

# Prevención de COVID-19 en la Actividad Laboral

## Guarderías

### ¿Qué es un contacto de trabajo?

Aquella persona que ha compartido el mismo espacio laboral 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 un trabajador infectado o sospechoso (por ejemplo, si estornudan o tosen frente al contacto sin taparse la nariz y la boca) o contacto directo con superficies contaminadas por el trabajador infectado
- El contacto de trabajo debe haber ocurrido en promedio cinco días anteriores al inicio de los síntomas

### Riesgos específicos de la actividad

- Contacto estrecho entre infantes y personal



### Recomendaciones generales

- Mantén una distancia de por los menos 1.5 metros de los demás
- Lávate las manos con agua y jabón o desinfectalas con gel con base de alcohol al 60-80%, al comienzo y al final de la jornada; antes de comer o beber; después de: tocar dinero, objetos o artículos de uso común como perillas de puertas, de ir al baño, del cambio de pañal o de realizar actividades higiénicas con los menores
- No te toques la cara, en especial ojos, nariz y boca
- Al estornudar o toser, cúbrete la nariz y boca con el ángulo interno del brazo, aun si usas cubrebocas
- No compartas objetos de uso personal como teléfonos, audífonos, bolígrafos, maquillaje, equipo de protección personal (EPP) y desinfectalos con alcohol de manera frecuente
- Tómate la temperatura diariamente, si es de 37.5°C o más, repórtala a personal y llena el permiso COVID-19
- Usa siempre el equipo de protección personal (EPP) que te proporciona el patrón
- Si usas uniforme, al término de la jornada, retira la ropa y llévala a casa en una bolsa para su lavado
- Si viajas en transporte público desinfecta las manos antes de abordarlo, usa cubrebocas, evita tocarte la 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 trabajador 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 al 60-70%, para destruir o inactivar el virus; toallas sanitizantes, agua, jabón y toallas tipo sanitas
- **Equipo** de protección personal (EPP), acorde con las actividades que realice cada trabajador
  - **Cubrebocas para adultos**
  - **Gafas** protectoras o caretas para personal educativo
  - **Gautes** de uso doméstico para la limpieza
  - **Uniforme** o ropa de trabajo para cambio diario
- **Consumibles** para higiene de manos de personal y niños/as en: acceso, filtros, baños, salas, comedor, cocina, laboratorio de leches, patio de juegos, área de limpieza y lavado
- **Instala** dispensadores de gel con base de alcohol al 60-80% en cada aula o en espacios comunes para facilitar la desinfección frecuente de manos
- **Señalización:**
  - **En** el piso, con la separación que debe existir durante las filas para el acceso, filtro, baños, salas, comedor, patio de juegos
  - **En** las salas, con la distancia que debe existir entre mesas y sillas, cunas y colchonetas
  - **Higiene** de manos con la técnica y en los 5 momentos sugeridos por la Organización Mundial de la Salud (OMS)
  - **Etiqueta** respiratoria: Cubrir la boca y nariz con el borde interno del brazo
  - **En** el acceso para indicar nuevos horarios, el sentido de circulación para la entrega-recepción de los niños/as y solicitar sólo a un padre, madre o tutor para esta actividad
  - **En** el acceso principal y puertas de salas con las medidas preventivas del COVID-19
- **Barreras** físicas en áreas de contacto frecuente con padres y madres de familia como dirección o recepción
- **Botes** de basura con tapa y pedal con bolsa de plástico
- **Directorio** telefónico para orientación médica sobre el COVID-19



# Preparación

## Organice la jornada de trabajo (eficiente)

- **Capacita** e informa de manera continua al personal, padres y madres de familia o tutores, sobre las medidas implementadas para prevenir el COVID-19 (búsqueda intencionada de casos sospechosos) o sobre asuntos escolares, a través de medios digitales
- **Define** las acciones a seguir, en caso de que el personal, niños y niñas presenten síntomas relacionados con COVID-19, o si reportan contacto con una persona sospechosa o confirmada
- **Informa** a los usuarios del servicio que deberán firmar la "Responsiva Inicial" y la "Responsiva diaria" (Anexo 3A y Anexo 3B, respectivamente, de la Guía para el Reinicio de Actividades de Guarderías por Término de la Emergencia Sanitaria por COVID-19), para que sus hijos o hijas puedan ingresar a la guardería
- **Asegura** los esquemas completos de vacunación en todos los niños y niñas inscritos y en los que están por ingresar
- **Conserva** el registro de asistencia de los responsables de entregar y recibir a las niñas y niños y de visitas, solicita proporcionen nombre completo, números telefónicos disponibles, domicilio completo y correo electrónico, con el fin de localizarlos en caso de estudio de contactos; todo bajo estándares de confidencialidad
- **Recomienda** a las personas autorizadas de 60 años o más, eviten acudir a la guardería a entregar o recibir a las niñas y niños
- **Fortalece** la comunicación con la unidad médica de apoyo a la guardería y notifica oportunamente los casos sospechosos
- **Planea** horarios escalonados y flexibles para las actividades de áreas comunes, para la administración de alimentos y la actividad de sueño-descanso de alimentos y descansos a modo de limitar el contacto físico y disminuir el riesgo de transmisión
- **En caso** de tener que efectuar reuniones presenciales, elige un lugar bien ventilado, o al aire libre; los participantes deberán mantener una distancia mínima de 1.5 metros entre sí y usar cubrebocas de manera obligatoria
- **Calcula** el aforo máximo por sala, patio, comedor, baños y otros espacios para garantizar la sana distancia y realizar la nueva distribución de niños/as
- **No se** deben juntar niños de diferentes salas en las áreas comunes
- **Organiza** sentidos de circulación para actividades en patios, sanitarios y especialmente a la entrada o la salida, para disminuir el contacto entre padres al momento de la entrega-recepción
- **Asigna** horarios de uso para el área de juegos y evitar aglomeraciones no se deben juntar niños de diferentes salas en las áreas comunes
- **Cancela** los eventos académicos como ceremonias cívicas, festivales y otros
- **Permite** el ingreso solo a los servicios que sean esenciales para el buen funcionamiento de las instalaciones
- **Establece** programas de limpieza y desinfección, con énfasis en los pisos de las salas o grupos, los baños, las superficies y objetos que se tocan frecuentemente como mesas, sillas, cunas, colchonetas, cambiadores, sillas porta bebe, sillas altas para comer, nicas, estantes, ventanas, escritorios, dispositivos electrónicos, material didáctico, artículos de oficina, entre otros
- **Retira** los artículos que no sean esenciales para las actividades diarias en clase, así como sillones, sillas, o cualquier mueble con tapicería, juguetes y material didáctico que sea difícil de limpiar
- **Para** el manejo de emergencias como incendios, terremotos, inundaciones, etc., la prioridad será evacuar para mantener seguros a los niños, niñas y personal

# Durante la actividad laboral

## Al ingreso

- Continúa con la medición de temperatura e interroga síntomas en filtro:
  - Si el personal al llegar tiene fiebre o síntomas sospechosos de COVID-19 o los desarrolla en la jornada, asegúrate que use cubrebocas, envíalo al servicio de salud para valoración; ayúdalo a llenar el permiso COVID-19 y si corresponde, pídele que regrese a casa en transporte privado
  - Si un niño o niña durante su estancia presenta algún síntoma sospechoso de COVID-19, aislalo en el área de Fomento de la Salud hasta su traslado a la unidad médica. Limpia y desinfecta dicha área una vez que el niño sea recogido por sus padres o persona autorizada

## Para los padres, madres o tutores

- Informa sobre el estado de salud de los niños/as previo al ingreso
- Asegura la higiene y limpieza de los niños/as



## Aislamiento (sospecha de COVID-19)

- Ante la presencia de dos o más casos sospechosos en una sala aísla a los menores y asistentes o aísla la sala, notifica a la unidad médica de apoyo y a las autoridades sanitarias locales, inicia búsqueda intencionada de casos, y realiza monitoreo telefónico del estado de salud
- En caso de tener dos o más salas aisladas, cierra a corto plazo el plantel (cinco días) para que las autoridades sanitarias realicen estudio de contactos; si se identifican más casos, coordina con las autoridades sanitarias la posibilidad de extender el cierre a 14 días o más
- Si se confirma un caso o más de COVID-19, el aislamiento o cierre de la(s) sala(s) o de la guardería, podrá suspenderse cuando hayan pasado al menos 14 días naturales sin aparición de nuevos casos, siempre en coordinación con la autoridad sanitaria
- Para los casos descartados de COVID-19, la reincorporación podrá realizarse después de que éstos hayan estado asintomáticos cuando menos 24 horas previas y presentando el alta médica

## En los patios

- Verifica que se respeten los horarios y grupos designados, así como el cumplimiento de la sana distancia durante el receso o actividad

## Para el personal

- Realiza o facilita la limpieza y desinfección de las áreas y material en cada cambio de turno, los baños dos veces por turno y la limpieza profunda al final del día
- Si un niño o niña no acude, informa a la dirección para investigar la causa y dar seguimiento
- Verifica que no se comparta el material didáctico entre niños/as
- Asegura se conserve la sana distancia durante la actividad en aulas y patios
- En las actividades con niños y niñas, en las que no sea posible respetar la distancia, usa cubrebocas y lentes protectores
- Limpia y desinfecta al final del turno el área de trabajo

## Alimentos y comidas

- Lávate las manos siempre antes de comer
- No compartas alimentos, bebidas, ni utensilios
- Si tienes hipertensión, sobrepeso, obesidad o diabetes, sigue los planes de alimentación recomendados
- Si la guardería tiene comedor:
  - Sigue las recomendaciones y mantén mínimo 1.5 metros de distancia de los demás
- Si la guardería no tiene comedor:
  - Mantén la distancia o busca un lugar aislado
  - Prefiere un lugar al aire libre, mientras no sea la calle
  - Lleva los alimentos preparados desde casa o cómpralos en lugares que sigan las recomendaciones higiénicas

# Supervisión

- Que personal, padres, madres de familia, tutores, personas autorizadas y visitas conozcan y respeten las instrucciones
- Que no se compartan los dispositivos de comunicación, EPP, audífonos, materiales, objetos o equipo de trabajo
- La disponibilidad de los productos necesarios para la higiene
- El cumplimiento de las rutinas de limpieza de las instalaciones, salas, baños, patios, mesas, sillas, comedor, cocina, recepción, entre otras
- Que las áreas estén ventiladas y que, en caso de contar con sistemas de ventilación, éstos tengan el mantenimiento adecuado
- Considera la retroalimentación del personal, padres de familia, tutores y visitas 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