



Instituto de Investigaciones Biomédicas

Código Postal 04510
Ciudad Universitaria, Ciudad de México

Propuesta de Lineamientos generales del Instituto de Investigaciones Biomédicas para el regreso a las actividades universitarias en el marco de la pandemia de COVID-19

30 de junio 2020

Objetivo:

Proporcionar medidas de prevención, vigilancia y control sanitario para evitar en lo posible la infección con el virus SARS-CoV-2 entre la comunidad del Instituto de Investigaciones Biomédicas, en el ámbito laboral, social y educativo, mediante la aplicación de buenas prácticas de seguridad y salud. Estas prácticas se deberán cumplir de manera obligatoria, durante la reactivación y retorno al trabajo de forma segura. Las medidas deberán darse a conocer por diferentes medios audiovisuales, para asegurar que toda la comunidad se entere y pueda seguirlas.

Medidas generales de prevención:

La comunidad de Biomédicas en general, así como la de los visitantes (proveedores, contratistas, etc.), que accedan a las instalaciones del Instituto, deberá atender en todo momento las siguientes indicaciones:

- Quedarse en casa si presenta síntomas de enfermedad respiratoria o relacionados con COVID-19, como lo son tos, dolor de cabeza, fiebre, malestar general, estornudos y en casos más avanzados, dolor torácico y dificultad para respirar.
- Evitar todo contacto físico mientras exista la emergencia sanitaria.
- Mantener una distancia física de al menos 2 metros con las demás personas.
- En todos los espacios del instituto es obligatorio el uso de mascarilla (cubre bocas), de forma adecuada, cubriendo completamente nariz y boca. Se promoverá el uso de mascarillas lavables, que deberán cambiarse al menos 2 veces al día y lavarse diariamente; esto último será responsabilidad de cada usuario.
- Se recomienda el uso de otras barreras como por ejemplo caretas o pantallas faciales, en caso de así ser requerido. Las caretas no sustituyen el uso obligatorio de la mascarilla.
- Es obligatorio lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, o bien desinfectarse las manos con gel (con un contenido de alcohol de 70%).
- No tocarse la cara con las manos, sobre todo nariz, boca y ojos.
- Evitar tocar, en la medida de lo posible, cualquier superficie como barandales, puertas, muros, botones, etc.

- Al toser o estornudar cubrirse nariz y la boca con el ángulo interno del brazo o con un pañuelo desechable. Este último deberá descartarlo inmediatamente en botes de basura y procederá a lavarse las manos.
- Abstenerse de asistir con personas acompañantes ajenas al instituto.
- Evitar la presencia de menores de edad y de personas con alto riesgo frente al COVID-19 (por edad, comorbilidades, otras).
- Evitar el uso de joyería y corbatas.
- No compartir materiales, instrumentos o cualquier objeto de uso individual tales como teléfonos celulares.
- Evitar escuchar música, programas de radio o videos a través de bocinas, en todos los espacios del instituto, ya que éste obliga a las personas a hablar con mayor volumen, lo que aumenta la posibilidad de emitir microgotas y aerosoles de saliva.

Acceso a las instalaciones:

- El acceso a las instalaciones del IIB (sede circuito exterior) será únicamente por la puerta principal de acceso al edificio “A”, la cual estará permanentemente abierta. Para el caso de la sede de circuito escolar, el acceso de entrada será por la puerta principal.
- Se medirá la temperatura corporal de las personas que ingresen a las instalaciones, mediante instrumentos portátiles automatizados que alerten los casos que rebasen la temperatura considerada como aceptable de acuerdo al equipo utilizado. No se permitirá el acceso a las personas que registren una temperatura mayor a la establecida.
- No se permitirá la entrada a personas que no porten correctamente la mascarilla.
- TODA persona que acceda al Instituto deberá desinfectarse las manos con gel-alcohol.
- Las puertas de los edificios B y C de la sede circuito exterior permanecerán abiertas en los horarios de mayor afluencia.
- Las puertas de acceso a las instalaciones de la sede circuito escolar se mantendrán abiertas, en lo posible.
- El acceso a las Unidades de Modelos Biológicos continuarán siendo por las puertas de acceso controlado.

En los laboratorios y unidades de servicio:

- El jefe de cada laboratorio o unidad de servicio deberá planear, programar y calendarizar el trabajo para evitar reunir a varias personas al mismo tiempo, manteniendo siempre la distancia mínima de 2 metros. Se deberá planificar que se presente la menor cantidad simultánea de personas necesarias en el laboratorio para realizar una determinada actividad de manera segura y efectiva. Se podrán implementar horarios escalonados y/o días alternados para el trabajo en el laboratorio.
- Cada laboratorio designará un responsable que vigile el cumplimiento de las medidas de prevención.
- Deberá ponerse atención al aislamiento físico entre los escritorios y las mesas de trabajo para evitar la cercanía entre las personas.
- Durante el trabajo en el laboratorio el uso de la careta o de los lentes de protección ocular, dependerá de la operación a realizar. El uso de la mascarilla es obligatorio.
- Al finalizar el trabajo se debe limpiar y desinfectar el material, instrumentos, equipo y la mesa de trabajo, con la solución desinfectante apropiada para el tipo de superficie.
- Contar siempre con soluciones de etanol al 70% o hipoclorito de sodio al 0.5% para limpiar superficies.

- **Se promoverá el uso de mascarillas lavables**, que deberán cambiarse al menos 2 veces al día y lavarse diariamente; esto último será responsabilidad de cada usuario. En su caso, las mascarillas desechables se destruirán y se podrán descartar en contenedores de basura dentro de bolsas cerradas.
- Desinfectar los teléfonos fijos y los picaportes de las puertas del laboratorio.

En las oficinas, talleres, y el almacén general:

- El uso de mascarillas será obligatorio. **Se exhorta el uso de mascarillas de tela multicapa lavables y reutilizables.**
- Desinfectar los teléfonos fijos, picaportes de las puertas y todas las superficies de trabajo mediante el uso del desinfectante apropiado al tipo de superficie.
- Mantener en todo momento al menos 2 metros de distancia o bien implementar el aislamiento físico (mamparas) entre personas.
- Las personas encargadas de los talleres y del almacén general deberán tomar medidas para garantizar la desinfección de todos los materiales que se reciban, se manipulen o se despachen.

Comedores, salones de seminarios, auditorios y aulas:

- Los comedores se mantendrán cerrados hasta nuevo aviso. Para la reapertura deberá reducirse el aforo de manera que se mantenga la distancia de por lo menos dos metros entre los usuarios. Se fomentará el uso de espacios abiertos para ingerir alimentos, habilitados para tal fin.
- El uso de las aulas para la impartición de cursos se ajustará para seguir las lineamientos generales de los diferentes programas académicos, siguiendo siempre las medidas para asegurar el cuidado de la salud. En la medida de lo posible se fomentarán las actividades a distancia o semi-presenciales.
- Los auditorios podrán utilizarse con previa autorización del Responsable Sanitario y respetando los lineamientos generales de aforo y la distancia de al menos dos metros entre los asistentes.

Biblioteca:

- Se deberán cumplir todas las medidas sanitarias en la recepción, mesas de trabajo y anaqueles.

Ascensores, escaleras y pasillos:

- Evitar, siempre que sea posible, el uso de los elevadores. El uso estará reservado para personas con discapacidad, de edad mayor, y para carga de material y equipo.
- Para subir y bajar en los edificios usar las escaleras siguiendo el flujo predeterminado, en su caso.
- Asegurar la limpieza y desinfección continua de elevadores, pasillos y de los barandales.
- Evitar las reuniones en los pasillos para dejar libre el paso.

Sanitarios:

- Los pisos, lavabos e inodoros serán desinfectados con la frecuencia necesaria para mantener los espacios en óptimas condiciones de limpieza. Deberá establecerse una hoja de registro de limpieza.

- Vigilar constantemente el buen funcionamiento de las llaves automáticas de todos los lavabos, así como de los botones automáticos de los sanitarios y mingitorios.
- Las instalaciones deberán contar siempre con agua, jabón y toallas de papel desechable.

Respecto al transporte institucional mediante camionetas de Biomédicas:

- Los usuarios del transporte institucional deberán usar siempre mascarilla y careta.
- Reducir el aforo al 50% de capacidad de los vehículos. Se ajustará el número de viajes a los distintos destinos, de acuerdo a la demanda.

Preparación de las instalaciones del instituto antes del regreso a las actividades presenciales.

- Sanitización general de las instalaciones

Área de recepción y vigilancia:

- El personal de vigilancia guardará en todo momento las medidas sanitarias.
- Instalación de pantalla o mampara de protección para el personal en la recepción de la sede de Biomédicas en circuito escolar.
- Se colocará señalización visual para recordar que es indispensable el uso de mascarillas en todo momento dentro de las instalaciones y el uso de gel desinfectante al ingreso. Se recordará el lavado de manos con frecuencia.
- Establecer una distancia mínima de dos metros entre personas, al momento de registrar la entrada y salida del personal.
- Colocar en un lugar visible el número de contacto del Responsable Sanitario.
- Inhabilitar las entradas secundarias a las instalaciones de la sede circuito exterior del IIB.

Ventilación:

- Se asegurará el buen funcionamiento de los sistemas de ventilación y de aire acondicionado, así como de las campanas de extracción de vapores.
- Se evitará en lo posible el uso de equipos minisplit en las zonas con mayor concurrencia para reducir la recirculación de aire.
- Se revisará el buen funcionamiento de los manejadores de aire con filtración HEPA.

RESPONSABLE SANITARIO:

Q.F.B. Carlos Castellanos Barba

ccastellanos@iibiomedicas.unam.mx

Teléfono directo enrutado al celular: 56228911