



Protocolo Institucional de salud

Reactivación de actividades académicas y administrativas en los planteles del Estado de Jalisco.

COVID-19 CORONAVIRUS

Protocolo
Institucional
de salud, UNIVA

Protocolo para el regreso a la presencialidad en el plantel Vallarta.



El regreso a las actividades presenciales en las instituciones educativas como centros de estudio y como centros de trabajo, requiere de un protocolo de actuación para el antes, durante y después, así como de una evaluación constante. Este documento contempla al plantel **Puerto Vallarta** ubicado en el Estado de Jalisco, en el entendido de que el comité COVID19 del plantel, contará con la libertad de hacer los ajustes necesarios para incrementar las medidas de prevención de contagios, según lo establezcan las autoridades estatales, basados en el nivel de casos confirmados y activos al momento del regreso a la presencialidad y/o una vez iniciada ésta.

Este protocolo será revisado semanalmente a fin de identificar aquellas medidas que requieran ser sumadas, reforzadas o eliminadas según sea el caso, así como para que los directores(as) del Sistema UNIVA puedan compartir las buenas prácticas en sus planteles y puedan ser adoptadas por quienes las consideren como acciones de prevención de contagios, asimismo, se actualizarán las medidas de carácter obligatorias por las autoridades sanitarias, de educación, del trabajo, estatales y federales, así como las que establezca la Red de Monitoreo y Seguimiento Epidemiológico del Estado de Jalisco.

Este protocolo estará publicado en la página Web Institucional con el fin de que sea accesible a toda la comunidad académica.

ÍNDICE

I. PREPARACIÓN PARA EL REGRESO

1. Integración del Comité COVID en el plantel, el cual deberá estar presidido por el director del plantel, quien designará a los responsables de las áreas académicas, administrativas, de seguridad e higiene, así como de mantenimiento, talento humano y comunicación.
2. La función de este comité es determinar, ejecutar y evaluar las medidas de prevención de manera colegiada, buscando la participación y sensibilización de la comunidad universitaria ante esta contingencia. Asimismo, tendrán la facultad de supervisar, vigilar y sancionar los incumplimientos que puedan presentarse durante la implementación y ejecución del protocolo.
3. Definición y adquisición de insumos de desinfección para la instalación y operación de los filtros sanitarios.
 - a. Desinfección:
 - Hipoclorito de sodio (Sanitizante).
 - Guantes.
 - Jabón.
 - Equipo de limpieza.
 - Botes con tapa para el desecho de cubre bocas y guantes.
 - Otros aditamentos para cumplir con los requerimientos del Gobierno del Estado.
 - b. Control de accesos y filtros sanitarios: Según las condiciones de infraestructura del plantel se contará con dos controles de accesos/filtro sanitario uno peatonal y otro vehicular que deberán estar habilitados con lo siguiente:
 - Cubre bocas.
 - Gel antibacterial 70% alcohol.
 - Termómetro digital a distancia
 - Pantallas faciales (caretas).
 - Tapete sanitizante para la limpieza de las suelas de los zapatos en el caso del peatonal.

En el control de accesos y/o filtro sanitario, se realizará un breve interrogatorio acerca de los síntomas de COVID-19 para evitar que

ingresen personas con potencial de contagio, las preguntas a realizar son:

- ¿Ha presentado fiebre y/o dolor de cabeza en los últimos días?
 - ¿En los últimos días, ha presentado dolor de garganta, catarro, estornudos, escurrimiento nasal, dificultad para respirar cuando camina o tose?
 - ¿Ha estado en contacto con personas positivas o sospechosas de COVID-19? ¿Hace cuánto tiempo?
 - ¿Ha viajado fuera de la ciudad? ¿A dónde y hace cuánto?
- c. Asegurar la separación de los puntos de entrada y salida, asimismo, el acceso peatonal, debe de estar señalizados indicando la dirección de entrada y salida, respetar la sana distancia física de 1.5m en las posibles filas, para lo cual habrá señalamientos en el piso.
4. El uso correcto del cubre boca es obligatorio para todas las personas que se encuentren en las instalaciones del plantel y durante todo el tiempo que permanezcan en él (alumnos, docentes, personal administrativo, personal de operaciones, visitantes, etc.).
5. Es necesario identificar aquellas áreas que tienen atención directa a alumnos, docentes, padres de familia, aspirantes, visitantes y proveedores con la finalidad de evaluar la pertinencia de que dichas actividades puedan seguirse realizando desde la virtualidad.

El uso de equipo de protección adicional al cubrebocas (careta, guantes y gel antibacterial y/o la colocación de barreras acrílicas) es recomendable para las siguientes áreas de servicio:

- a. Caja.
- b. CAU.
- c. Control escolar.
- d. Recepción.
- e. Coordinadores académicos.
- f. Biblioteca.
- g. Psicopedagógico.

El resto del personal laborará con el equipo de protección, de acuerdo con su actividad, contemplado en el Anexo 1.

6. El plantel se sujetará a lo establecido en el Modelo de Vigilancia y Aplicación de Pruebas para Empresas (MOVAPE) en lo relativo a la aplicación y criterios de selección de personal a quienes se les aplicarán las pruebas, así como el registro en bitácora de estas.
7. Se requiere analizar la capacidad de los espacios académicos para mantener la sana distancia y levantar un inventario de espacios del plantel: aulas, oficinas, salas de juntas, Aula Anfeqa, SUM y demás espacios de servicios; para identificar la capacidad máxima de aforo que éstos tienen para garantizar 3m² por persona y la sana distancia de 1.5m entre persona y persona. Cada espacio

académico contará con información del aforo máximo y la distribución del mobiliario establecida para garantizar la sana distancia.

8. La limpieza de instalaciones deberá asegurarse para que el día de reanudación de actividades, tanto las aulas como las oficinas administrativas y áreas de servicio, se encuentren en condiciones de higiene y desinfección adecuada para su uso y, para que la percepción de alumnos, docentes y administrativos sea de seguridad y prevención.
9. Carteles y lonas informativas:
Se deberá instalar una lona en los ingresos de cada campus; señalando las siguientes medidas de acceso:
 - a. Uso correcto y obligatorio de cubre boca.
 - b. Si presenta algún síntoma de tos seca, catarro o fiebre mayor a 37.5°, no ingrese a las instalaciones, identificarse con el personal de acceso quien le remitirá de forma inmediata a línea COVID-19 33 3823 3220, 33 3540 3001 o al 800-0044800, para una evaluación, dejando documentado el registro en la bitácora de vigilancia.
 - c. Estornudo de etiqueta
 - d. Adecuado y frecuente lavado de manos
 - e. Mantener distancia de 1.5 m entre persona y persona.
 - f. Toda persona mayor de 60 años debe permanecer en casa.
 - g. Durante esta fase, no se permite el ingreso a niños menores de 14 años.

Asimismo, se instalarán carteles en los tableros y/o sitios internos de mayor impacto para la comunidad universitaria en cada plantel. Quienes cuenten con pantallas para la comunicación interna, deberán proyectar de manera constante, las medidas de prevención protocolarias.

Los contenidos deben señalar los siguiente:

- a) Uso correcto y obligatorio de cubre bocas.
 - b) Lavado adecuado y constante de manos.
 - c) Toser y estornudar en la parte interior del codo.
 - d) Uso constante de gel antibacterial al 70 % de alcohol.
 - e) No saludar de mano, beso y/o abrazo.
 - f) No escupir.
 - g) Mantener distancia de 1.5 m entre persona y persona.
 - h) Si se manifiesta cualquier síntoma COVID-19, acudir de inmediato a servicios médicos o al área señalada para la atención correspondiente.
 - i) Las sanciones disciplinarias a las que se hará acreedor quien incumpla con las medidas sanitarias.
10. Sensibilización a través de *webinars* y material multimedia, al personal docente y administrativo: el área médica del Sistema UNIVA, proporcionará tutoriales de uso y manejo del equipo de protección personal.
 11. Socialización del protocolo COVID19 a través de la página Web del plantel.
 12. Sobre el espacio aislado en caso de detectar alguna persona con síntomas:

- a. Se designa como espacio aislado y seguro el espacio asignado a un costado del consultorio médico ubicado en el edificio A, los criterios de elección son: ingreso por estacionamiento que evita el contacto con otras personas distintas del responsable del consultorio, adecuada ventilación, paredes lavables, cuenta el consultorio con área para lavado de manos de fácil limpieza y material resistente para su desinfección, el espacio asignado cuenta con dos sillas, ventilador y privacidad.
- b. El personal de atención en este espacio cuenta con formación en salud como médico general.

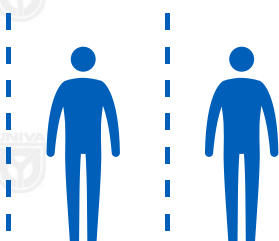
13. Se privilegiará la ventilación natural en cada espacio académico y/o administrativo, en aquellos en los que se cuente con aires acondicionados o lavados, se realizará limpieza de filtros y el mantenimiento adecuado, según el programa establecido.

14. La Comisión de Seguridad e Higiene del plantel, asumirá además de sus funciones naturales, el monitoreo de la correcta aplicación de este protocolo, así como el registro y posible sanción o tratamiento de eventualidades.

II. ACCIONES A PARTIR DEL REGRESO

1. Académicas

- a. Brindar inducción a alumnos, docentes y personal administrativo, relativa a las medidas sanitarias obligatorias que se deben cumplir para el ingreso y estancia en las instalaciones del plantel y en general el contenido de este protocolo.
- b. El máximo de población estudiantil será del 30% de la matrícula en un mismo día, los horarios serán escalonados procurando que éstos inicien cuando no haya saturación en vialidades y en el transporte público.
- c. Se hará una programación para la impartición de clases presenciales prácticas y/o del uso de laboratorios, según cada programa académico.
- d. Se recabará firma de alumnos, docentes y personal administrativo en la carta compromiso, que declare que, al momento de la firma no presenta sintomatología relacionada con COVID, su compromiso de informar si ésta llegara a presentarse y de acatar estrictamente las disposiciones del protocolo COVID y las dictadas por las autoridades en la materia. Para el caso de los alumnos, incluir también que es decisión voluntaria acudir a recibir clases de forma presencial.
- e. Se asegurará que los espacios académicos se limiten al número máximo de personas (alumnos y docentes) indicado para cada uno, para garantizar $3m^2$ por persona y la sana distancia de 1.5m entre persona y persona que establece el Protocolo de Acción COVID para actividades académicas cuatrimestrales. Se colocará al ingreso de cada espacio académico señalética clara con la ubicación adecuada del mobiliario.
- f. Los espacios de aula ANFECA, salón de usos múltiples SUM, podrán ser utilizados con una ocupación máxima de hasta 50 personas, asegurando el cumplimiento de las medidas de sana distancia.



- g. Garantizar la existencia de gel antibacterial al 70 % de alcohol, así como botes de basura, colocados en espacios estratégicos y accesibles para todos los miembros de la comunidad académica, proveedores y visitantes.
- h. Los coordinadores y jefes académicos solicitarán electrónicamente a todos los alumnos el llenado del formato de evaluación médica pertinente, a fin de que el departamento médico identifique aquellos alumnos que puedan ser considerados como vulnerables a partir de los siguientes criterios:
- Adultos mayores de 60 años.
 - Mujeres embarazadas o en periodo de lactancia.
 - Personas con discapacidad.
 - Personas con enfermedades crónicas no transmisibles (hipertensión arterial, pulmonar, insuficiencia renal, lupus, cáncer, diabetes mellitus, obesidad, insuficiencia hepática o metabólica, enfermedades cardiovasculares).
 - Personas con algún padecimiento o tratamiento farmacológico que les genere supresión del sistema inmunológico.



Una vez que el departamento médico tenga el diagnóstico, lo hará del conocimiento del área académica para que se tomen las acciones correspondientes.

- i. En caso de que el docente, prefecto, coordinador o jefe académico identifique en el aula o laboratorio algún alumno con síntomas de resfrío u otro de los síntomas enlistados como sospechosos de ser producidos por el COVID-19, deberá solicitarle con discreción y respeto que acuda al área aislada asignada por el plantel, en donde recibirá la atención y será derivado vía telefónica a la línea COVID (33 3540 3001 o 33 3823 3220) para que se le realice un diagnóstico remoto y reciba las indicaciones pertinentes de traslado a una unidad de atención médica o a su domicilio.
- j. Si la persona en el espacio de aislamiento es alumno de preparatoria, el responsable del área de salud y/o el coordinador académico, informará al padre o tutor de la situación y solicitará acudir al plantel a recoger al alumno y atender las indicaciones derivadas de la atención remota en línea COVID. En caso de que la persona en aislamiento sea mayor de edad: alumno de licenciatura o posgrados, o bien un colaborador, el aviso se hará a la persona que ésta indique, para que acuda a trasladarlo a donde la autoridad de salud haya indicado.
- k. Una vez que la persona con síntomas sospechosos a COVID-19 sea retirada del espacio de aislamiento, se realizarán las tareas de limpieza y desinfección de las áreas en las que estuvo la persona, se informará a las personas que pudieron haber tenido contacto reciente con la

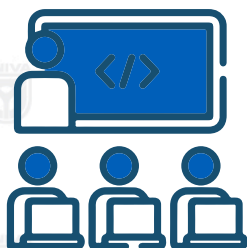
persona con ella y solicitará a su familia hacer lo mismo. El plantel intensificará las medidas de monitoreo sobre el grupo de contacto.

- I. En caso de que el aforo máximo del aula no sea suficiente para el número de alumnos por grupos, se diseñará la estrategia para que en dos o tres grupos los alumnos puedan tener la oportunidad de la presencialidad en estas circunstancias.
- m. El plantel establecerá estrategias pedagógicas y de operación para los diferentes tipos de clases de acuerdo con su circunstancia y recursos.
 - i. Nuevos espacios de aprendizaje.
 - ii. Grupos grandes asistiendo presencial y virtualmente.
 - iii. Contar con el apoyo logístico y de ancho de banda necesario, para generar el enlace virtual con el equipo de cómputo que se cuente durante la clase.
 - iv. Se podrá sugerir nuevas estrategias innovadoras que contribuyan al proceso de enseñanza-aprendizaje y al cuidado de la calidad académica.
- n. En todos los laboratorios y talleres, será posible dividir al grupo para que unos puedan realizar la práctica *in situ* (en el lugar) guiados por el docente, mientras otros le dan seguimiento de forma virtual (sincrónica o asincrónicamente); procurando, cuidar en todo momento, que el aforo máximo de alumnos por laboratorio no exceda el indicado para guardar la sana distancia.
- o. La asignación de los horarios de receso será escalonada, buscando que no se reúnan en las cafeterías más de las personas máximas permitidas y motivando a alumnos y docentes a esparcirse entre las áreas comunes, cuidando la sana distancia a la hora de tomar el receso.
- p. Es recomendable asignar alguna persona por edificio o nivel, con la función de supervisor, para garantizar el apego a las medidas de prevención. En el espacio académico será el docente y/o el responsable del laboratorio, quien vigilará el cumplimiento de las medidas sanitarias.
- q. En las áreas de atención destinadas para los alumnos se señalará en el piso la distancia obligatoria de 1.5 m y se invitará a los alumnos a respetarla. La persona que brinde el servicio, lo deberá hacer de manera expedita para atender a todo alumno que requiera atención, desee presentar alguna sugerencia o queja.
- r. Se solicitará a cada usuario de los espacios académicos, portar un kit de limpieza desinfectante para que él mismo lo aplique en las superficies de contacto previo al inicio y al finalizar cada sesión.
- s. En la sala de maestros se colocará: gel anti bacterial, así como un cartel que solicite el uso previo de éste, asimismo, las sillas se colocarán a una distancia mínima de 1.5 m; se solicitará que en todo



momento el docente porte el cubrebocas, evite compartir utensilios de trabajo, equipos de cómputo y dejar limpia el área que haya ocupado.

- t. Se suspende el registro de asistencia de docentes, personal administrativo y de operaciones, en los relojes digitales como medida de prevención de contagios.
- u. El profesor deberá de ser sensible en la aplicación del Reglamento General de Alumnos, así como al reglamento de sus clases durante el periodo de contingencia.
 - i. Asistencia: Es importante continuar con esta exigencia para los alumnos que tomen clases en la virtualidad, siempre abiertos al diálogo, partiendo de la confianza y honestidad (en cuestiones de inasistencia o tardanza por falta de conectividad y ancho de banda).
 - ii. Presencialidad: Utilizar nuevos espacios de enseñanza que permitan la sana distancia, dinámicas de grupo con pedagogía especial en conjunto con aquellos estudiantes que estarán a distancia desde la virtualidad.
 - iii. Se justifican las inasistencias de aquellos estudiantes en situación de riesgo o que presenten síntomas de COVID-19.
 - iv. Se sugiere flexibilidad en la entrega de trabajos, exámenes y demás actividades durante la clase, por situaciones relacionadas con el COVID-19.
- v. Durante el periodo de contingencia, queda permitido que el estudiante pueda inscribirse a una sola materia.
- w. Si por causales de enfermedad o de COVID-19, el estudiante se da de baja temporal y, queda constatado el diagnóstico de COVID-19, no perderá su derecho a titulación por promedio.



2. Administrativas

- a. Análisis de las actividades que pueden seguir realizándose en la modalidad de *home office*, para disminuir la asistencia del número de personas en las instalaciones de la Universidad, permitiendo el trabajo presencial solo a aquellos colaboradores que se consideren esenciales para la operación del plantel y en horarios alternados para la atención; cada jefe será responsable de supervisar y dar seguimiento al cumplimiento de las actividades asignadas, tanto en la presencialidad como en la virtualidad.
- b. En tanto se mantenga activa la contingencia por el COVID-19, los colaboradores docentes y administrativos, así como el personal de servicios de limpieza, mantenimiento y seguridad que se encuentren dentro del grupo de mayor vulnerabilidad, no regresarán a la presencialidad, como son:

- Adultos mayores de 60 años.
- Mujeres embarazadas o en periodo de lactancia.
- Personas con discapacidad.
- Personas con enfermedades crónicas no transmisibles (hipertensión arterial, pulmonar, insuficiencia renal, lupus, cáncer, diabetes mellitus, obesidad, insuficiencia hepática o metabólica, enfermedades cardiovasculares).



- Disposiciones para el trabajo en oficina: en función de las capacidades de aforo en las áreas administrativas se distribuirá de tal manera que el personal mantenga una distancia de 1.5m entre persona y persona (es importante considerar las instalaciones para energía eléctrica y conectividad). Asimismo, se procurará la ventilación y entrada de luz solar a las áreas de trabajo que así lo permitan.
- Se suspende el registro de asistencia en los relojes digitales, como medida de prevención de contagios.
- El jefe inmediato será responsable de supervisar el cumplimiento estricto de las medidas contenidas en este protocolo, así como de seguir los procedimientos establecidos para la aplicación de sanciones a quienes incumplan.
- Los horarios de descanso para el personal que lo hace en las instalaciones del plantel, se escalonarán y se les motivará a guardar la sana distancia y hacer uso de espacios comunes al aire libre.
- Se sugiere que las reuniones presenciales se realicen sólo si son estrictamente necesarias y asegurándose que sean de un máximo de 10 personas y asegurando las medidas de sana distancia. Se recomienda privilegiar el uso de plataformas virtuales para las reuniones.
- En tanto que la contingencia continúe, se mantiene la suspensión de viajes nacionales e internacionales del personal del Sistema UNIVA.
- El traslado de docentes entre planteles, deberá realizarse lo mínimo posible. Por lo que se recomienda la modalidad de clases virtuales sincrónicas o asincrónicas; considerando que en los vehículos de traslado será necesario asegurar la sana distancia entre un docente y otro, además de otras medidas de desinfección y cuidado.
- Cualquier colaborador administrativo que detecte a algún compañero con síntomas propios del COVID-19, podrá informar al personal de Servicios Médicos para que se le aplique el protocolo correspondiente y/o podrá invitar al compañero a acudir a revisión.
- El departamento médico podrá otorgar un permiso prudencial de hasta 3 días y éste puede ser de manera telefónica según lo considere en el diagnóstico que realice; transcurridos estos días, el



colaborador deberá tramitar la incapacidad ante el IMSS, la cual podrá hacerse por medio del sitio web <http://www.imss.gob.mx/covid-19>.

- l. Asegurar en conjunto el mantenimiento de la señalética del filtro de ingreso y las áreas restringidas.
- m. Dotar los filtros de ingreso con los materiales y equipos previamente definidos.
- n. En caso de detectar a algún miembro de la comunidad con temperatura superior a 37.5°, síntomas de resfriado o que refiera algún signo propio del COVID-19, el responsable del filtro sanitario deberá invitar a la persona a acudir al área aislada que el plantel ha designado, en ésta será comunicado a la línea COVID, para que se le realice un diagnóstico remoto y reciba las indicaciones según corresponda, para acudir a un centro de atención médica o resguardarse en su domicilio. Cuando el colaborador se retire del espacio aislado, se realizarán las mismas acciones mencionadas para este punto en el apartado de actividades académicas.
- o. Al término de cada jornada se evaluará y registrarán las actividades e incidentes de la jornada en las bitácoras correspondientes: limpieza, mantenimiento, área médica, etc.

3. De los servicios para alumnos y los demás miembros de la comunidad



- a. Biblioteca: privilegiar el uso de la biblioteca digital y los cursos en línea; solicitar a los maestros que recomienden a los alumnos el uso de sitios web. Recordándoles que desde el sitio de internet de la Biblioteca UNIVA, podrán capacitarse sobre cómo referenciar sitios web. La biblioteca permanecerá cerrada.
- b. Servicio de Cafetería: privilegiar la venta de alimentos en empaques cerrados y para llevar, asegurar que todo el personal porte cubrebocas todo el tiempo, uso de guantes, malla para cabello y careta.
- c. Consultorio de nutrición y apoyo psicológico: en estas áreas se deberá asegurar que el prestador de servicio porte cubreboca, guantes y careta.
- d. Administración Escolar: se deberá señalar en el piso la distancia de 1.5 m entre usuarios y se indicará en la puerta de acceso el número máximo de personas que podrán permanecer en el interior; se recomienda manejar el esquema de citas.
- e. Caja: se promoverá entre la comunidad el pago de servicios a través de la *banca móvil* y en caso de que los usuarios decidan hacer el trámite directamente en caja, se seguirán las mismas medidas del inciso *d*.



- f. Pastoral Universitaria: los Talleres de Identidad Institucional (campamentos) cambiarán a modalidad virtual, así como el resto de las actividades, con excepción del acompañamiento espiritual a los miembros de la comunidad que así lo soliciten y que deberán ser prestados siguiendo las medidas de sana distancia y uso de cubre boca.
- g. Deportes y Cultura: se suspende el servicio hasta que las autoridades reactiven la modalidad presencial y/o el semáforo epidemiológico se encuentre en verde.
- h. Servicios de Oficina: el personal de servicios de oficina usará guantes al hacer las funciones de mensajería tanto al interior como al exterior de las instalaciones; será responsable de desinfectar las unidades de transporte. Los traslados se limitarán a lo estrictamente necesario, promoviendo entre la comunidad la resolución de asuntos, en su mayoría, de forma virtual.
- i. La atención para seguros de gastos médicos mayores: se manejará en línea o por medio de citas, en caso de un accidente escolar el proceso se atenderá directamente con el área de Servicios Médicos del plantel.

4. De comunicación



- a. El Comité COVID del Sistema UNIVA y el área de Imagen y Comunicación Institucional del Sistema UNIVA, serán los únicos autorizados de publicar información relativa a medidas de prevención ante la contingencia, así como, las acciones preventivas correspondientes a la reactivación de las actividades presenciales.
- b. El director del plantel, definirá los canales digitales y medios de difusión interna que considere de mayor eficacia para socializar las medidas preventivas a su comunidad universitaria.
- c. La comunicación dirigida al Sistema UNIVA, será a través de comunicados oficiales, página web y redes sociales institucionales.

5. Del mantenimiento de áreas limpias.

Este plan incluirá el aseguramiento de la limpieza previo al inicio de las actividades académicas y/o administrativas, al término de las mismas y en casos necesarios se determinará entre la jornada, una franja para realizar otro proceso de desinfección, además cada miembro de la comunidad universitaria, deberá tener un kit de limpieza desinfectante para aplicar en las superficies de contacto.

El plan de limpieza y desinfección contempla: aulas, baños, oficinas, áreas libres y/o espacios comunales (explanadas, pasillos, pasamanos), así como los recursos comunales de alto contacto (cafeteras, máquinas expendedoras, computadoras, etc.)

Los bebederos permanecerán inhabilitados.



III. Acciones de evaluación y actualización del protocolo

Al interior de cada plantel será el Comité COVID, quien evaluará la efectividad de las medidas en cuanto al nivel de acatamiento de las mismas, las acciones de mejora, así como la eliminación y el fortalecimiento de éstas, por medio de los formatos de control que se estipularon por el Comité COVID del Sistema UNIVA.



IV. Autocuidado y apoyo emocional y espiritual

El COVID 19 ha tenido grandes efectos en muchos aspectos de la vida en general, ante ellos se pueden presentar situaciones emocionales distintas en cada persona. Siendo conscientes de esta posibilidad y en apoyo a los miembros de la comunidad universitaria, se hace necesario colaborar en la superación de los conflictos generados por la experiencia vivida durante la emergencia sanitaria, y re-aprender a gestionar de forma eficaz el malestar

psicológico del COVID-19, por ello, el Sistema UNIVA ofrecerá los siguientes apoyos a los alumnos, al personal académico, al cuerpo docente y al personal administrativo, en general:

- I. Asesorías psicológicas: “contención emocional ante la crisis”
- II. Acompañamiento espiritual: “enfrentar situaciones de la vida cotidiana”

Para poder acceder a cualquiera de estos dos apoyos, la persona interesada deberá solicitar directamente a la Jefatura académica de su nivel.

Por otro lado, aunque el autocuidado es un compromiso personal, se requerirá de una campaña de sensibilización constante para que la comunidad universitaria cuente con herramientas para enfrentar adecuadamente la nueva situación generada por el COVID-19.

Esta campaña promoverá pautas y tareas de autocuidado que serán difundidas a manera de cápsulas informativas en los diferentes medios tecnológicos con que cuenta el SU.

Los contenidos serán los siguientes:

- a. Mantener una actitud optimista y objetiva.
- b. Hacer ejercicio, mantenerse hidratado y alimentarse adecuadamente.
- c. Llevar a cabo hábitos adecuados de higiene (física/mental) y prevención considerando las recomendaciones de las autoridades sanitarias.
- d. Tener un sueño reparador y continuo.
- e. Dedicar tiempo para la diversión, esparcimiento y vida espiritual.
- f. Re-organizar expectativas.
- g. Evitar hablar permanentemente del tema.
- h. Apoyarse en la familia y amigos, además de ayudarlos a mantener la calma y a tener un pensamiento adaptativo a cada situación. Mantener una buena red social.
- i. Discernir la información para evitar contribuir a la difusión de rumores y noticias falsas, alimentar el miedo propio o el de los demás. Acudir a las fuentes oficiales sobre la situación de la pandemia.
- j. Procurar, en la medida de lo posible, continuar con las rutinas.
- k. Tener cuidado con las conductas de rechazo, estigma y/o discriminación.
- l. Ser conscientes del entorno laboral y ser flexibles. Mostrar empatía.
- m. Promover la salud mental, aspectos positivos del trabajo y de los trabajadores. Cuidar el trabajo digno.
- n. Mantener la comunicación. Estar en contacto telefónico, virtual o simbólico con personas que viven o entienden la misma situación, permite activar redes de apoyo.
- o. Dar atención a alguien más practicando la generosidad y la empatía, ya que al compartir un poco de tiempo, conocimiento o recursos servirá como terapia personal y ayudará a resolver parte de los problemas de una persona en necesidad.
- p. Practicar técnicas de relajación y/o meditación como el *mindfulness* o atención plena.

- q. Practicar la Técnica 911. Tal como se relaciona con el número de emergencia, se usa para momentos difíciles o de mucho estrés: respirar conscientemente inhalando en nueve tiempos, contener, exhalar en 11 tiempos; repetir las veces necesarias.

V. Aplicación por regiones y vigencia

El presente Protocolo será de aplicación para el plantel Puerto Vallarta, el Comité COVID-19 del plantel tendrá la facultad para hacer las adecuaciones pertinentes.

Este Protocolo es un documento dinámico, que se estará actualizando según lo requiera la situación de emergencia COVID 19.

VI. Protección de datos personales

Para todos los miembros del Sistema UNIVA, es importante tener en cuenta, que los datos que se entreguen en el formato de evaluación médica pertinente serán tratados, en general, de manera estrictamente confidencial, lo mismo que los datos de las personas que integren los grupos denominados vulnerables:

- Sus datos deberán permanecer en el anonimato, únicamente serán transmitidos a los jefes inmediatos, para la planeación de las actividades o servicios del área y a Talento Humano para sus registros de asistencia.
- En caso de ser alumno, su nombre será transmitido únicamente a su coordinador académico o de tutorías y en conjunto con los maestros, buscar alternativas para seguir proporcionándole el servicio.
- En ningún caso se dará a conocer el resto de los datos personales ni la razón por la que una persona sea considerada parte de algún grupo vulnerable.

Los datos del personal o alumnos con COVID-19 deberán permanecer reservados en todo momento y, según lo marque la autoridad, poner en cuarentena al grupo o área de trabajo que hubiera tenido contacto directo; cuidando de no revelar los nombres ni datos personales, salvo que la situación ponga en riesgo la salud del resto de la comunidad universitaria.



Anexo 1

Equipo de protección personal por tipo de actividad

TIPO DE ACTIVIDAD	GEL ANTIBACTERIAL	TERMÓMETRO DIGITAL	CARETAS (Cuando no tengan barrera física)	CUBRE BOCAS QUIRÚRGICO	CUBRO BOCAS TELA	GUANTES DE VINIL
Todas las áreas de atención a usuarios, proveedores y colaboradores	X		X		X	
Intendencia			X		X	X
Mantenimiento			X		X	
Seguridad	X	X	X	X		
Colaborador de Biblioteca			X		X	X
Colaboradores de atención nutricional y psicológica			X		X	
Colaboradores de servicios escolares			X		X	X
Colaboradores de Apoyo Logístico			X		X	X
Colaborador de Cajas			X		X	X
Ventas (CAU)			X		X	
Personal de Salud (médicos)	X	X	X	X		
Personal de cafetería					X	
Colaborador administrativo					X	
Colaborador docente					X	
Alumnos					X	

Nota importante: El equipo de protección es para uso personal e intransferible

LONA PARA INGRESOS



ATENDAMOS ESTAS MEDIDAS PARA EVITAR EL CONTAGIO



No ingresar a la institución si presentas:



Tos seca



Catarro



Fiebre



Uso obligatorio de cubrebocas.



Mantén la sana distancia.



Adultos mayores de 65 años deben permanecer en casa.

Por ti, por mí, por todos.



CARTEL PARA INTERIORES DE INSTALACIONES



REINCORPORACIÓN A ACTIVIDADES MEDIDAS PREVENTIVAS



Es obligatorio el uso del cubrebocas para evitar la propagación del virus.



Lava tus manos frecuentemente.



Mantén la sana distancia y evita los grupos de personas.



Aplica gel antibacterial antes de entrar al aula.



En caso de estornudo, utiliza el ángulo interno del codo.



Evita saludar de mano o beso.



Si manifiestas cualquier síntoma COVID-19, acude de inmediato a servicios médicos o al área asignada para la atención correspondiente.

Por ti, por mí, por todos.

COORDINACIÓN DE
SALUD OCUPACIONAL

