11/news_61330/Guia_arranque_de_actividad.pdf)  
<https://osha.europa.eu/es/publications/covid-19-back-workplace-adapting-workplaces-and-protecting-workers/view>



## Estrategía de retorno a las actividades: Una nueva normalidad

### Sana distancia

Aplicar de manera correcta la sana distancia entre los trabajadores, es una de las medidas sociales más importantes para reducir la frecuencia de contacto entre las personas y disminuir el riesgo en la propagación de enfermedades transmisibles como el COVID-19. Por ello se recomienda mantener una distancia entre una persona y otra de al menos 1.5 metros. Para lograr lo anterior, te recomendamos mantener el personal mínimo necesario para operar los procesos sustantivos del centro de trabajo, y con la finalidad de garantizar el distanciamiento social, estas son otras medidas que puedes realizar:

- Permite el teletrabajo a personas que, por sus condiciones de salud, edad, gestación o lactancia, lo ameriten.
- Lleva a cabo reuniones de trabajo por teléfono o videoconferencia.
- Amplia las jornadas de trabajo (sin rebasar las horas de trabajo establecidas por semana en la Ley Federal del Trabajo) con el propósito de que los trabajadores no acudan de manera diaria al centro de trabajo.
- Escalona horarios de trabajo lo máximo posible, si los espacios de trabajo no permiten mantener la distancia de 1.5 metros entre los trabajadores en los turnos ordinarios.
- En caso de contar con servicio de comedor, cafeterías, vestidores o áreas donde exista hacinamiento de personas, implementa horarios escalonados que eviten aglomeración de los trabajadores.
- Limita reuniones, eventos o cualquier actividad que implique contactos sociales.
- Coloca señalizaciones o marcas en el piso indicando los lugares de trabajo, respetando siempre la distancia mínima entre cada puesto de trabajo, de al menos 1.5 metros.



De manera adicional te recomendamos emitir instrucciones y en caso necesario, capacitar a tus trabajadores sobre:



Cumplir con todas las medidas de prevención que se le indiquen.



No saludar de beso, abrazo o mano.



Mantener una distancia con sus compañeros de trabajo de al menos 1.5 metros, en caso de que por algún tema del trabajo tengan que estar a una distancia menor, deberán hacer uso de cubrebocas y de protección facial u ocular.

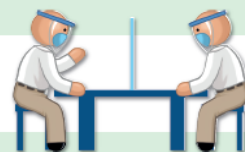


Mantener una distancia con sus compañeros de trabajo de al menos 1.5 metros, en caso de que por algún tema del trabajo tengan que estar a una distancia menor, deberán hacer uso de cubrebocas y de protección facial u ocular.



Cubrirse la nariz y boca con pañuelo desechable al toser o estornudar, el cual deberá depositar en los contenedores de basura; en caso de no contar con pañuelos desechables, que emplee la parte interna del codo para no contaminar sus manos. Sugerir desinfectar sus manos siempre que se tosa o estornude.

Considera que en aquellos lugares donde no se pueda mantener la sana distancia, deberás hacer uso de barreras físicas (preferentemente de material transparente que te permita identificar una ilímite adecuada); si las características del proceso no lo permiten, deberás considerar entonces, el uso de cubrebocas y protección facial u ocular de material antilempañante.



#### Bibliografía:

1. Centros para el control y prevención de enfermedades CDC, Enfermedad del Coronavirus 2019 (COVID-2019) Distanciamiento social. Disponible en: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/social-distancing.html>
2. OSHA 3991 (2020). Tome Medidas para prevenir la exposición de los trabajadores al coronavirus (COVID-19).
3. Ministerio de Sanidad (2020). Buenas prácticas en los centros de trabajo. Medidas para la prevención de contagios del COVID-19. Gobierno de España.
4. Gobierno de México, secretaria de gobernación, Diario oficial de la federación, 21 de Abril de 2020.

**¡Si te cuidas tú  
nos cuidamos todos!**

Consulta las infografías y material de comunicación elaborado por el Gobierno de México, en el siguiente enlace:  
<https://coronavirus.gob.mx/> y <https://climss.jmss.gob.mx/>

## Estrategia de retorno a las actividades: Una nueva normalidad

### Uso del Equipo de Protección Personal

Los patrones pueden implementar prácticas de sana distancia, barreras físicas o el uso de equipo de protección personal (EPP) para proteger a los trabajadores.

Nos referimos a Equipo de Protección Personal al conjunto de elementos y dispositivos, diseñados específicamente para proteger al trabajador contra accidentes y enfermedades que pudieran ser causados por agentes o factores generados con motivo de sus actividades de trabajo y de la atención de emergencias.

Con el fin de evitar el riesgo de contagio de COVID-19, los patrones deberán:

1. Identificar donde y de qué manera los trabajadores podrían verse expuestos al COVID-19 en el trabajo
2. Determinar como primer control el distanciamiento social y las barreras físicas
3. Determinar cuál es el EPP necesario en función de las tareas específicas de los trabajadores y de las condiciones en las que se encuentra, lo cual, podrá apoyarse de la siguiente tabla:



Actividad	Cubrebocas de tela	Cubrebocas específico al riesgo que señala las Normas Oficiales Mexicanas	Protector facial o goggles o lentes de seguridad con protección lateral, superior e inferior de ojos
Trabajadores con atención al público	✓		✓
Trabajadores donde en su estación de trabajo no cumplan con las distancias mínimas de al menos 1.5 m entre trabajadores	✓		✓
Trabajadores expuestos a agentes químicos contaminantes		✓	✓
Trabajadores en general	✓		

Fomente en todo momento el uso de cubrebocas de tela en el trabajo si en su evaluación de riesgos se determina que no necesitan cubrebocas específico al riesgo que señalen las Normas Oficiales Mexicanas, estos se recomiendan como medida para contener las gotitas respiratorias de quien la usa y ayuda a proteger a sus compañeros de trabajo y al público en general, no obstante, no protege al usuario de la exposición al virus que causa la COVID-19.

Por otro lado, la protección ocular o facial que se otorgará al trabajador deberá permitir una amplia visibilidad, preferentemente con protección lateral, superior y de preferencia ser antiempañantes.

Para mayor información:

<https://www.stps.gob.mx/bp/secciones/dgsst/normatividad/normas/Nom-017.pdf>

## FICHAS DE PREVENCIÓN POR ACTIVIDAD LABORAL

Fichas de prevención de COVID-19 en la actividad laboral	Enlace
Aerospacial	<a href="#">Descargar</a>
Carnicería	<a href="#">Descargar</a>
Cine	<a href="#">Descargar</a>
Construcción	<a href="#">Descargar</a>
Estéticas y barberías	<a href="#">Descargar</a>
Granja Avícola	<a href="#">Descargar</a>
Hotelería	<a href="#">Descargar</a>
Industria Automotriz	<a href="#">Descargar</a>
Industria Cervecera	<a href="#">Descargar</a>
Instituciones Bancarias	<a href="#">Descargar</a>
Manufacturera	<a href="#">Descargar</a>
Mensajería, paquetería y reparto a domicilio	<a href="#">Descargar</a>
Minería	<a href="#">Descargar</a>



## Prevención de COVID-19 en la Actividad Laboral Estéticas y Barberías

### ¿Qué es un contacto de trabajo?

Aquella persona que ha compartido el mismo espacio laboral con una persona confirmada o sospechosa de COVID-19, bajo las siguientes condiciones:

- Por un periodo de 10 minutos o más a una distancia menor a 1.5 metros y sin haber usado el equipo de protección personal adecuado (sin cubrebocas, careta o googles)
- Haber tenido exposición directa con las secreciones, gotículas o aerosoles de un trabajador infectado o sospechoso (por ejemplo, si estornudan o tosen frente al contacto sin taparse la nariz y la boca) o contacto directo con superficies contaminadas por el trabajador infectado
- El contacto de trabajo debe haber ocurrido en promedio cinco días anteriores al inicio de los síntomas

### Riesgos específicos de la actividad

- En el trato y la convivencia con los compañeros de trabajo, contacto cercano u objetos y superficies de uso común
- En la atención a los clientes que pueden ser asintomáticos y no tener capacitación para la prevención del COVID-19, contacto cercano, exposición a gotitas al hablar, toser o estornudar
- Al compartir batas, toallas, peñinadores, gorras que no hubieran llevado la adecuada limpieza y desinfección

### Recomendaciones generales

- Mantén una distancia de por los menos 1.5 metros de los demás
- Lava tus manos con agua y jabón o usa gel con base de alcohol al 70% al comienzo del turno, antes de comer o beber, después de tocar artículos como dinero, cajas, portapapeles, bolígrafos y papeles, después de usar el baño y al final del turno
- Al estornudar o toser, cúbrete la nariz y boca con el ángulo interno del brazo, aun si estas utilizando cubrebocas
- No te toques la cara, en especial ojos y boca
- No compartas objetos de uso común o personal: teléfonos, audífonos, plumas o equipo de protección personal (EPP) y límpialos con agua y jabón o desinfectálos con alcohol
- Tómate la temperatura diariamente, si es de 37.5°C o más, repórtala a tu jefe o al personal de salud de tu empresa y llena el permiso COVID-19
- Usa siempre el EPP que te proporciona tu patrón
- Si usas uniforme, al término de la jornada, retira la ropa y llévala a casa en una bolsa
- Si viajas en transporte público, desinfecta las manos antes de abordar, usa cubrebocas, evita tocar tu cara, procura mantener una distancia de por lo menos 1.5 metros con el resto de las personas y al salir realiza nuevamente higiene de manos



El propósito de estas recomendaciones es que ningún trabajador reúna las condiciones para ser un contacto en el trabajo.

## Preparación

### Prepare la lista de lo que es absolutamente necesario

- **Soluciones desinfectantes** o cloro comercial (100 ml diluido en 900 ml de agua) para destruir o inactivar el virus, gel con base de alcohol al 70%, toallas tipo sanitas, agua y jabón. Los desinfectantes deben estar en contacto con las superficies durante un minuto
- **Equipo de Protección Personal (EPP)**
  - Que sea acorde a las actividades que realice el trabajador
  - **Todo el personal debe usar cubrebocas**
  - Uso de protección ocular para el personal que tenga contacto con clientes
  - Guantes de uso doméstico para la limpieza
  - Que el uniforme o ropa que se use en el trabajo se cambie diariamente
  - Solicita a tus proveedores o clientes el uso de cubrebocas

### Organice la jornada de trabajo (eficiente)

- **Asegura** que los trabajadores estén informados en torno al virus y cómo minimizar su propagación
- **Establece** una política clara sobre lo que se espera de los trabajadores en caso de que se enfermen, desarrollen síntomas o se reporten como contactos de pacientes COVID-19
- **Capacita** continuamente a todo el personal sobre las medidas de prevención para el COVID-19
- **Proporcióna** gel de alcohol a clientes a la entrada, averigua si tienen síntomas respiratorios, toma su temperatura; en caso de tener 37.5 grados o más, sugiere regresen a su casa y busquen consejo médico a los teléfonos de información sobre COVID-19
- **Organiza** la cita por vía telefónica o electrónica para evitar espera y aglomeraciones
- **Considera** un tiempo de margen para efectuar limpieza entre cliente y cliente
- **Disminuye** el número de citas para limitar la cantidad de personas en el área de trabajo
- **Limita** la zona de exposición de productos a la venta, haciéndola solo accesible al personal del salón
- **De** ser posible, proporciona batas desechables para cada cliente y destíne un contenedor específico para tal fin
- **Lavado** o desinfección de manos antes y después de recibir la mercancía
- **Separa** los lugares de los trabajadores tanto como sea posible colocando una barrera física y marcas en el piso
- **Propicia** que cada trabajador tenga de sus propios utensilios (peines, capillos, pasadores, pinzas, tijeras, secadora, tenaza, plancha para cabello, shampoo, spray, gel, cera, crema para peinar, etc), si debe compartirlas se deben lavar y desinfectar antes de entregarlos
- **Organiza** sentidos de circulación de personal y clientes para evitar el contacto
- **De** ser posible deje las puertas abiertas para limitar el contacto de manos con pomos o manijas

- **Disponibilidad** de consumibles para higiene de manos de trabajadores y clientes en vestíbulos, baños, comedores, cocinas, salas de descanso, vestidores, área de recepción, área de limpieza
- **Señalización** para trabajadores y clientes
  - Marcas en el piso con la separación que debe tener cada trabajador
  - Instrucciones para lavarse las manos antes y después de usar equipos que son de uso común
  - En el piso frente a las cajas de pago con el espacio que se debe guardar
  - De lavado de manos en el baño y en el área de lavado de cabello
  - Instrucciones para abrir las puertas evitando tocar manijas y superficies

## Durante la actividad laboral

### En el salón

- Limpia los empaques y productos cuando lleguen, antes de guardarlos en donde correspondan
- Limpia dos o más veces al día las superficies de uso común: encimeras, mesas, espejos, sillas o sillones, reposa pies, carritos de trabajo, baños, lavamanos, puertas, manijas, pasamanos, sitios de residuos
- Cada empleado tiene su área de trabajo aislada tanto como sea posible, incluso con barrera física
- Coloca botes de basura con pedal
- Procura no realizar barrido en seco
- Fomenta el levantamiento del cabello con cepillo y recogedor pequeños
- Todo el personal tiene las uñas cortas, sin pintar, sin reloj y sin alhajas en las manos. Así como lavar o desinfectar sus manos antes y después de cada servicio





# GRACIAS



Consejo Integrador de la Construcción,  
la Industria y el Desarrollo, INCIDE A.C.

**ING. JESÚS GUILLERMO MORENO RÍOS**

Presidente

<https://wa.me/5216622570688>

<http://consejoincide.com/>