

08 de marzo de 2023



**PROTOCOLO DE ACCIÓN UPT  
CONTRA COVID E INFECCIONES  
RESPIRATORIAS AGUDAS  
SUPERIORES (IRA'S)**

SERVICIOS COMPENSATORIOS

**Elaboró:**

**Estephania Yeflanetzi Vargas Vera**  
Médico Institucional

**Verifico:**

**Noe Jesús Ángeles Pérez**  
Encargado de la Dirección de  
Servicios Educativos

**Autorizó:**

**Felipe Olimpo Duran Rocha**  
Rector

# Contenido

INTRODUCCIÓN .....	3
INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE COVID-19 .....	3
LA IMPORTANCIA DE LA VACUNACIÓN CONTRA COVID-19 Y OTRAS.....	4
INTERVENCIONES Y ACCIONES DE SALUD E HIGIENE PARA EVITAR CONTAGIOS COVID E IRA'S EN LA INSTITUCIÓN. ....	4
PRIMERA INTERVENCIÓN .....	4
1. Comités Participativos de Salud Escolar.....	4
1.2 Jornadas de Limpieza .....	5
1.3 Filtros de corresponsabilidad.....	6
2. Manos limpias. ....	9
3. Vacunación de toda la comunidad Universitaria. ....	9
4. Cubreboca obligatorio.....	10
5. Detección temprana de casos y acciones escolares para reducir la propagación de la enfermedad.....	11
6. Apoyo socioemocional para docentes y alumnos.....	11
BIBLIOGRAFÍA.....	14
Anexos.....	15
ANEXO 1.....	15
ANEXO 2 .....	16
ANEXO 3 .....	18
ANEXO 4 .....	20
ANEXO 5 .....	22

## **INTRODUCCIÓN**

Esta guía tiene como principal objetivo lograr un regreso responsable y ordenado a las escuelas, de modo que comprende una serie de sugerencias y recomendaciones para mitigar el riesgo de contagio dentro de la institución. Se recomienda seguir y llevar a cabo de manera seriada y ordenada cada uno de los protocolos y procedimientos mencionados a continuación ya que de este modo se logre tener un espacio seguro para la comunidad estudiantil y docente

Con fecha 26 de mayo de 2020 fue publicado en el Diario Oficial de la Federación el Acuerdo SIPINNA/EXT/01/2020, por el que se aprueban acciones indispensables para la atención y protección de niñas, niños y adolescentes durante la emergencia sanitaria por causa de fuerza mayor por la epidemia de enfermedad generada por el virus SARS-CoV-2 (COVID19), en el que se propone continuar acciones y estrategias que favorezcan el desarrollo integral de nuestro alumnado para lo cual se realizará el máximo de los esfuerzos.

## **INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE COVID-19**

Los coronavirus son una familia de virus que causan enfermedades (desde el resfriado común y otras enfermedades respiratorias agudas superiores hasta enfermedades respiratorias más graves) y circulan entre humanos y animales. En este caso, se trata del denominado SARS-CoV-2 que apareció en China en diciembre de 2019, el cual provoca una enfermedad llamada COVID-19, la cual fue declarada pandemia por la Organización Mundial de la Salud el 30 de enero de 2020, lo que significa que la epidemia se ha extendido por varios países, continentes o todo el mundo, y que afecta a un gran número de personas.

Una persona puede sospechar de tener COVID-19 cuando presenta signos (lo que se ve) o síntomas (lo que se siente) como fiebre, dolor de cabeza, tos o estornudos, además podría presentar dolor de garganta, escurrimiento nasal, ojos rojos, dolor de articulaciones o músculos y, en casos más graves, dificultad para respirar.

El virus SARS-CoV-2 puede entrar al organismo de una persona sana a través de la boca, nariz y ojos, cuando:

- Una persona infectada expulsa gotas de saliva al estornudar o toser sin cubrirse la boca y la nariz e incluso al hablar o cantar, asimismo expulsa aerosoles contaminados con virus con el simple hecho de respirar;
- Al saludar de mano o de beso a una persona enferma;
- Al tener contacto con una superficie contaminada con el virus y llevarse las manos sucias a la boca, nariz u ojos;
- Al convivir en condiciones de hacinamiento.

Hasta este momento no existe un medicamento que cure la enfermedad COVID-19 o alguna medida que por sí sola detenga o limite la capacidad de transmisión del virus. Sin embargo, ya se cuenta con vacunas para prevenir la infección por el virus SARS-CoV-2, las cuales se encuentran en proceso de aplicación. Alcanzar la cobertura esperada llevará un poco más de tiempo, por lo que es necesaria la aplicación de un conjunto de medidas generales para lograr el propósito de prevenir la enfermedad por COVID-19.

Existen medidas higiénicas que son necesarias desarrollar desde el hogar; pero, igual de importantes, son las medidas que se apliquen en la escuela y las acciones a emprender por la comunidad; para realizar las labores en espacios saludables y seguros que permitirán evitar la infección por el virus, debemos asumir que el coronavirus SARS-CoV-2 circulará como parte del curso natural de las enfermedades que nos aquejan como personas.

## **LA IMPORTANCIA DE LA VACUNACIÓN CONTRA COVID-19 Y OTRAS IRA'S.**

El avance de la política nacional de vacunación contra el virus SARS-CoV-2 ha modificado el perfil demográfico y epidémico de la pandemia. Las vacunas contra la COVID-19 disminuyen radicalmente el riesgo de consecuencias máximas para las personas, es decir, la necesidad de hospitalización o el fallecimiento.

Por ello, es prioridad que todo el personal que integra nuestra comunidad universitaria tenga al menos su esquema básico de vacunación y sus debidos refuerzos conforme a COVID e Influenza, dando prioridad a nuestro personal de riesgo (inmunodeprimidos, personas con patologías de base y grupos poblacionales de riesgo menores de 5 años y mayores de 60 años).

## **INTERVENCIONES Y ACCIONES DE SALUD E HIGIENE PARA EVITAR CONTAGIOS COVID E IRA'S EN LA INSTITUCIÓN.**

Las nuevas condiciones nos obligan a reorganizar la operación en la escuela, con diversas medidas para mantener la sana distancia, fomentar las prácticas de higiene y limpieza, así como la promoción de la salud y la prevención de enfermedades dentro de la comunidad escolar. Para lograr esto, es vital involucrar al alumnado en estos procesos, que formen parte de la toma de decisiones y el análisis de posibles soluciones para atender las necesidades que demanda esta nueva organización escolar.

La participación del alumnado en la aplicación de las medidas de prevención es una gran oportunidad para la formación de una personalidad responsable y solidaria.

## **PRIMERA INTERVENCIÓN**

### **1. Comités Participativos de Salud Escolar**

Los Comités Participativos de Salud Escolar se crearon en marzo de 2020, en el marco del Consejo de Participación Escolar bajo la denominación de Comisión de Salud.

Estos se integran con representación de los alumnos, así como personal docente; el número de integrantes puede variar de acuerdo con sus necesidades (Comité de Salud UPT).

## 1.1 Relación Escuela - Centros de Salud Local

Las autoridades educativas locales propiciarán la coordinación institucional con las autoridades de salud local, municipal, jurisdiccional o estatal, más cercanas a las escuelas, e involucrarán la participación de personal de supervisión y dirección de las escuelas. Es importante la relación con el centro de salud local, ya que ahí deberán ser enviadas aquellas personas que sean detectadas con signos y síntomas en la aplicación de los filtros de corresponsabilidad. Además, ahí recibirán apoyo en materia promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

## 1.2 Jornadas de Limpieza

La transmisión del virus SARS-CoV-2 y otros patógenos puede ocurrir cuando las gotas de saliva que salen al toser, estornudar o hablar de una persona enferma, permanecen en objetos o superficies que son tocadas por otras personas y llevadas a la boca, nariz u ojos. Por ello, la limpieza de las superficies es una de las estrategias de prevención y control de la transmisión del virus.

El personal directivo escolar con el apoyo del Comité Participativo de Salud Escolar, el personal de apoyo y asistencia a la educación, docentes, así como alumnado en caso de ser necesario realizará las acciones de limpieza respectivas:

- a) **Las jornadas periódicas de limpieza y general de la escuela.**  
Además de la jornada de limpieza, se recomienda realizar jornadas periódicas, con la frecuencia que cada escuela de educación básica determine (se recomienda hacerlas cada mes o cada dos meses).
- b) **La limpieza diaria en la escuela.**  
Se recomienda lavar las superficies, tales como: pisos, sanitarios, lavabos, bebederos, así como realizar la limpieza de pasamanos, manijas, barandales, mobiliario en general, equipos de cómputo, impresoras, teléfonos y material didáctico con el que estén en contacto la comunidad universitaria de forma constante durante la jornada escolar. Cuando no hay casos sospechosos o confirmados de personas con COVID- 19, la limpieza diaria mantiene el entorno escolar saludable.
- c) **La limpieza diaria en el salón de clases.** Se recomienda la limpieza de las superficies y objetos que se tocan constantemente como pupitres, manijas de las puertas, teclados de computadora, material didáctico, de educación física y de educación especial.

**Es de vital importancia mantener ventilados los salones, abriendo puertas y ventanas y permitiendo la entrada de la luz del sol.**

En caso de utilizar soluciones cloradas, estas deben prepararse en el momento en que se usarán y **no combinarse con otros productos de limpieza**. Los productos químicos, como el cloro, **deben etiquetarse y resguardarse fuera del alcance de los escolares**, en un lugar fresco. Antes de usarse, se debe comprobar que sirven y deberán ser usados sólo por adultos.

### 1.3 Filtros de corresponsabilidad

Los filtros de corresponsabilidad son una medida para el oportuno reconocimiento de los síntomas de enfermedades respiratorias en los miembros de la comunidad escolar.

Si una persona presenta síntomas de enfermedad respiratoria se recomienda no asistir a la escuela; en su lugar, debe acudir a la unidad médica que le corresponda (IMSS y/o ISSSTE). Se requieren tres filtros de corresponsabilidad: casa, entrada de la escuela y salón de clases.

#### 1.3.1 Filtro de casa

- 1) Su finalidad es que madres, padres de familia, tutores o responsables del cuidado de los estudiantes, **identifiquen, antes de salir con rumbo a la escuela**, la presencia de fiebre, dolor de cabeza, tos o estornudos, o algún síntoma de enfermedad respiratoria (dolor de garganta, secreción nasal abundante).

*Si algún estudiante, o cualquier otro habitante del hogar de éste, presenta cualquier síntoma o signo de enfermedad respiratoria deberán acudir a la unidad médica que le corresponda (IMSS y/o ISSSTE) o con algún personal médico.*

**El filtro de casa también aplica para el personal docente, directivo o de apoyo y asistencia a la educación.**

- 2) **En caso de que un integrante de la familia (con el que conviva cotidianamente) se le haya confirmado un diagnóstico positivo de COVID-19, se debe informar a la escuela/consultorio médico para su seguimiento; y permanecer en aislamiento domiciliario durante 5 días naturales, aunque no presente signos o síntomas, atentos a la aparición de éstos. Este supuesto aplica también para personal directivo, docente y de apoyo y asistencia a la educación.**
- 3) En caso de **identificar fiebre o algún síntoma de enfermedad tipo COVID en algún estudiante** durante el filtro en casa, se deberá **acudir al servicio médico de la unidad de salud que le corresponda** para recibir el diagnóstico y la atención necesaria. En caso de que sea positivo a COVID-19 ya sea porque se realizó una prueba o porque personal especialista así lo haya diagnosticado, podrá regresar a las actividades escolares una vez que hayan transcurrido 5 días naturales a partir del inicio de los signos o síntomas de enfermedad. En caso de haber sido otro tipo de infección, podrá regresar a la escuela con la autorización médica correspondiente y sin síntomas de la enfermedad.
- 4) **El documento de diagnóstico médico deberá notificarse a la escuela.** El propósito es contar con un documento que confirme el diagnóstico clínico y que la escuela tenga bases sólidas para actuar.



#### 1.3.2 Filtro en la entrada de la escuela (Filtro Escolar).

Parte fundamental de las medidas de prevención de la enfermedad es identificar a personas sospechosas de tener la infección por el virus SARS-CoV-2.

Por ello, la implementación de filtros escolares en las entradas del plantel tiene el fin de

prevenir contagios entre la comunidad educativa y va acompañado de una serie de medidas de higiene.

El filtro escolar **se aplica a toda persona que ingrese a la escuela** a fin de mantener un entorno que promueva la salud.

Para implementar adecuadamente el filtro escolar, se deberá:

- Involucrar a los integrantes del Comité Participativo de Salud Escolar (personal docente, directivo, de apoyo y asistencia a la educación).
- Capacitar a los miembros del Comité Participativo de Salud Escolar, principalmente aquellos que participan en la implementación del filtro, conforme a los acuerdos que se establezcan. Dicha capacitación podrá coordinarse con el personal educativo o el personal de salud.
- Organizar los espacios y materiales necesarios para la instalación del filtro.
- Instalar el filtro en cada uno de los accesos de la escuela.
- Tomar previsiones para lograr una comunicación adecuada de las medidas a personas con necesidades educativas especiales.

#### **Procedimiento para aplicar el filtro en la entrada de la escuela:**

- a) Organizar el acceso a la escuela para que sea ágil y sin aglomeraciones, guardando siempre la sana distancia.
- b) Realizar un triage con las siguientes preguntas a toda persona que ingrese a la escuela.
  - ¿Tienes fiebre/temperatura?
  - ¿Tienes tos?
  - ¿Te duele la cabeza?
- c) Cuando sea posible medir la temperatura de las personas se recomienda el uso de termómetros sin mercurio y que no requieran del contacto físico, como son los termómetros infrarrojos. Además, se deberá establecer el mecanismo idóneo para tomar la temperatura a todas las personas que ingresen a la escuela, que sea lo más ágil y certero posible la cual deberá estar entre 36.5 y 37.4°C y ésta toma se deberá hacer aun cuando la respuesta a la pregunta realizada sea negativa a fiebre. En caso de escuelas donde no sea posible la adquisición de este tipo de termómetros, la respuesta negativa a la pregunta sobre fiebre le dará la entrada.
- d) Revisar que todas las personas que ingresen a la escuela porten el cubreboca y lo hagan de manera correcta.
- e) **Monitorear que todo el alumnado y personas que asistan a la escuela, se laven las manos con agua y jabón (Anexo 2 Técnica de lavado de manos), o se le aplique solución a base de alcohol gel al 70%, al ingresar al inmueble.**
- f) Si el personal que aplica el filtro escolar no fuera profesional de la salud, y detecta a alguna persona con fiebre o síntomas de enfermedad respiratoria, éste deberá registrar sus datos (Nombre, matrícula, carrera, cuatrimestre y grupo) y remitirla al servicio médico de la institución pública que le corresponda (U.M.F 34 IMSS Tulancingo ó C.M.F.1 ISSSTE Tulancingo) para su valoración, o a médico particular sólo en caso de alumnado.



- g) El alumnado deberá presentar la receta en el consultorio médico de la UPT y/o a la coordinación correspondiente otorgada en la institución pública y/o privada con el diagnóstico obtenido para poder realizar el justificante necesario.  
En caso de ser trabajador, deberá presentar la receta o incapacidad en caso de haber sido expedida alguna sólo por la instancia pública ISSSTE, para poder justificar su ausencia de la instalación.

#### **Requerimientos para instalar el filtro en la entrada de la escuela:**

El módulo del filtro escolar deberá contar con:

- a. Guía de preguntas para el filtro escolar (no es necesario llenar por cada alumna y alumno).
- b. Termómetro (sin mercurio), puede ser digital o infrarrojo. Sólo cuando se cuente con ello o se tenga la posibilidad de adquirirlo.
- c. Agua, jabón o bien soluciones a base de alcohol gel al 70%.
- d. El personal designado para la aplicación del filtro deberá utilizar cubreboca y colocárselo correctamente, siguiendo las instrucciones de uso (Ver Anexo 3 Uso adecuado del cubreboca).
- e. Para evitar las aglomeraciones en los filtros escolares, las personas deberán hacer una fila y guardar una sana distancia de por lo menos 1.5 metros entre una persona y otra.

#### **1.3.3 Filtro en el salón de clases.**

El personal docente será responsable de la aplicación de este filtro. Conocer e ir monitoreando a las y los alumnos que están bajo su atención no sólo permitirá protegerlos a ellos, sino que estará protegiendo a toda la comunidad educativa y a sí mismo.

**El filtro en el salón de clases tiene la finalidad de reforzar las acciones del filtro en la entrada de la escuela, para identificar la presencia de síntomas de enfermedad respiratoria en el alumnado, así como del personal durante la jornada escolar.**

**Si se han llevado a cabo los filtros en casa y en la entrada de la escuela, es menos probable que se presenten casos de malestar en el alumnado. Sin embargo, podría ser que alguna persona manifieste dichos signos o síntomas durante la jornada escolar, por lo que el personal docente podrá identificar los inicios de una posible infección respiratoria y posterior deberá:**



1. Solicitar que el alumno agende una consulta en el consultorio médico institucional por medio del SIGAE para que se le otorgue manejo médico, o
2. Tendrá la facultad de retirar al alumno y remitirlo al servicio médico de la institución pública que le corresponda (U.M.F 34 IMSS Tulancingo) o a médico particular para su valoración y manejo. No sin antes comentar que deberá presentar la receta en el consultorio médico de la UPT y/o a la coordinación correspondiente otorgada en la institución pública y/o privada con el diagnóstico obtenido para poder realizar el justificante necesario.



Como parte del reforzamiento del filtro escolar, el filtro en el salón de clases ofrece la oportunidad de practicar con el alumnado las medidas higiénicas y de salud que ayudan a prevenir la infección por el virus SARS-CoV-2 y otros patógenos generadores de IRA'S, así como atender dudas e inquietudes sobre los riesgos y medidas de prevención de enfermedades, tales como:

- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón.
- Alimentarse correctamente y consumir alimentos con vitamina "C".
- Promover el autocuidado, hábitos de higiene personal como asearse diariamente, uso de ropa limpia para asistir a la escuela aún, lavado de dientes, entre otros.
- Cuidarse de los cambios bruscos de temperatura.
- Usar sólo los materiales y útiles escolares propios.
- No compartir alimentos, bebidas, platos, vasos, cubiertos, utensilios de higiene personal, y útiles escolares como lápices, plumas, cuadernos, entre otros.
- Promover la práctica de la etiqueta respiratoria en el alumnado, docentes y personal del plantel educativo: cubrir la boca al toser y estornudar con papel higiénico o un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo.
- No escupir.
- Promover la práctica de medidas de higiene para la preparación y consumo de alimentos.
- Implementar prácticas de limpieza en la escuela.
- **Reconocer la importancia de acudir a su unidad de salud ante cualquier manifestación de síntomas o enfermedad.**



## **2. Manos limpias.**

Mantener las manos limpias es una forma de protegerse y proteger a las demás personas ya que, cuando el virus SARS-CoV-2 llega a las manos de una persona y este no se elimina a través del lavado con agua y jabón, o con solución de alcohol gel al 70%, puede pasar de una persona a otra. Es por ello que el lavado de manos debe ser una práctica frecuente durante la jornada escolar, para prevenir este y otro tipo de enfermedades en la comunidad.

Al ser una práctica crucial para prevenir enfermedades, es importante que las escuelas, con el apoyo de las familias y de las autoridades educativas locales prevean la disponibilidad de:

- Agua y jabón, o solución de alcohol gel al 70%.
- Toallas de papel para el secado de manos.
- Depósitos de basura protegidos con bolsa de plástico en baños, salones, oficinas y áreas comunes, entre otros.

## **3. Vacunación de toda la comunidad Universitaria.**

Hay personas que tienen más posibilidad de desarrollar una complicación o morir por COVID-19 y/o influenza.

- Personas en estado de embarazo
- Personas que viven con obesidad
- Personas adultas mayores

- Personas que viven con diabetes mellitus descontrolada, hipertensión arterial sistémica
- Personas con enfermedad pulmonar obstructiva crónica
- Personas con asma
- Personas con enfermedad cardiovascular o cerebrovascular
- Personas con insuficiencia renal crónica
- Personas que viven con enfermedades que requieren tratamiento con inmunosupresión
- Personas que viven con VIH o SIDA
- Personas que tienen cáncer en tratamiento

Por lo que se recomienda tener esquema completo de vacunación COVID con sus debidos refuerzos, además de la aplicación de la dosis anual de influenza para evitar la transmisión de Infecciones respiratorias Agudas en cualquier grado, así como sus complicaciones.

#### 4. Cubreboca obligatorio.

Se sugiere el uso de cubrebocas de acuerdo a las medidas sanitarias generales expedidas por la secretaria de salud del estado, que actualmente corresponden con el siguiente esquema:



<b>ESPACIOS ABIERTOS</b>	<b>CON SANA DISTANCIA</b>	<b>SIN SANA DISTANCIA</b>
	<b>NO OBLIGATORIO</b>	<b>RECOMENDABLE</b>
<b>ESPACIOS CERRADOS</b>	<b>CON SANA DISTANCIA</b>	<b>SIN SANA DISTANCIA</b>
	<b>NO OBLIGATORIO</b>	<b>RECOMEDABLE</b>

- En caso de alumnos con dificultades económicas, el cubreboca podrá elaborarse conforme a las indicaciones del Anexo 4. ¿Cómo elaborar un cubreboca casero?
- Las escuelas, deben contar con cubreboca de reserva para el alumnado que se presenten sin este aditamento en la escuela.
- Las medidas de protección, como el uso del cubreboca, deben ser seguidos no sólo en el interior de la escuela, sino que se debe portar de manera correcta en el transporte que se utilice.
- El cubreboca con válvulas de respiración o ventilación no está permitido, ya que el orificio presente en el material podría permitir que las gotas de saliva salgan y lleguen a otras personas. Tampoco se debe utilizar mascarilla N95 ya que su uso está reservado para el personal de salud.
- No se debe sustituir el cubreboca por careta, protectores faciales o lentes protectores ya que no son eficaces para proteger a la persona que lo porta ni a las personas que la rodean.

Esta medida no es aplicable para menores de 6 años de edad y aquellas personas con discapacidad que no puedan usarlo de forma segura.

### 5. Detección temprana de casos y acciones escolares para reducir la propagación de la enfermedad.

Ante la presencia o sospecha de casos de COVID-19 en alumnos, personal directivo, docente, administrativo o de apoyo y asistencia a la educación del plantel, y a fin de preservar la salud de los miembros de la comunidad escolar, se establece el siguiente esquema:

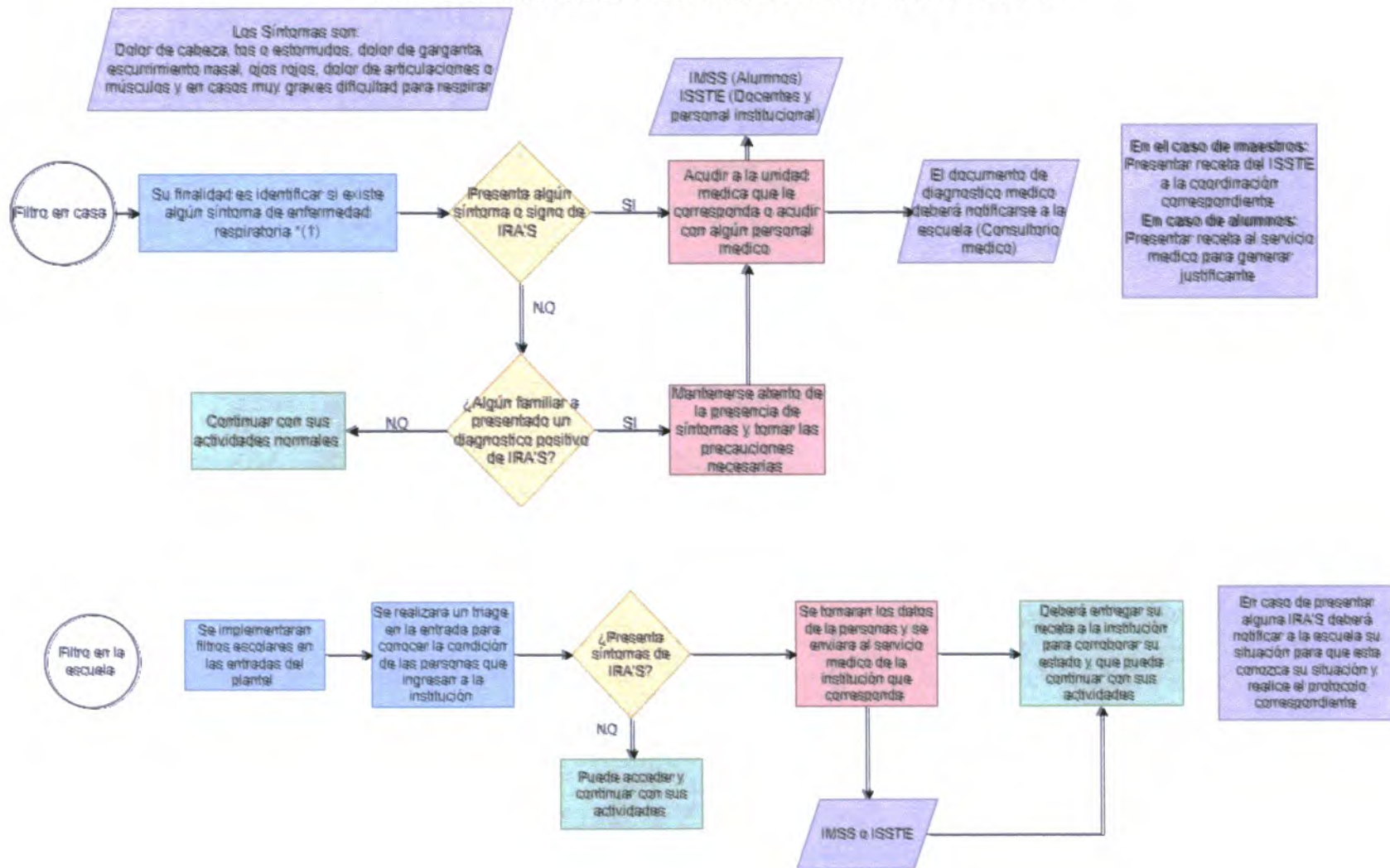
ESCENARIO 1	ESCENARIO 2
<b>Sin casos sospechosos o confirmados de enfermedad por COVID-19 en la escuela.</b>	Notificación a autoridades educativas y sanitarias. Dado que el personal docente que atiende ese grupo ya tiene completo el esquema de vacunación que le corresponde, no requerirá de aislamiento, sólo debe estar atento a los signos y síntomas que pudieran desarrollarse en los 14 días posteriores al contacto con el alumno o docente sospechoso; si presentan síntomas sí deberán acudir a instancia pública ISSSTE aislarse en su domicilio los días que dicha instancia otorgue.
Lavado de manos, uso de cubreboca. • Limpieza individual de pupitres antes de iniciar actividades, limpieza del salón y la escuela	Lavado de manos, uso de cubreboca. • Limpieza individual diaria de pupitres antes de iniciar actividades, limpieza del salón y la escuela.
Sana distancia (1.5 m) en aulas y otros espacios escolares.	Sana distancia (1.5 m) en aulas y otros espacios escolares.
Filtro de casa, en la entrada de la escuela y en el salón de clases.	Filtro de casa, en la entrada de la escuela y en el salón de clases.

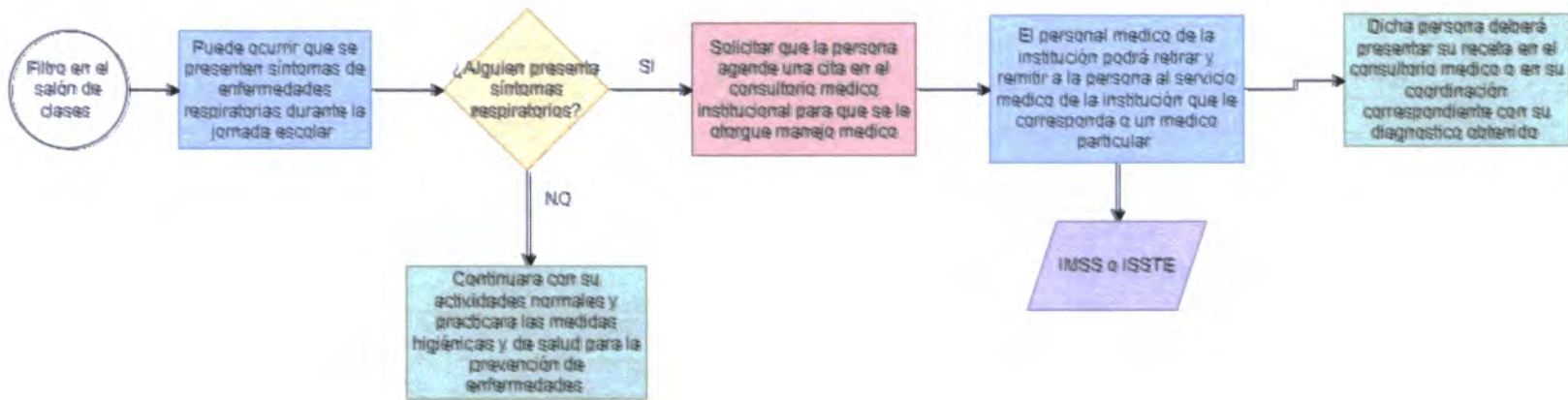
### 6. Apoyo socioemocional para docentes y alumnos.

Es de vital importancia cuidar la salud mental de los estudiantes, así como del personal de la escuela. Fomentar el bienestar de los docentes es el primer paso para que puedan cuidar de otros y ser un soporte emocional para el alumnado.

Por ello, cualquier integrante de nuestra comunidad universitaria tiene acceso al apoyo emocional y mental por parte de Psicología institucional. Podrán hacer uso de este servicio agendando cita por medio del SIGAE o acudiendo a los consultorios psicológicos para generar una cita y obtener el servicio de manera gratuita.

## FLUJOGRAMA DEL PROTOCOLO DE ACCIÓN VS IRA'S





## BIBLIOGRAFÍA

Secretaria de Salud (28 de Mayo de 2021). *coronavirus.gob.mx*. Obtenido de <https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2021/08/GuiaAperturaEscolar-SEP-20agosto202119hrs.pdf>

# Anexos

## ANEXO 1

### Comité Participativo de Salud Escolar



#### ¿Quiénes integran el Comité Participativo de Salud Escolar?

- La directora o el director de la escuela, quien preside y coordina el Comité.
- Madres, padres de familia o tutores (o algún otro integrante de la familia de la o el alumno que desee apoyar).
- Maestras y maestros.

#### ¿Cuántas personas integran el Comité?

- Al menos 3 representantes de las madres, padres de familia o tutores, 3 maestras o maestros, quienes serán electos y la directora o director de la escuela.
- La cantidad de integrantes del Comité puede ampliarse de acuerdo a las necesidades y tamaño de la escuela.

#### ¿Cuáles son las funciones del Comité?

Participar activamente en la elaboración e implementación de las siguientes acciones:

- Organizar las jornadas de limpieza de la escuela durante todo el ciclo escolar.

- Comunicar permanentemente a la comunidad escolar sobre las medidas sanitarias que correspondan.

- Apoyar en el Sistema de monitoreo de la escuela, cuando así se requiera.



- Apoyar en la instalación y aplicación del Filtro Escolar.

- Coadyuvar en la higiene escolar.

- Apoyar en la implementación de las indicaciones de las autoridades sanitarias y en los protocolos de higiene y limpieza de la escuela: campañas informativas, monitoreo de lavado de manos, reforzamiento de hábitos de higiene y salud, etc.

El comité en conjunto con la autoridad del plantel, evaluará la eficacia y pertinencia de las acciones establecidas y de ser necesario, ajustarálas.

El trabajo coordinado de la autoridad escolar y el Comité Participativo de Salud Escolar son esenciales para que la escuela sea un entorno seguro para todos.

Denominados anteriormente como Comisión de Salud y que fueron instalados en el mes de marzo. El documento donde puede consultar las directrices para su instalación lo puede consultar en el sitio: <https://www.dgb.sep.gob.mx/cpdr/COMUNICADO-A-LA-COMUNIDAD-EDUCATIVA.pdf>

ANEXO 2  
TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS



# TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS



**DURACIÓN DE 40 A 60 SEGUNDOS**

*¡Te cuidas tú, nos cuidamos todos!*

*Líderes*  
**CONSTRUYENDO**  
su FUTURO

📍 Calle Ingenieros #190  
Carr. Hospitales  
Tlaxiaco, Hgo.

☎️ (755) 75 5 82 02  
ext. 1300

📱 @UPTlaxiaco

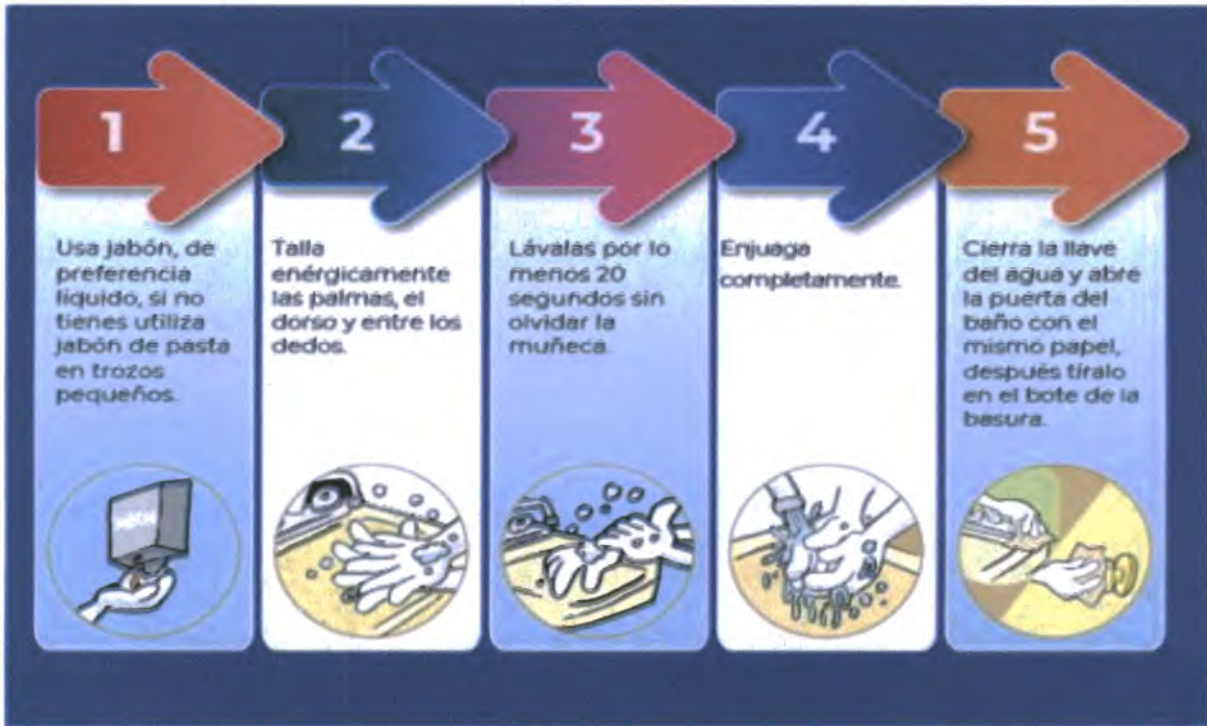
🌐 [WWW.UPT.EDU.MX](http://WWW.UPT.EDU.MX)

📧 @UPTlaxiaco



# TÉCNICA DEL LAVADO DE MANOS

**LAVARSE** frecuentemente las manos elimina **VIRUS**



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**

[Facebook](#) [Twitter](#) [Instagram](#) [YouTube](#) [@SaludDGS](#)

ANEXO 3  
USO ADECUADO DEL CUBREBOCA



**¡Úsalo bien!**



Lávate las manos con agua y jabón antes de ponértelo



Revisa que no esté roto, sucio o mojado



Colócalo pasando por tu cabeza u orejas las cintas elásticas



Comprueba que puedes respirar cómodamente



Asegúrate que cubra nariz, boca y barbilla



Manténlo siempre limpio

**SOLO quítatelo para consumir tu refrigerio**

**En la escuela, la salud es primero**

# Que sí y que no del uso del cubreboca

S  
S  
S  
S  
S

Lava tus manos con agua y jabón antes de colocarlo



Revisa que no esté sucio o dañado



Cubre completamente nariz, boca y mentón



Ajústalo a tu rostro para que no queden espacios



Antes de retirarlo lava tus manos



NO

Lo utilices si está húmedo o dañado



NO

Lo uses solo para cubrir tu boca



NO

Te lo pongas en el cuello, la cabeza o alguna otra parte del cuerpo



NO

Lo compartas



NO

Toques la parte frontal con tus manos



**¡Úsalo correctamente!**



## ANEXO 4

### ¿CÓMO ELABORAR UN CUBREBOCA CASERO?

#### **Materiales:**

- Tela de algodón.
- Dos cintas elásticas de 15.2 cm o cuerdas, tiras de tela, cintas o ligas para el cabello.
- Aguja e hilo.
- Tijeras.

#### **Procedimiento:**

1. Recorta los dos rectángulos en tela de algodón de 25.5 cm x 15.5 cm.
2. Coloca los dos rectángulos, uno encima del otro, y cóselos para que queden en una pieza.
3. Dobla los lados largos medio centímetro hacia dentro y cóselo.
4. Dobla los lados cortos medio centímetro hacia dentro y cóselo.
5. Pasa el elástico, cuerda o tira de tela por el hueco que quedó al doblar los lados cortos y hazles un nudo a las puntas. En caso que el elástico sea cerrado o uses una liga para el cabello, lo puedes colocar antes de coser el dobladillo para que ya quede dentro.
6. Desliza el elástico para que el nudo quede dentro del dobladillo.
7. Asegura el elástico a la tela cosiendo uno de los extremos.

## Cubreboca casero



- 1** Recorta los dos rectángulos en tela de algodón de 25.5cm x 15.5cm.



- Coloca los dos rectángulos uno encima del otro y coserlos para que queden en una pieza.

**2**



- 3** Dobla los lados largos medio centímetro hacia dentro y cóselo.



- 4** Dobla los lados cortos medio centímetro hacia dentro y cóselo.



- 5** Pasa el elástico, cuerda o tira de tela por hueco que quedó al doblar los lados cortos y hazle un nudo a las puntas. En caso de que elástico es cerrado o uses una liga para el cabello, lo puedes colocar antes de coser el dobladillo para que ya quede dentro.



- 6** Desliza el elástico para que el nudo quede dentro del dobladillo.

**7**

- Asegura el elástico a la tela cosiendo uno de los extremos.

## ANEXO 5 LISTAS DE VERIFICACIÓN SUGERIDAS

### Lista de verificación para directoras, directores, maestras, maestros y personal de escuelas.

1. Promover y demostrar lavado de manos frecuente y comportamientos positivos de higiene. Contar con baños adecuados y limpios para niñas y niños.
  - o Acceso a agua y jabón.
  - o Incentivar que se laven frecuentemente las manos, al menos por 20 segundos.
  - o Soluciones a base de alcohol gel al 70% para manos.
  - o Baños o letrinas **limpios** para niñas y niños.
2. Limpiar y desinfectar los edificios escolares, las aulas y especialmente las instalaciones de suministro de agua y limpieza, particularmente superficies que son tocadas por muchas personas (barandales, mesas, equipos deportivos, manijas de puertas y ventanas, juguetes, material para enseñanza, etc.)
- 3. Incrementar el flujo de aire y ventilación donde el clima lo permita (abrir ventanas evitando corrientes de aire).
- 4. Colocar carteles que fomenten las buenas prácticas del lavado de manos y el estornudo de etiqueta, saludo y distanciamiento social, así como el uso de cubreboca.
- 5. Procurar que la basura se retire diariamente y se elimine de manera segura.