

# Jornada Nacional de Sana Distancia

Del 23 de marzo al 19 de abril 2020

---

#SanaDistancia



14 de Marzo 2020

# Intervenciones de sana distancia



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

1. Medidas básicas de prevención
2. Suspensión temporal de actividades no esenciales
3. Reprogramación de eventos de concentración masiva
4. Protección y cuidado de las personas adultas mayores



# 1. Medidas básicas de prevención

- **Lavado frecuente de manos**
  - Preferentemente con agua y jabón (de preferencia líquido) y que al menos dure 30 segundos
  - En caso de no contar con agua y jabón se puede usar Gel anti bacterial con base alcohol al 70%
- **Etiqueta respiratoria**
  - Tapar nariz y boca al toser o estornudar, con el ángulo interno del codo
  - Lavar manos después de hacerlo
- **Saludo a distancia**
  - Evitar el saludo de mano, abrazo y beso
- **Recuperación efectiva**
  - No acudir salir de casa en caso de presentar síntomas compatibles con COVID-19 (fiebre y/o tos)

## 2. Suspensión temporal de actividades no esenciales

**La Secretaría de Salud recomienda suspender temporalmente las actividades no esenciales de los sectores público, social y privado a partir del lunes 23 de marzo de 2020**

- Actividad no esencial es aquella que no afecta la actividad sustantiva de una organización pública, social o privada, o los derechos de sus usuarios
- Se suspenden las actividades no esenciales que involucren la congregación o movilidad de personas, en particular de diversas regiones geográficas y sustituirlas por actividades que favorezcan la sana distancia

### **3. Reprogramación de eventos de concentración masiva**



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

**La Secretaría de Salud recomienda posponer, hasta nuevo aviso, los eventos masivos que congreguen a más de 5,000 personas**

## 4. Protección y cuidado de las personas adultas mayores



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

**COVID-19**

Como personas mayores de 60 años somos más vulnerables a presentar complicaciones graves por el nuevo coronavirus, que podemos prevenir siguiendo estas medidas básicas:

¿Qué puede hacer mi familia?

¿Qué puedo hacer yo?

The infographic features a blue background with orange and purple horizontal stripes. At the top, the word 'COVID-19' is written in large, bold, purple letters with a white outline. The letter 'O' is replaced by a red circle with a diagonal slash over a grey coronavirus particle. Below the title, a white speech bubble contains text in Spanish. At the bottom, two cartoon characters, an elderly woman and an elderly man, are shown. The woman is on the left, wearing a green top, and the man is on the right, wearing a red sweater and glasses. They are both pointing upwards. Below each character is a white box containing a question in Spanish.



## 4. Protección y cuidado de las personas adultas mayores

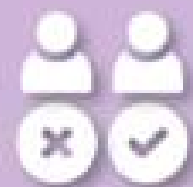


**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

• Si algún familiar presenta síntomas, pide que mantengan contacto telefónico en lugar de visitar y arriesgar un contagio.



• Si alguien te ayuda a realizar actividades diariamente, planifica quién te puede apoyar si esta persona se enferma.



• Cuando te visiten, evita el contacto directo y saludar de beso/abrazo.



• Mantén una distancia de al menos 1.5 m.



• Pídeles que vayan a comprar tus alimentos y provisiones para que no tengas que salir.



• Al toser o estornudar, cubre tu boca y nariz con un pañuelo desechable o utiliza el ángulo interno del brazo.

• Lávate las manos entre 10 y 20 veces al día con agua y jabón durante por lo menos 20 segundos, sin olvidar la muñeca.



• O bien usa soluciones a base de alcohol gel al 70%.

• Desinfecta superficies con cloro de uso doméstico diluido en agua por lo menos una vez al día. Diluye una cucharada (10 mL) de cloro por cada litro de agua.



• Recuerda que aún no hay medicamentos específicos para esta enfermedad. No te automediques.



• No te toques la cara, ojos o nariz. Si necesitas hacerlo, lávate las manos antes.

# Operativo Vive Latino

- Hasta el corte de información han ingresado al Foro Sol aproximadamente 40,000 personas.
- En el primer Filtro Sanitario Básico (interrogatorio de sintomatología) se han realizado cerca de 20,000 detecciones térmicas infrarrojas.
- Se identificaron a 27 personas con fiebre en el Filtro sanitario primario, descartando a todos la sospecha médica de COVID-19 en revisión especializada.





# Suspensión temporal de actividades no esenciales

- Posponer actividades optativas como cursos, conferencias, galerías, simposios, exposiciones, etc. de cualquier giro
  - Aprovechar uso de las tecnologías de la información
- Reducir el aforo y acceso a espacios públicos un 50% (cines, teatros, museos, galerías)
- En espacios públicos procurar mantener una distancia de 1.5 metros entre cada persona
- Posponer fiestas de cumpleaños y otro tipo de reuniones
- Saludo a distancia

# Centros de trabajo

- Suspender registros de checadores o de acceso con lector de huellas
- Empresas que cuenten con TIC y planes de trabajo en casa o contingencia, reducir la afluencia de personal en las oficinas
- Utilizar elevadores a la mitad de su capacidad máxima a fin de mantener una correcta distancia
- Programar elevadores para parar en ciertos pisos o colocar una persona que sea la única que oprima los botones.

# Sana distancia en la escuela

## Filtro familiar

- **Corresponsabilidad familiar en el cuidado de la salud**
  - No llevar a la escuela a niñas y niños que presenten síntomas respiratorios compatibles con COVID-19 (fiebre y/o tos)
- **Entrega diaria de comprobante de niño sano**
  - Madre o padre deberá entregar de forma diaria, un formato media carta con sus datos de contacto de emergencia, y que incluya la leyenda:
    - Yo, (Nombre completo de madre/padre), acredito que he revisado a mi hija o hijo (Nombre completo alumnado) y que no ha tenido fiebre y/o tos en las últimas 24 horas. Firma del responsable.

# Sana distancia en la escuela

## Filtro escolar

- **Colocar material de promoción de la salud en todo el plantel**
- **Entrega de gel anti bacterial a la entrada de la escuela a todos los niños y niñas**
  - Hacer la entrega de forma fluida para evitar aglomeraciones fuera del plantel
- **Envío a casa de niñas y niños con síntomas respiratorios**
- **Limpieza y desinfección diaria de todo el plantel**
  - Niñas y niños pueden limpiar con un trapo limpio y húmedo
  - Hacer limpieza profunda
  - Colocar en lugares visibles, material con medidas de prevención

# Más agresividad distanciamiento social

- Práctica del vídeo bajo el punto de inflexión
- Momento en que las intervenciones de distanciamiento efectiva vs. Costos
- Cancelaciones
  - Instrucciones claras y precisas
  - CP contundentes y Lenguaje corporal
  - Servicios no esenciales
    - Lista clara y sencilla de servicios no esenciales
      - Eventos que se cancelan cuando el aforo es superior a las 5,000 personas
      - OCESA y Oliva