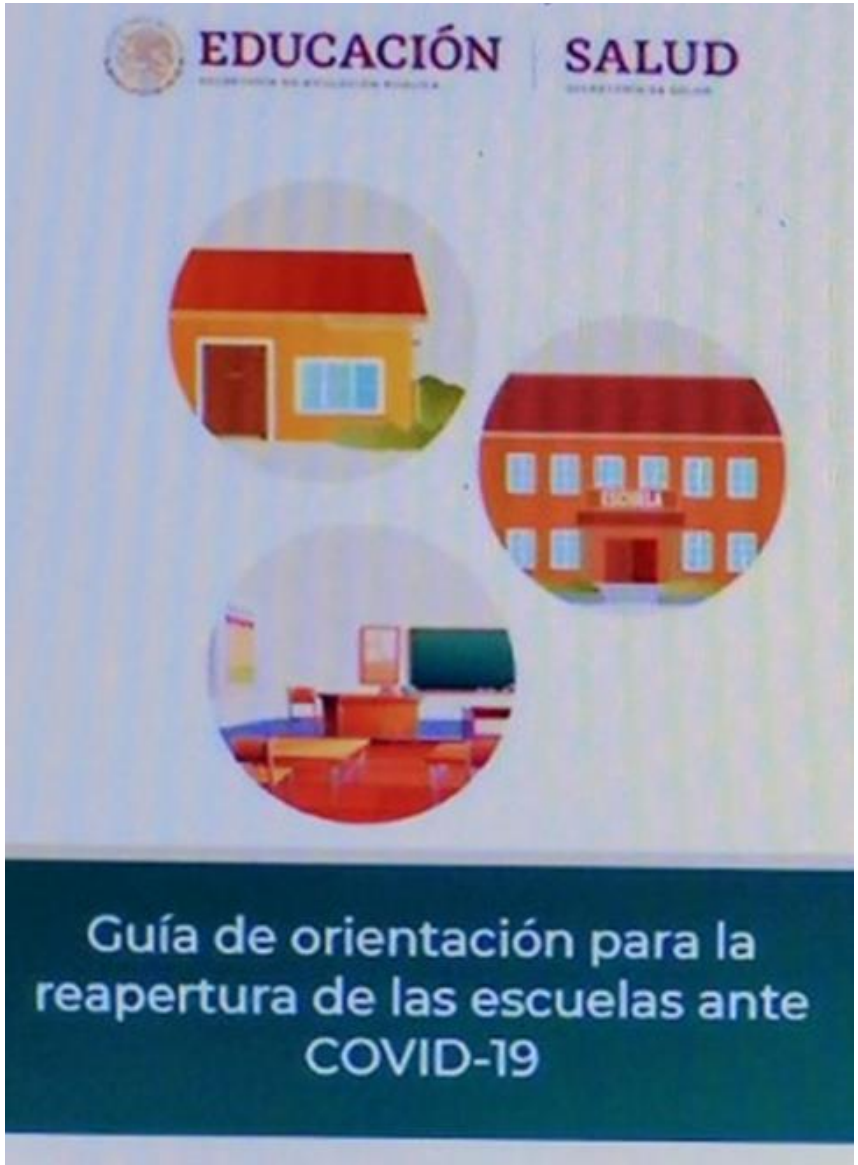
Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza

SS SECRETARÍA DE SALUD

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud



Dr. Jorge Antonio Aguilar Carranza
Coordinador de Promoción de la Salud, Entornos y Comunidades Saludables

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD
Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

¿Por qué nos preparamos?

- **Reducir la velocidad de diseminación del virus.**
- **Disminuir el numero de personas que enfermen.**
- **Asegurar el funcionamiento de los servicios escolares.**
- **Reducir el imparto educativo, social y económico.**

Gobierno del Estado

Coahuila de Zaragoza

SS SECRETARÍA DE SALUD

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud

Filtro escolar

[redacted]

Principios de gestión ante el covid-19 en las instituciones educativas

World Health Organization

Cuales son los riesgos Mas comunes en los centros educativos

RIESGOS BIOLÓGICOS

Bacterias, virus, hongos o parásitos que pueden transmitirse por el contacto con los pacientes infectados, o con líquidos/secreciones corporales contaminados.

SUSTANCIAS QUÍMICAS PELIGROSAS

Diversas formas de productos químicos que pueden ser tóxicas o irritantes para el organismo. Por ejemplo:

RIESGOS PSICOSOCIALES

Factores de la organización del trabajo y las relaciones interpersonales, como contenido del trabajo, volumen de trabajo, conflictos, acoso, violencia, estigmatización y discriminación.

Como Afecta la crisis de la Covid a la salud del personal

El Abuso o mal uso de desinfectantes puede exponer al personal de limpieza , docentes y alumnos a productos dañinos a la salud.

La crisis social, el aislamiento y el temor a contagio puede provocar Violencia psicológica o incluso física, contra autoridades escolares o entre los mismos alumnos.

La preocupación por el personal docente y administrativo, asi como la escasez de Equipo de protección personal, el afrontamiento de situaciones de personales de sufrimiento por muerte de familiares o conocidos afectando la salud mental.

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD
Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Protección de los trabajadores contra el riesgo de contagio durante un brote

- **La probabilidad** de exponerse al contagio y que los trabajadores puedan encontrarse con personas infectadas o puedan estar expuestos a entornos o materiales contaminados (por ejemplo, en oficinas, archivos, baños) durante desempeño de sus funciones

- **La Severidad o la Gravedad** será teniendo en cuenta los factores que afectan a cada persona (incluida la edad, las enfermedades subyacentes y las condiciones de salud), así como las medidas disponibles para controlar el impacto de la infección

P (probabilidad) x S (severidad) = Riesgo

El riesgo de contagio durante un brote en instituciones

- **Riesgo puro:** es aquel sobre el que no se ha aplicado ninguna medida de control

- **Riesgo residual:** aquel sobre el que sí se han aplicado medidas para reducirlo o mitigarlo.

- **Riesgo aceptable:** es aquel que se ha conseguido reducir o mitigar de tal forma que pueda ser tolerado por la institución de acuerdo a la política de seguridad y salud en el trabajo.

NOM 45001:2018 es la norma internacional que mejora la seguridad y salud de los trabajadores.

NOM-030-STPS-2009, Servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo, Funciones y actividades.

¿Por qué un enfoque en la salud en el trabajo?

- Identificar trabajadores y sus ocupaciones con mayor **riesgo de contagio**
- Implementar **medidas de control y prevención** basadas en la evaluación de **riesgos**
- En colaboración con las autoridades de la Secretaria de salud, **difundir información** sobre las medidas de prevención y protección para reducir la propagación de las enfermedades infecciosas

Ejemplos de medidas para prevenir el contagio

- **Controles ambientales y de ingeniería**, con el objetivo de reducir la propagación de patógenos y la contaminación de superficies y objetos (distancia física entre gente externa a la oficina y los trabajadores del edificio, oficinas, baños y salas bien ventiladas, etc.)

- **Medidas administrativas** destinadas a prevenir los comportamientos de riesgo (procedimientos de prevención y control de las infecciones, formación en SST, control y la vigilancia de la salud de los trabajadores, etc.)

- **EPP apropiados** y formación sobre cómo ponérselo, quitárselo y deshacerse de él

- ELIMINACION DE PELIGR0
- SUSTITUCION
- CONTROL DE INGENIERIA
- Control Administrativo
- Control de la practica laboral
- Equipo de Protección Personal

No todas las medidas para el control de los riesgos en instituciones docentes son iguales y/o eficaces.

Las medidas mas eficaces para disminuir los contagios son los cambios de actitud personal mas que uso de equipo de protección personal.

Ejemplos de medidas para prevenir el contagio

- **Distancia física** (introducir turnos de trabajo, hacer llamadas telefónicas y celebrar reuniones virtuales, etc.)
- **Higiene** (proporcionar desinfectante para las manos, fomentar una buena higiene respiratoria en el lugar de trabajo, etc.)
- **Limpieza** (limpiar y desinfectar regularmente las superficies de los escritorios, puestos y objetos de trabajo, desinfección periódica de las zonas comunes como los baños, etc.)
- **Formación y comunicación** (sobre las medidas adoptadas, sobre su derecho a interrumpir una situación laboral que suponga un peligro inminente y grave para la vida o la salud, etc.)
- **Equipos de protección personal** (EPP)
- **Respuesta** (**disponer el aislamiento** de toda persona que desarrolle síntomas de la COVID-19 en el lugar de trabajo, desinfectar adecuadamente el lugar de trabajo, proporcionar vigilancia sanitaria a las personas que hayan estado en estrecho contacto con el trabajador infectado, etc.)

Gobierno del Estado

Coahuila de Zaragoza

Promoción de la Salud

HÁBITOS PARA TENER UNA VIDA

-SALUDABLE-

Realiza al día 3 comidas **principales** y **dos colaciones** en horarios regulares

Disminuye el consumo de **grasas**

Prefiere **carnes blancas**

Evita agregar más **sal** a los platillos

Consume lo **menos** posible de **azúcar, miel y piloncillo**

Bebe de **6 a 8 vasos** de agua simple potable al día

Consume alimentos **naturales** y de **temporada**

Activate al menos **30 minutos** al día

En cada una de las comidas del día incluye al menos **un alimento de cada grupo**

Riesgos derivados del uso de EPP pesados

Los trabajadores sanitarios también pueden enfrentarse a riesgos derivados del uso prolongado de EPP pesados:

- Estrés térmico y la deshidratación
- Mareos
- Marcas en la frente y la cara

Productos químicos

La limpieza y la desinfección con productos químicos se convierten a menudo en elementos clave para frenar el contagio en los lugares de trabajo

El **hipoclorito de sodio** y el **amonio cuaternario** (que se utilizan con frecuencia para desinfectar contra el Covid-19) pueden:

- **conllevar un mayor riesgo de EPOC**
- **afectar la fertilidad**
- **afectar los síntomas del asma**

Es importante que todos los trabajadores reciban una formación adecuada sobre el uso correcto y seguro de estas sustancias químicas y que se les informe sobre sus riesgos y niveles de exposición

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud

Si usas cubreboca, cambíalo:

- Si se humedeció

- Si está roto o desgastado

- Si te lo pusiste en el cuello o lo retiraste por alguna otra razón

¡Si lo vas a usar, hazlo bien!

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD

Promoción de la Salud

@SaludDGPS

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud

¿Cómo colocar el cubreboca?

1. Antes de colocarlo, lávate las manos correctamente
2. Revisa cuál es el lado correcto, tus manos no deben tocar la parte interna
3. Pasa por tu cabeza u orejas las cintas elásticas, el cubreboca debe cubrir siempre nariz y boca
4. No tocarlo mientras lo traigas puesto y, si tienes que hacerlo, lávate las manos
5. Aunque traigas el cubreboca, tose y estornuda con el ángulo interno del brazo

¡Si lo vas a usar, hazlo bien!

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD

Promoción de la Salud

@SaludDGPS

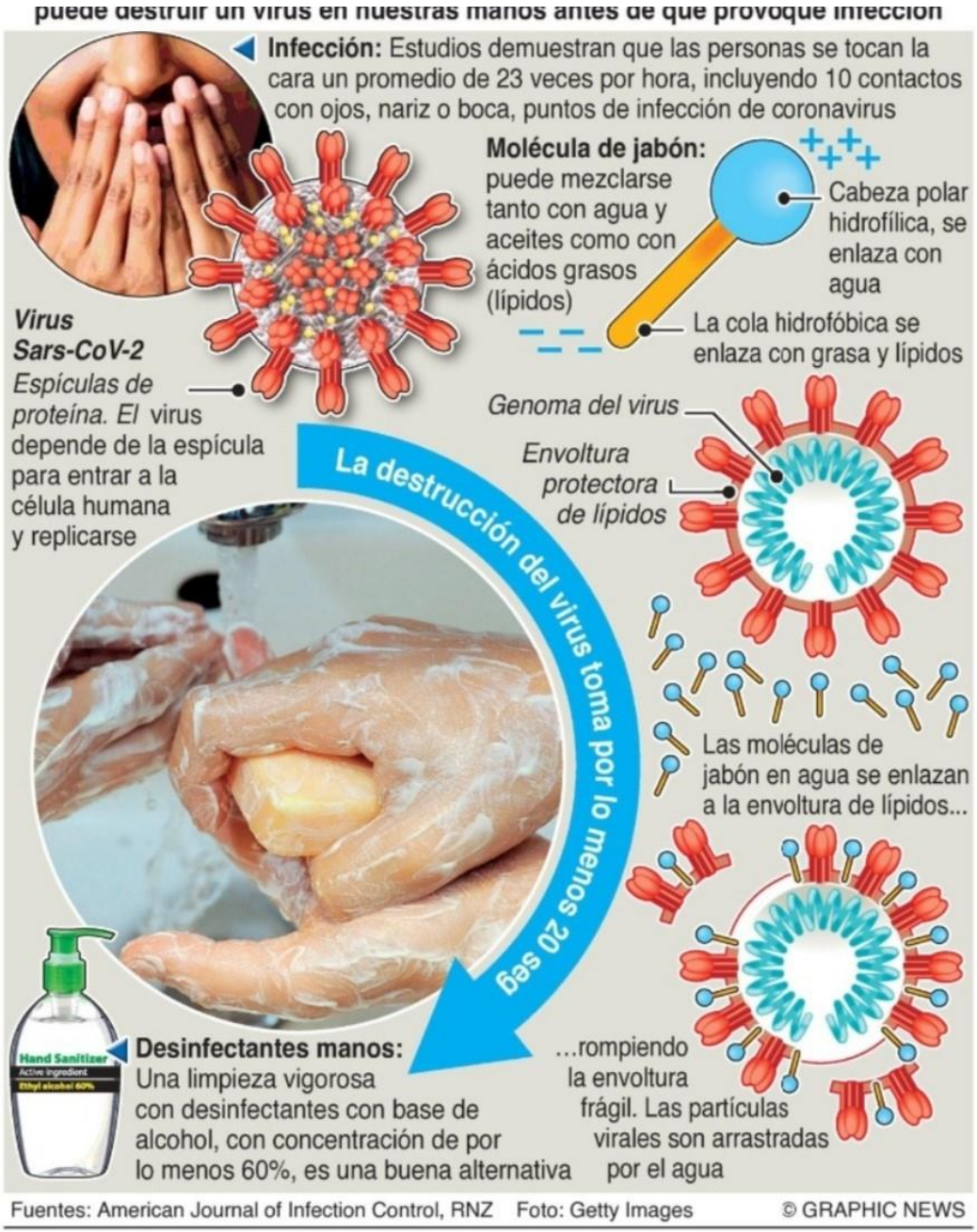
Gobierno del Estado

Coahuila de Zaragoza

SS SECRETARÍA DE SALUD

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud



Gobierno del Estado

Coahuila de Zaragoza

SS SECRETARÍA DE SALUD

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza

Promoción de la Salud

¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinféctese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos

Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;

Frótese las palmas de las manos entre sí;

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;

Una vez secas, sus manos son seguras.

Gobierno del Estado

Coahuila de Zaragoza

SS SECRETARÍA DE SALUD

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud

¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos

0

Mójese las manos con agua;

1

Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;

2

Frótese las palmas de las manos entre sí;

3

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

4

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

5

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

6

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

7

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;

8

Enjuáguese las manos con agua;

9

Séquese con una toalla desechable;

10

Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;

11

Sus manos son seguras.

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD
Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud

Material de apoyo

https://www.youtube.com/channel/UCh2zX2bV3c1-BbggIGLQxyg

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud

SÉPTIMA INTERVENCIÓN

Suspensión de ceremonias o reuniones.

a. Se suspenden las ceremonias, reuniones escolares y formaciones de las y los estudiantes.

b. Las reuniones que se consideren necesarias para la organización de la escuela o actividades académicas que requieran la participación de madres, padres de familia o tutores con los docentes, de carácter informativo podrán realizarse a través de medios virtuales o de manera presencial con un número reducido de participantes -reuniones escalonadas-, en espacios abiertos y respetando las medidas de prevención y sana distancia.

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud

5 Momentos Clave

01 PREPARATIVOS
Coordinación de acciones, información y recursos para disminuir el riesgo de contagios en el regreso a clases

02 DÍAS PREVIOS AL INICIO
Informar a la comunidad escolar las medidas para el regreso a clases y realizar la limpieza de la escuela.

03 PRIMER DÍA DE CLASES
Filtros de corresponsabilidad:
de casa, en la entrada de la escuela y en el salón de clases

04 PRIMERA SEMANA DE CLASES
Reforzar medidas preventivas individuales y del entorno escolar

05 RESTO DEL CICLO ESCOLAR
Implementar medidas preventivas, hábitos de higiene y limpieza individuales y en la comunidad escolar como práctica permanente

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud

ESCENARIO 1	ESCENARIO 2	ESCENARIO 3
• Lavado de manos, uso de cubreboca • Limpieza individual diaria de pupitres antes de iniciar actividades, limpieza y desinfección de salón y la escuela.	• Lavado de manos, uso de cubreboca • Limpieza individual diaria de pupitres antes de iniciar actividades, limpieza y desinfección de salón y la escuela.	• Limpieza y desinfección de toda la escuela.
Asistencia alternada, clases y actividades escalonadas, distanciamiento entre pupitres.	Asistencia alternada, clases y actividades escalonadas, distanciamiento entre pupitres.	
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	

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza

Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud

Escenarios de actuación ante COVID-19 en planteles escolares

ESCENARIO 1	ESCENARIO 2	ESCENARIO 3
Sin casos sospechosos de enfermedad por COVID-19 en la escuela (alumnos, personal docente y administrativo).	**Un estudiante o docente diagnosticado por el personal de salud como caso sospechoso de COVID-19 en una aula o salón.**	**a) Un estudiante, docente o administrativo del plantel escolar diagnosticado por el personal de salud como caso confirmado de COVID-19** **b) Dos o más salones con suspensión de clases por caso sospechoso de COVID-19.**
	Acción inmediata: Envío de todos los alumnos y docentes a sus casas por 14 días naturales. Suspensión de clases presenciales del grupo. Se mantienen en observación en casa, si presentan síntomas acuden a los servicios de salud. **Notificación a autoridades educativas y sanitarias.**	**Acción inmediata:** Envío de todos los alumnos, docentes y administrativos a sus casas por 14 días naturales. Suspensión temporal de clases presenciales de la escuela. Se mantienen en observación en casa, si presentan síntomas acuden a los servicios de salud. **Notificación a autoridades educativas y sanitarias.**

Gobierno del Estado
Coahuila de Zaragoza
SS SECRETARÍA DE SALUD
Secretaría de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza.

Promoción de la Salud

No hacer caso a rumores ni compartir información falsa

No hagas caso a rumores, datos o información falsa

Te haces daño a ti, le haces daño a tu familia y le haces daño a México

Gobierno del Estado

SS SECRETARÍA DE SALUD

Coahuila de Zaragoza

Promoción de la Salud

Nuevo coronavirus COVID-19

Medidas de prevención en el entorno laboral

Lávate las manos **frecuentemente con agua y jabón** o con solución a base de **alcohol gel al 70%.**

Al estornudar o toser, **cubre tu nariz y boca** con el **ángulo interno de tu brazo** o con un pañuelo desechable.

Mantén limpio tu espacio de trabajo y objetos de uso común.

Evita el **contacto directo** con personas que tienen **síntomas de resfriado o gripe.**

Usa cubreboca sólo si tienes una infección respiratoria.

Si estás resfriado o con gripe, **permanece en casa para evitar contagios y NO te automediques.**

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

Promoción de la Salud

Esfuerzos conjuntos para proteger la salud y seguridad de todos

GRACIAS