



Instituto de Ciencias
del Mar y Limnología



Protocolo para el regreso a las actividades en el ICML - Estación El Carmen

COVID-19

agosto, 2022



Directorio

INSTITUTO DE CIENCIAS DEL MAR Y LIMNOLOGÍA

**ESTACIÓN EL CARMEN,
CD. DEL CARMEN, CAMPECHE**

Dr. Carlos Jorge Robinson Mendoza

Director

55 56 22 58 08

55 56 22 57 71

direccion@cmarl.unam.mx

Dr. Mario Alejandro Gómez Ponce

Jefe de la Estación

938 3831 846

Ext. 104

jeffecc@cmarl.unam.mx

L.C. Tabata Esbeyde Hernández Galindez

Secretaria Administrativa

55 56 22 57 74

55 56 22 57 75

icmlad@cmarl.unam.mx

CP. Flavio Rosado Dorantes

Delegado Administrativo

938 3831 846

Ext. 103

admcarmen@cmarl.unam.mx

Tabla de contenido

1. Introducción	04
2. Lineamientos generales	05
3. Consideraciones generales para el personal que acudirá a las instalaciones	06
4. Protocolo de ingreso y salida de las instalaciones	07
5. Protocolo de permanencia en las instalaciones	07
6. Protocolo de permanencia en laboratorios	09
7. Protocolo para trabajo de campo	11
8. Aseo de espacios	12
9. Protocolo ante casos sospechosos de contagio	13
10. Cursos de capacitación	14
11. Avisos a la comunidad	15
12. Referencias	15
13. Anexo 1. Fotografías de la oficina administrativa, auditorio y laboratorios 1,2,3 y 4 al 30% de aforo	16
14. Anexo 2. Bitácora de seguimiento al personal con sospecha de haber contraído la COVID-19	22

1. Introducción

Los siguientes lineamientos tienen como objetivo establecer las medidas específicas de protección de la salud de la comunidad universitaria, que deberán ser implementadas en la Estación El Carmen para la reanudación de las actividades laborales, sociales, educativas, deportivas y culturales, procurando en todo momento la protección de la salud de todo el personal de estas instalaciones.

Previo al retorno presencial en su totalidad, los directores de las entidades académicas y dependencias administrativas verificarán todas las medidas de prevención y seguridad anunciadas y consensuadas con las comisiones locales de seguridad y de conformidad con el documento Lineamientos Generales para las actividades universitarias en el marco de la pandemia de COVID-19, aprobado el 12 de noviembre de 2021.

Invitamos a la comunidad del ICML a participar en este ejercicio con el fin de proteger la salud de todos y todas.

El presente documento fue revisado y aprobado por la Comisión Local de Seguridad en la reunión del 03 de agosto del 2022, y actualizado de conformidad con los nuevos lineamientos.

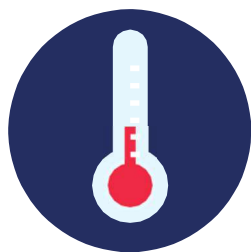
Versión aprobada por el Comité de Seguimiento el día 19 de agosto de 2022.



2. Lineamientos generales

Es recomendable quedarse en casa si...

A) Presentas síntomas asociados con enfermedades respiratorias o COVID-19:



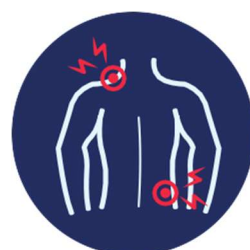
Fiebre
(mayor de 37.8 °C)



Pérdida del olfato
y gusto



Tos



Malestar y/o dolor
de cuerpo



Dolor de cabeza



Dolor de garganta



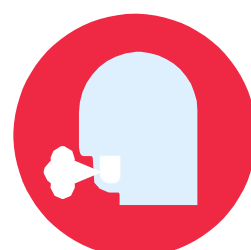
Congestión nasal



Diarrea



Fatiga



Falta de aire
(gravedad)

B) Es necesario conocer la Guía para personas con sospecha de infección COVID-19 de fecha 03 de agosto de 2022.

C) En la medida de lo posible, cumplir con el esquema completo de vacunación.

3. Consideraciones generales para el personal que acuda a las instalaciones

Académicos, administrativos y estudiantes (becarios, servicio social, tesisistas, posdoctorado) deberán atender las siguientes recomendaciones:

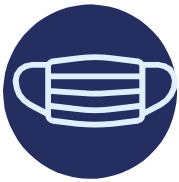
- No están permitidos los visitantes, salvo en los casos en que se traten de colaboradores y manteniendo las medidas indicadas.
- En caso de recibir documentación o paquetería, esta se recibirá en la entrada del instituto.
- Las actividades presenciales se desarrollarán conforme a la Guía para determinar la ventilación en espacios cerrados durante la pandemia por COVID-19.
- La Jefatura (con copia a la Secretaría Administrativa) es la encargada de atender y autorizar la asistencia a la Estación del personal académico y estudiantes mediante una solicitud de autorización con el visto bueno (Vo.Bo), la cual será enviada por correo electrónico.
- En el caso específico de los laboratorios, consulta el apartado 6: Protocolo de permanencia en los laboratorios

4. Protocolo de ingreso y salida de las instalaciones

Si vas a ingresar a la Estación deberás:

- Ingresar ya sea a pie o en auto con el cubrebocas colocado de manera correcta.
- Si no portas cubrebocas, o lo portas de manera incorrecta no podrás entrar a las instalaciones.
- Aplica gel antibacterial (60%) en tus manos.
- No debes presentar síntomas asociados con enfermedades respiratorias o COVID-19, o formar parte de los grupos de riesgo.

5. Protocolo de permanencia en las instalaciones



Usa el cubrebocas de forma correcta (cubriendo boca, nariz y barbilla), en todo momento.



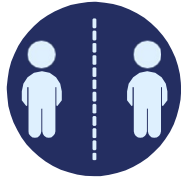
Procura un lavado constante de manos y/o uso de gel antibacterial (60%).

- Tira los pañuelos desechables en los contenedores asignados.
- Se han instalado despachadores de gel en los pasillos principales de la sede, y de manera regular se llenarán los despachadores de jabón de todos los baños.



Evita el contacto físico (saludo de mano, abrazos, besos).

- Se limitará la capacidad del aforo de las oficinas administrativas).



Mantén una sana distancia de al menos 1.8 m.

Basado en la *Guía para determinar la ventilación en espacios cerrados durante la pandemia por COVID-19*:



- Se proveerá de ventiladores de torre a aquellas áreas que lo requieran
- En la medida de lo posible, mantén siempre abiertas puertas y ventanas.



Adopta el estornudo/tos de etiqueta (ángulo interno del brazo).



Evita tocarte la cara (ojos, nariz, boca).



No compartas materiales, instrumentos y/o cualquier objeto de uso personal.



Para ingerir alimentos, es preferible que acudas a espacios al aire libre o en todo caso al comedor, respetando la sana distancia (se indicará en el comedor la afluencia máxima).



Utiliza la ropa de trabajo de acuerdo a la categoría y funciones, así como de conformidad a lo aprobado por la Comisión Mixta Permanente de Seguridad y Salud en el Trabajo. Porta tú credencial de identificación (UNAM o INE).

6. Protocolo de permanencia en laboratorios

Toda persona que haga uso de los laboratorios, deberá atender las siguientes recomendaciones:

- Dependiendo de los m² de cada laboratorio, se debe cumplir con la distribución adecuada para que el personal que labore dentro lo haga conservando la sana distancia.



7. Protocolo para trabajo de campo

- Considerando que las actividades del ICML en mares, zonas costeras y cuerpos de agua dulce requieren de un monitoreo continuo y calendarizado, y con base en el cuarto y quinto punto del Acuerdo del 11 de junio del 2020, el Consejo Interno de este Instituto evaluará las solicitudes y determinará las medidas necesarias para disminuir el riesgo de contagios entre los miembros del personal.
- En caso de requerir transportación vía terrestre para llegar al sitio de trabajo, las ventanas deberán estar abiertas asegurando una ventilación continua en todo momento. Asimismo, durante el traslado y por los días que dure la salida al campo, el personal participante implementará las medidas necesarias para evitar contagios, como es la distancia mínima requerida, uso de cubrebocas, lavado continuo de manos y el uso de gel antibacterial (60%).
- Los miembros del Personal Académico podrán realizar trabajos de campo que requieran el uso de embarcaciones pertenecientes o no al Instituto cuando la Capitanía de Puerto correspondiente lo autorice.
- En caso de que las actividades de buceo sean indispensables, no se deberá compartir el equipo. Asimismo, antes y después de la actividad sub-acuática se deberán de llevar a cabo las medidas básicas sanitarias como la distancia mínima requerida, uso de cubrebocas, lavado continuo de manos y el uso de gel antibacterial (60%).
- Se recomienda que todo el personal y alumnado que participe en salidas de campo tenga su esquema completo de vacunación.

8. Aseo de espacios

- Se proveerá de material de limpieza y de equipo de protección personal a los auxiliares de intendencia para que puedan realizar de manera adecuada sus funciones.
- En la medida de lo posible se les recomendará a los usuarios la limpieza constante de sus áreas de trabajo y materiales de uso continuo (escritorio, teclado, teléfono, etc.).
- Los sanitarios también serán limpiados de manera continua.
- Todas las mañanas el jefe de servicios revisará que se disponga de los insumos necesarios, como: agua potable, jabón, gel antibacterial (60%) y toallas de papel desechables.
- Se dispondrá de bolsas de plástico destinadas exclusivamente para desechos, como: cubrebocas, guantes o el papel que haya sido utilizado para cubrir boca o nariz.
- Se recomienda no mezclar productos químicos para la limpieza de las áreas, ya que pueden generarse sustancias tóxicas perjudiciales para la salud.

9. Protocolo ante casos sospechosos de contagio

Si tú, un familiar o un conocido con el que haya tenido contacto, tiene sospecha de haber contraído la COVID-19, no te alarmes y sigue las siguientes recomendaciones:

Contacta al Delegado Administrativo de la Estación, para que puedan brindarte información sobre atención a la comunidad de acuerdo con la Guía para personas con sospecha de infección COVID-19 de fecha 03 de agosto de 2022 (consulta el Anexo 2: Bitácora de seguimiento al personal con sospecha de la COVID-19).

- El Gobierno Estatal y Municipal también ha puesto a disposición de la ciudadanía diversas herramientas para poder valorar si una persona ha contraído la COVID-19.



Puedes enviar un mensaje de texto (SMS) con la palabra Covid19 al 51515 y contestar las preguntas.



Puedes ingresar en la página web: test.covid19.cdmx.gob.mx, y contestar un cuestionario.



Puedes llamar a los diferentes servicios médicos municipales gratuitos:

- AYUNTATEL: 01.800.122.22.22
 - HOSPITAL GENERAL: 938.38.2.78.50
938.38.2.78.51
 - IMSS: 938.38.2.00.65
938.38.2.03.66
 - ISSSTE: 938.38.2.48.59
 - HOSPITAL NAVAL: 938.38.2.29.41
938.38.2.57.07
- En caso de confirmarse el diagnóstico (propio, el de un familiar o conocido con el que hayas tenido contacto), por favor notifícalo al Delegado Administrativo de la Estación para poder tomar las medidas pertinentes, siguiendo el principio de "no discriminación" de acuerdo con la Guía para personas con sospecha de infección COVID-19 (prueba positiva).
 - Sigue las recomendaciones del personal de salud, y por favor, no te automediques.

10. Cursos de capacitación

Los cursos de capacitación están dirigidos a toda la comunidad (académicos, administrativos y estudiantes), y son gratuitos. Deberán tomarse vía remota, respetando los lineamientos generales establecidos por la UNAM y de acuerdo con lo que notifique la administración central.

- Prevención y control de infecciones (PCI) causadas por el nuevo coronavirus (COVID-19)

<https://openwho.org/courses/COVID-19-PCI-ES>



- Nuevos virus respiratorios, incluido el COVID-19: métodos de detección, prevención, respuesta y control.

<https://openwho.org/courses/introduccion-al-ncov>



- Todos contra la epidemia COVID-19

<http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/202003/122>



- Recomendaciones para un retorno seguro al trabajo ante COVID-19

<https://climss.imss.gob.mx/>



- Plan de acción para el hogar ante COVID-19

<https://climss.imss.gob.mx/>



11. Avisos a la comunidad

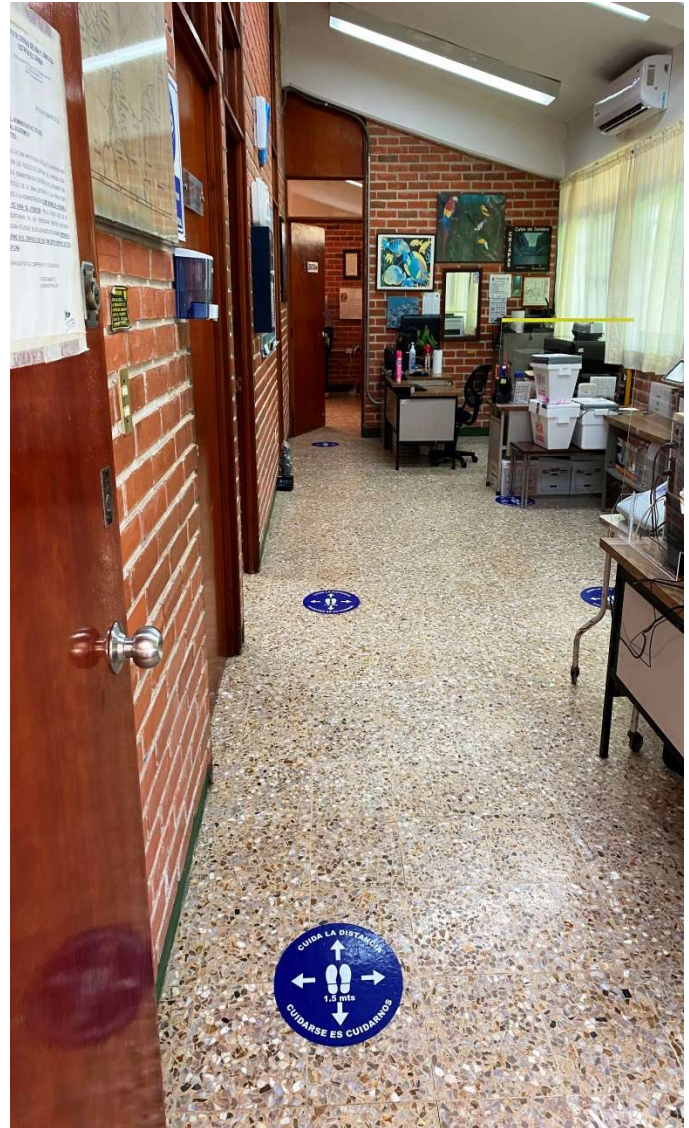
- La Secretaría Administrativa, Lic. Tabata Esbeyde Hernández Galindez, ha sido nombrada como la Responsable Sanitario, con el apoyo correspondiente, de las actividades señaladas en este protocolo de acción, ha designado como ayudante en la Sede Estación El Carmen al Delegado Administrativo, al C.P. Flavio Cristóbal Rosado Dorantes.
- La Oficina de Comunicación y Difusión mantendrá informada a la comunidad sobre el desarrollo del semáforo de riesgo epidemiológico, así como de la evolución de la pandemia.

12. Referencias

- Apoyo de la UNESCO: respuesta del ámbito educativo a la COVID-19.
<https://es.unesco.org/covid19/educationresponse/support>
- Lineamientos generales para las actividades universitarias en el marco de la pandemia de COVID-19.
<https://www.cseguimientocovid19.unam.mx/Docs/211116-Lineamientos-generales-para-las-actividades-universitarias-en-el-marco-de-la-pandemia-de-covid-19-161121.pdf>
- Comisión Universitaria para la Atención de la Emergencia Coronavirus
<https://covid19comisionunam.unamglobal.com/>
- OMS: Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19).
https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses?gclid=Cj0KCQjw7Nj5BRCZARIsABwxDKIWDJtIm6-JwiivNs7aCKcV6rsJaxlgvfPd5rfvt1Xweq32eLwNT2laArFIEALw_wc
- Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19): orientaciones para el público.
<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>
- Gobierno Federal. Sitio oficial COVID.19
<https://coronavirus.gob.mx/>
- Instituto Mexicano del Seguro Social
<http://climss.imss.gob.mx>

13. Anexo 1. Fotografías de la oficina administrativa, auditorio y laboratorios 1, 2, 3 y 4

Oficina Administrativa



Auditorio

Aforo al 30%



Laboratorio 1

Aforo al 30%



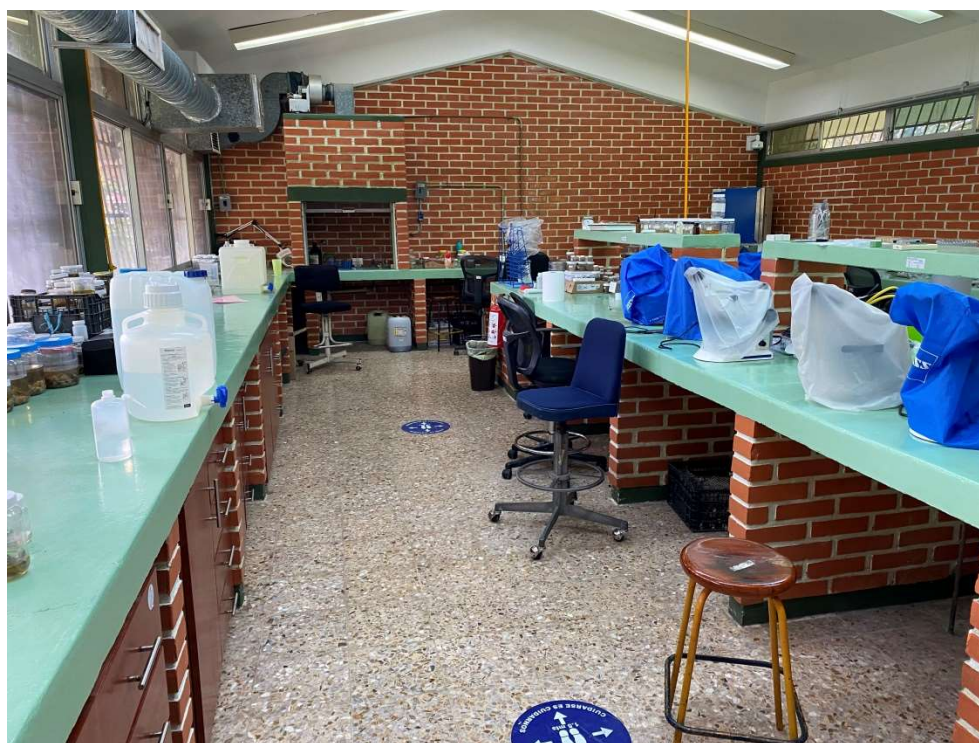
Laboratorio 2

Aforo al 30%



Laboratorio 3

Aforo al 30%



Laboratorio 4

Aforo al 30%



14. Anexo 2. Bitácora de seguimiento al personal con sospecha de haber contraído la Covid 19

BITÁCORA DE SEGUIMIENTO INSTITUTO DE CIENCIAS DEL MAR Y LIMNOLOGÍA

Correo electrónico de contacto		
Nombre		
Quién tiene los síntomas	Usted ☐	
	un Familiar ☐	
En caso de un familiar, Vive con el o con ellos?	si ☐	
	no ☐	
Las siguientes preguntas se refieren a las personas que esta presentando los síntomas		
SINTOMAS	Edad	
	Fiebre	☐
	Escurrimiento nasal	☐
	Dolor de cabeza	☐
	Dificultad para respirar	☐
	Estornudos	☐
	Tos seca	☐
	Nauseas	☐
	Vomito	☐
	diarrea	☐
	Malestar General	☐
	Presenta perdida de gusto y/o olfato	☐
	OTROS	
Fecha de Inicio	DD / MM / AAAA	
Fue al Médico	si ☐	
	no ☐	
Prueba COVID-19	si ☐	
	no ☐	
Resultado, en caso de realizar la prueba COVID19	Positivo ☐	
	Negativo ☐	
Algún mal Crónico	si ☐	
	no ☐	
¿Viajó Internacionalmente en los últimos 20 días o algún familiar cercano?	si ☐	
	no ☐	
¿A dónde viajó?		
¿Viajo a algún estado del país, los últimos 20 días o algún familiar cercano?	si ☐	
	no ☐	
¿A dónde viajó?		
¿Utiliza frecuentemente el transporte público?	si ☐	
	no ☐	
Favor de indicar cuál:		
En caso de no poder contactarlo a usted, indiquenos datos de un familiar o amigo con quien podamos comunicarnos.		
Número de Teléfono		