

# Prevención de COVID-19 en la actividad Religiosa

## Ceremonias Religiosas y Comunidades de Fe

### ¿Qué es un contacto de trabajo?

Aquella persona que ha compartido el mismo espacio con una persona confirmada o sospechosa de COVID-19, bajo las siguientes condiciones:

- Por un periodo de 10 minutos o más a una distancia menor a 1.5 metros y sin haber usado el equipo de protección personal adecuado (sin cubrebocas, careta o lentes protectores)
- Haber tenido exposición directa con las secreciones, gotículas o aerosoles de una persona infectada o sospechosa (por ejemplo, si estornudan o tosen frente al contacto sin taparse la nariz y la boca) o contacto directo con superficies contaminadas por la persona
- El contacto debe haber ocurrido en promedio cinco días anteriores al inicio de los síntomas

### Riesgos específicos de la actividad

- Tiempo prolongado en espacios cerrados
- Eventos masivos, con práctica de cantos y coros
- Contacto directo entre personas
- Áreas comunes que generan, sin las políticas adecuadas, un espacio para la dispersión viral



### Recomendaciones generales

- Mantén una distancia de por los menos 1.5 metros de los demás
- Lava o desinfecta las manos con agua y jabón o usa gel con base de alcohol al 60-80%, al comienzo y al final de la ceremonia; antes de comer o beber; después de tocar dinero, objetos o artículos de uso común como perillas de puertas o después de ir el baño
- No te toques la cara, en especial ojos y boca
- Al estornudar o toser, cúbrete la nariz y boca con el ángulo interno del brazo, aun si estas utilizando cubrebocas
- No compartas objetos de uso común o personal: teléfonos, audífonos, pluma, equipo de protección personal (EPP), limpia con agua y jabón o desinfecta con alcohol
- Tómate la temperatura diariamente, si es de 37.5°C o más, repórtala al jefe, busca orientación médica telefónica y quédate en casa
- Usa siempre el equipo de protección personal (EPP)
- Si usas uniforme, al término de la jornada, retira la ropa y llévala a casa en una bolsa
- Si viajas en transporte público, desinfecta las manos antes de abordar, usa cubrebocas, evita tocar tu cara, así como superficies del vehículo, procura mantener una distancia de por lo menos 1.5 metros y al salir desinfecta de nuevo las manos

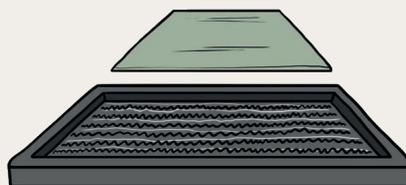


El propósito de estas recomendaciones es que ningún voluntario reúna las condiciones para ser un contacto en el trabajo.

# Preparación

## Prepare la lista de lo que es absolutamente necesario

- **Soluciones** desinfectantes, cloro comercial (100 ml diluido en 900 ml de agua) o gel con base de alcohol del 60-70% para destruir o inactivar el virus; toallas sanitizantes, agua, jabón y toallas de papel desechables
- **Equipo** de protección personal (EPP) acorde con la actividad que realice:
  - **Todos deben usar cubrebocas**
  - Protección ocular para el personal que tenga contacto con la comunidad
  - Guantes de uso doméstico para la limpieza
  - Ropa de trabajo para cambio diario
- **Disponibilidad** de consumibles para higiene de manos en: acceso, recepción, atrio, residencias, baños, área de limpieza, comedor, entre otros
- **Señalización:**
  - En el acceso para el uso correcto del cubrebocas y solicitando a los congregantes no participar en coros y cantos
  - En el piso, con la separación que debe tener cada persona en las diversas áreas
  - En las bancas, marcando los espacios inhabilitados
  - En puertas para evitar tocar manijas y superficies
- **Higiene de manos en:** entradas y áreas de alto flujo
- **Etiqueta respiratoria**
- En el acceso principal con las medidas preventivas del COVID-19
- **Barreras** físicas en donde se dificulte mantener 1.5 metros de distancia entre cada persona
- **Ventiladores** para aumentar la circulación de aire exterior en espacios mal ventilados
- **Directorio** con teléfonos para orientación médica sobre el COVID-19



# Preparación

## Organice la jornada de trabajo (eficiente)

- **Capacita** e informa de manera continua a la comunidad sobre las medidas implementadas para prevenir el COVID-19 y la información relevante, a través de medios digitales. Incluye al personal voluntario en las capacitaciones
- **Designa** a una persona para que se informe y se encargue de responder cuestiones relacionadas al COVID-19
- **Define** la acción a seguir en caso de que alguien presente síntomas relacionados con COVID-19 o si reportan contacto con una persona sospechosa o confirmada
- **Identifica** un área cómoda, bien ventilada para el aislamiento temporal de casos y contactos
- **Establece** procedimientos para transportar, de forma segura, a su hogar o al centro de atención médica, según sea el caso, a fieles sospechosos de COVID-19
- **Establece** horarios escalonados para las ceremonias y para la atención a usuarios, a modo de limitar el contacto físico y riesgo de transmisión
- **Limita** el número de fieles que podrán permanecer en el interior de acuerdo al semáforo local: Rojo: suspensión de eventos presenciales; naranja: 25% del aforo; amarillo: 50% del aforo; verde: actividad regular con medidas de prevención
- **Promueve** la participación a distancia, especialmente con los grupos vulnerables: personas mayores y con enfermedad crónica sin control
- **Realiza** opciones para participar en las ceremonias de manera virtual
- **Para** ceremonia presencial, elije un área bien ventilada, preferentemente al aire libre, siempre con respeto del distanciamiento y del número máximo de participantes
- **Agrega** ceremonias exclusivas para personas mayores, escoge los horarios menos concurridos y recuérdales evitar el transporte público para acudir
- **Limita** al máximo la duración de las ceremonias
- **Organiza** sentidos de circulación para evitar el contacto
- **Designa** entradas y salidas exclusivas
- **De** ser posible, deja las puertas abiertas en el interior del templo para limitar el contacto de manos con manijas
- **Organiza** y distribuye las bancas y sillas para permitir la distancia de 1.5 metros entre cada uno
- **Almacena** los zapatos en espacios individuales, si tu templo requiere el acceso descalzo
- **Sustituye** los coros y cantos por grabaciones y sugiere a los fieles seguirlos con la mente, sin cantar en voz alta
- **Sustituye** libros (misal) y folletos por versiones digitales, por ejemplo, utilizando código QR
- **Establece** un sistema para recibir donativos sin contacto
- **Sustituye** o suspende cualquier contacto físico directo entre los participantes
- **Escoge** una estrategia para sustituir o suspender cualquier momento de la ceremonia que hubiera requerido el retiro de cubrebocas
- **Establece** programas de limpieza y desinfección. Enfócate en las superficies y objetos que se tocan frecuentemente como: bancas, estantes, repisas, apagadores, pasamanos, puertas, entre otros



# Durante la actividad laboral

## Al ingreso

- Implementa un filtro para medir la temperatura e interrogar síntomas:
  - Si un miembro de la comunidad al llegar tiene fiebre o síntomas sospechosos de COVID-19, asegúrate que use cubrebocas, envíalo al servicio de salud para valoración y si corresponde, pídele que regrese a casa en transporte privado
  - Si alguien, al llegar tiene 37.5°C o más, ofrécele un cubrebocas e invítalo a regresar a casa y a llamar al teléfono de información de su localidad para recibir orientación médica COVID-19
- Elabora una lista del registro de asistencia que incluya área ocupada, nombre, teléfono y correo electrónico en caso de necesidad de estudio de contacto. Monitorea el ausentismo
- Solicita a los fieles ocupar el mismo lugar o la misma zona cada vez que acudan al templo, y que intenten identificar a las personas que les rodean
- Deshabilita las áreas ocupadas por personas con síntomas respiratorios hasta que se realice limpieza

## Para los líderes religiosos

- Promueve el intercambio de información fidedigna acerca del COVID-19 y evita la desinformación
- Antes del servicio recuerda las medidas y acciones que se deben seguir durante la ceremonia y al finalizar, recuérdales seguir las recomendaciones de las autoridades

## Para empleados y voluntarios

- No compartas dispositivos electrónicos, artículos de oficina, equipo de trabajo ni objetos personales
- Limpia las áreas u objetos de uso común después de haberlas utilizado
- Aumenta la ventilación natural
- Vacía las pilas de agua bendita y similares para evitar que los fieles entren en contacto con las mismas
- Evita compartir micrófonos, utiliza micrófonos personales o cubiertas protectoras fáciles de lavar



## Para la comunidad

- Evita el saludo con contacto
- Abstente de tocar o besar objetos religiosos
- Recibe la bendición desde al menos un metro de distancia
- Si en la ceremonia requieres hincarte, prefiere llevar tu propio tapete para ese propósito
- **Deséale la paz al prójimo, sin contacto y a distancia**
- Limita tu estancia al máximo, con mayor relevancia si el templo es cerrado

## Si ofreces otros servicios

- Consulta la ficha de **"Oficinas"** para recomendaciones para el área administrativa
- Si dentro de las instalaciones existen habitaciones o residencias compartidas consulta la ficha de **"Trabajadores Temporales"** y sigue las recomendaciones correspondientes
- Para mayor información relacionada con seminarios, cursos y talleres, consulta la ficha de **"Escuelas"**
- Si cuentas con u ofreces alimentos en comedores comunitarios, consulta y sigue las recomendaciones de la ficha **"Comedores Industriales"**
- Si el templo tiene tienda, revisa la ficha de **"Micronegocios"**

# Supervisión

- Que las personas conozcan y respeten las instrucciones
- Que no se compartan los dispositivos de comunicación, EPP, audífonos, materiales, objetos o herramientas de trabajo
- La disponibilidad de los productos necesarios para la higiene
- Funcionamiento adecuado de los sistemas de agua, sobre todo después del cierre prolongado
- El cumplimiento de las rutinas de limpieza de las instalaciones, baños, pasillos, módulos de atención, recepción, cocinetas, elevadores, pasamanos, dispositivos electrónicos, entre otros
- Que las áreas estén ventiladas y que, en caso de contar con sistemas de ventilación, tengan el mantenimiento adecuado
- Considera la retroalimentación del personal y usuarios para implementar mejoras



**Atención:** ¡Un riesgo puede ocultar otro! Asegúrate de que la atención prestada al riesgo de infección no oculta o reduce la atención prestada a los riesgos específicos de los lugares de trabajo (riesgo de animales, máquinas, caídas de altura, manipulaciones, utilización de los EPP, etc.)

## ¡Si te cuidas tú nos cuidamos todos!



Para más información consulta:

Sobre permiso COVID-19:

<http://www.imss.gob.mx/covid-19>

Más material para el sano retorno:

<http://nuevanormalidad.gob.mx>



Dirección de Prestaciones Económicas y Sociales • Coordinación de Salud en el Trabajo • Coordinación de Bienestar Social