



---

Guía para el restablecimiento de  
las actividades presenciales en la  
**Dirección de Promoción**  
**Deportiva** de la  
Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo

---





## Objetivo

---



Establecer las medidas y acciones necesarias para reanudar las actividades presenciales de una manera ordenada y segura en la **Dirección de Promoción Deportiva**, privilegiando en todo momento salvaguardar la vida, mediante estrategias de promoción y protección de la salud, con base en lo establecido en el **Protocolo Institucional de Seguridad Sanitaria UAEH**.

# Principios **rectores**

## Seguridad y salud

La Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, acorde con los principios que le rigen, tiene como fundamento el respeto a la vida y la salud, por lo que una de sus acciones prioritarias es velar por la salud y seguridad de su alumnado y personal.

El regreso presencial a las actividades académicas representa todo un reto, en el cual, no solamente se tiene la tarea de atender eficientemente el proceso de enseñar y aprender, sino de manera simultánea, salvaguardar el bienestar de todos los actores que intervienen en el mismo.

Por lo anteriormente expuesto, resulta imperativo establecer políticas y lineamientos que permitan el restablecimiento de las actividades académicas presenciales, hasta volver a la nueva normalidad, en un marco irrestricto de protección a la salud.

## Equidad

Las políticas de actuación para el regreso a las actividades presenciales, deberán realizarse en un marco igualitario, sin distinción de sexo, edad, escolaridad o cargo laboral, garantizando la no discriminación ante una posible infección de COVID-19.

## Flexibilidad

Este principio es de gran relevancia, al comprender que ante la contingencia sanitaria que estamos viviendo, el personal académico, administrativo y alumnado han atravesado diferentes problemáticas para realizar sus actividades que tienen que ver, principalmente, con aspectos de salud, psicológicos, sociales, económicos y tecnológicos. En atención a lo anterior, se debe actuar en un marco de flexibilidad para que cada quien cumpla con su labor, en la modalidad y circunstancias que permitan su mejor desempeño, sin poner en riesgo la salud.

## Inclusión

Es deber de la institución, garantizar la aplicación del Protocolo Institucional de Seguridad Sanitaria UAEH en toda la comunidad universitaria, sin distinción de grupo de edad, orientación sexual, grupo étnico e idiosincrasia.

## Compromiso institucional

Corresponde a la institución, con base en el semáforo epidemiológico, el restablecimiento de las actividades presenciales, atendiendo las indicaciones del Protocolo Institucional de Seguridad Sanitaria UAEH y conforme a los principios de salud y respeto a la vida.

# **Lineamientos Generales**



# Personal

- El personal de la Dirección de Promoción Deportiva se mantiene y mantendrá informado sobre el sistema de semáforo de riesgos epidemiológico y los comunicados que emita la Comisión Institucional de Seguridad en Salud a través de los medios de comunicación institucionales como Radio Universidad, redes sociales institucionales y las del Rector, así como por voz o correo electrónico del titular de la Coordinación de Extensión de la Cultura.
- Derivado del número de personal que acude y espacios de las oficinas de la Dirección de Promoción Deportiva, asisten regularmente en sus horarios laborables las siete personas que integran la Coordinación.
- Con excepción de una persona por prescripción médica, todos los demás integrantes de la Dirección de Promoción Deportiva cuentan con la vacunación anti SARS-CoV-2.
- El personal de la Dirección de Promoción Deportiva:
  - Se capacitará en conocer y aplicar el Protocolo Institucional de Seguridad Sanitaria UAEH, el cual, ha sido previamente compartido mediante correo electrónico y whatsapp.
  - Porta visiblemente la credencial vigente que lo identifica como trabajador universitario
  - Durante su jornada laboral permanece en el espacio asignado para el desarrollo de sus actividades, mantiene el distanciamiento físico y evita la visita a las áreas comunes.
  - Evita compartir materiales, insumos o equipos de uso personal
  - El personal de la recepción desinfectará los documentos que reciba a través de un nano sanitizador o nano difusor.
- Se controlará el registro de asistencia para el personal académico y administrativo, con base en las recomendaciones del Protocolo Institucional de Seguridad Sanitaria UAEH.
- La Subcomisión de Seguridad en Salud de la Dirección de Promoción Deportiva, aplica diariamente antes del inicio de actividades, el Protocolo Institucional de Seguridad Sanitaria independientemente que al ingreso al Poliforum “Carlos Martínez Balmori” existe un filtro sanitario.
- La Subcomisión de Seguridad en Salud de la Dirección de Promoción Deportiva supervisa el correcto uso del cubrebocas, la sana distancia (1.5 mts.), lavado y desinfección de manos de forma recurrente.

- Se favorecen las reuniones de trabajo no presenciales, en caso de ser necesario presenciales, se realizan respetando las medidas de seguridad y salud establecidas en el Protocolo Institucional de Seguridad Sanitaria.
- Independientemente del previo aseo diario que se hace en las oficinas de la Dirección de Promoción Deportiva, el personal realiza la limpieza permanente y continua de los materiales, mobiliario y equipos que utiliza.
- En caso de identificar a una persona con sospecha de COVID-19 o con síntomas de gripe o resfriado se canalizan de inmediato al módulo del Servicio Médico Universitario quien determinará el seguimiento que deberá dar a dicha persona.
- El personal que presente síntomas de COVID-19, gripe o resfriado desde casa, deberá acudir directamente al IMSS, quien determinará su estado de salud, y en caso de requerir aislamiento deberá presentar a la Dirección de Administración de Personal su incapacidad correspondiente con copia a la Dirección de Promoción Deportiva.
- El personal sin esquema de vacunación anti SARS-CoV-2 debe acreditar la no aplicación del biológico por condición médica prescrita, mediante documento expedido por el Instituto Mexicano del Seguro Social.

# Determinación del riesgo

Como se mencionó anteriormente en la Dirección de Promoción Deportiva de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, asisten regular y diariamente dieciséis personas:

Nombre	Tipo de contrato	Jornada Laboral	Nivel de riesgo
Castillo Flores Lidia Julieta	Administrativo de Tiempo Completo	Completa	Bajo
Cruz Guerra Juan Gabriel	Administrativo de Tiempo Completo	Completa	Bajo
Cruz Martinez Ernesto	Sub-Director	No asiste	Alto
Gonzalez Lopez Ignacio	Administrativo de Tiempo Completo	Completa	Bajo
Madrigal Carmona Juan Antonio	Académico de Tiempo Completo	Completa	Medio
Morales Zamora Efrain	Académico de Tiempo Completo	Completa	Bajo
Negrete Avila Lidia Guadalupe	Administrativo de Tiempo Completo	Completa	Medio
Reyes Abud Lorenzo	Académico de Tiempo Completo	Completa	Alto
Zunzunegui Escamilla Armando	Director	Completa	Bajo
Gómez Acosta Susibeth Yazmin	Personal de Honorarios	Completa	Bajo
Vargas Figueroa Nadia Gabriela	Personal de Honorarios	Completa	Bajo
Islas Ramírez María del Rosario	Personal de Honorarios	Completa	Bajo
Pérez Monterrubio Julio Cesar	Personal de Honorarios	Completa	Bajo
Morell Rico Gerardo	Personal de Honorarios	Completa	Bajo
García Herverth Raúl	Personal de Honorarios	Completa	Bajo
Yassin Hernández Hugo Said	Personal de Honorarios	Completa	Bajo

# Logística de retorno de las actividades

La Dirección de Promoción Deportiva se ubica en el Polifórum Carlos Martínez Balmori. Generalmente atiende a alumnos, personal de otras dependencias universitarias y personas externas a la UAEH, atendiendo siempre de acuerdo a las medidas sanitarias implementadas por la Comisión Institucional de Seguridad Sanitaria y el Protocolo **Institucional de Seguridad Sanitaria UAEH**.

Como ya se mencionó anteriormente el personal de la Dirección de Promoción Deportiva :

- Porta visiblemente la credencial vigente que lo identifica como trabajador universitario
- Al entrar a la oficina se utiliza el tapete sanitizante, el gel antibacterial y se sanitizan con spray sanitizante.
- Durante su jornada laboral permanece en el espacio asignado para el desarrollo de sus actividades, mantiene el distanciamiento físico y evita la visita a las áreas comunes.
- Durante la jornada laboral se realiza constantemente el lavado de manos.
- Las reuniones se llevan a cabo guardando la sana distancia en un espacio abierto.
- Evita compartir materiales, insumos o equipos de uso personal
- El personal de la recepción desinfectará los documentos que reciba a través de un nano sanitizador o nano difusor.

Para el caso de las visitas a la Dirección de Promoción Deportiva:

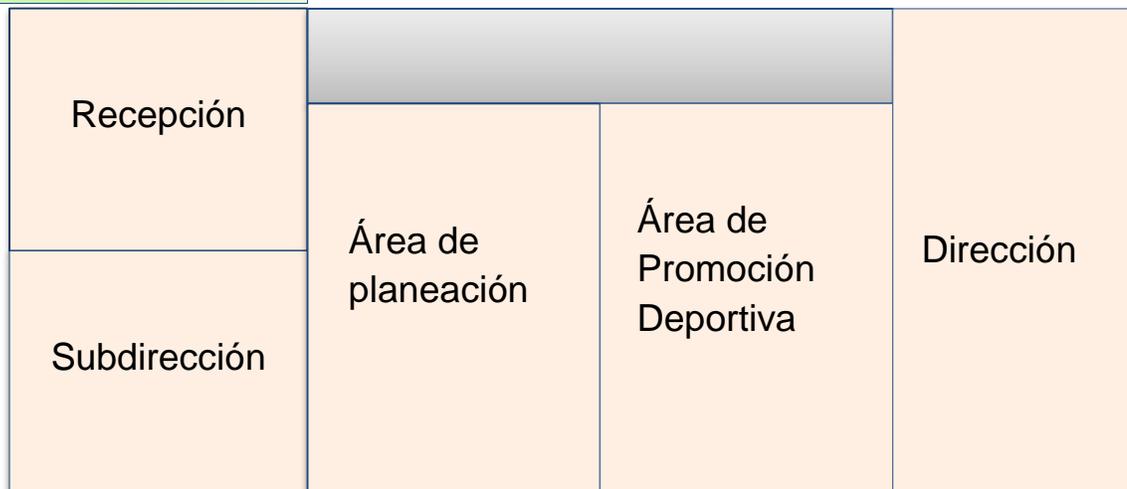
- Se cuenta con sus acrílicos de protección y se tendrá un nanozanitizer o nano difusor para desinfectar los documentos que se reciban.
- Los visitantes deben portar correctamente su cubrebocas, hacer uso del tapete sanitizante, así como del gel antibacterial y sanitizante el spray al ingreso
- En todo momento se deberá guardar la sana distancia.

# Distribución de las áreas de trabajo

La Dirección de Promoción Deportiva se compone de cuatro oficinas personalizadas, con excepción de consultorio de Atención Médico Deportiva y las ligas deportivas.

PRIMER PISO

## Acceso Principal



## Acceso

Área de Deportes Competitivo y Federados

Área de Formación Deportiva

OFICINA PARTE DE BAJA

Acceso

Área de Atención Médico Deportiva

OFICINA A NIVEL DE CANCHA

Almacén

Área de Ligas  
Deportivas

Acceso

# Infraestructura

- Limpieza diaria de las oficinas antes de iniciar las actividades laborales. Igualmente se hará por lo menos una vez más dicha limpieza en el transcurso de la jornada laboral.
- Sanitización los días martes de las oficinas antes de iniciar las actividades laborales
- Instalación de los insumos gel antibacterial y tapete sanitizante en la entrada de la oficina
- Ventilación en la medida de lo posible de las oficinas
- Cada una de las oficinas de los departamentos que integran la Coordinación tienen un gel antibacterial y un rociador desinfectante para la limpieza continua del mobiliario, materiales y equipos que utilizan
- En la recepción de la Dirección, la asistente cuenta material necesario como un nanozanitizer para el proceso de sanitización al ingresar a la oficina y recepción de documentos.
- De manera coordinada con la encargada de la gestión de recursos materiales, se tendrán disponibles para uso los insumos de papel sanitario, jabón líquido y papel para manos en los sanitarios dispuestos para el personal de la Dirección.
- Se instalará en la oficina de la Dirección, los señalamientos necesarios que fomenten la aplicación correcta del **Protocolo Institucional de Seguridad Sanitaria UAEH** entre el personal y visitantes a la misma.

## Dirección de Promoción Deportiva en Poliforum “Carlos Martínez Balmori”

- Filtro en acceso: Aplicación de Gel Antibacterial, tapete sanitizante y atomizados sanitizante junto con el personal de apoyo. Aplicación de encuesta de identificación de sintomatología de casos sospechosos de COVID-19, misma que será aplicada al personal cada 15 días y en dado caso que existan focos de alerta, se derivará al trabajador a una revisión de servicio médico (anexo1).
- Medidas de sana distancia: se recomienda 1.5 metros entre cada persona en la sala de exhibición, para evitar en lo posible el contacto físico cercano con el resto
- Equipo de protección personal: Careta (opcional), uso correcto de cubre bocas.

- Limpieza de superficies: sanitizar bancas de contemplación, chapas de puertas y apagadores de luz.
- Ventilación de los espacios de exhibición.
- Establecer entradas y salidas exclusivas: marcar una ruta de acceso y salida de los espacios de exhibición y el uso de las butacas
- Marcar sobre el piso, indicaciones de donde deberán pararse las personas que observan las obras, manteniendo su sana distancia con los demás visitantes.
- La oficina, al igual que el área de Atención Médico Deportiva solo permitirá el acceso del 40% de su capacidad de visitantes
- En el área de Atención Médico Deportiva dará atención únicamente previa cita, para evitar conglomeraciones de pacientes y puede reservarse el derecho de brindar el servicio en caso de que algún usuario presente alguna sintomatología de Covid-19, mismo que si es el caso será derivado a una revisión por parte del personal de Servicio Médico.

## Sugerencias

- Capacitación continua sobre la evolución y comportamiento del virus SARS-CoV-2 con el propósito de adecuar o actualizar las estrategias tomadas al momento, por parte de los integrantes de la comisión de sanidad de la misma Dirección.
- Una de las propuestas a trabajar es que todo el personal de la dirección deberá tomar los cursos de capacitación del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) que brindan capacitación e información referente al Covid-19.

# Requerimientos de material

Material	Cantidad	Precio c/u
Dispensador de gel/sanitizante/ con termómetro infrarrojo	4 piezas	\$2,800.00
Botiquín	4 piezas	\$800.00
Guantes desechables	12 cajas c/100	\$400.00
Cubre boca	12 cajas c/50	\$250.00
Sanitizante	5 galones	\$720.00
Tapete sanitizador	4 piezas	\$350.00
Nano sanitizador	10 piezas	\$250.00
Acrílicos	12 piezas	\$1000.00
Caretas	20 piezas	\$100.00
Gel antibacterial	5 galones	\$600.00
Jerga	12 piezas	\$65.00
Toallitas desinfectantes	24 cajas c/30	\$90.00
Laysol spray	24 piezas de 400g	\$165.00
Cloro	5 galones	\$280.00
Jabón líquido antibacterial para manos	5 galones	\$ 350.00
Sanitas	2 cajas	\$ 500.00



## **División de Extensión de la Cultura**

### **Dirección de Promoción Deportiva**



Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo

## CUESTIONARIO DE SÍNTOMAS COVID-19

### DIRECCIÓN DE PROMOCIÓN DEPORTIVA

El presente cuestionario tiene como objetivo hacer un filtro a los **trabajadores** antes de ingresar en su lugar de trabajo para identificar a los que presentan síntomas y que no hayan tenido contacto con algún caso que este ya bajo revisión por las autoridades de la Comisión Institucional de Sanidad Universitaria UAEH.

<b>Tener uno o más de los siguientes síntomas justifica el retiro inmediato del lugar de trabajo</b>		
¿Siente fiebre, escalofríos como los de una gripe, o una fiebre con una temperatura tomada por la boca de 38,1°C (100,6°F) o más?	Si	No
¿Ha tenido una pérdida repentina del olfato sin congestión nasal (nariz tapada), con o sin pérdida del gusto?	Si	No
¿Ha desarrollado una tos o su tos crónica ha empeorado recientemente?	Si	No
¿Tiene problemas al respirar o le falta el aliento?	Si	No
¿Tiene dolor de garganta?	Si	No
¿Tiene secreción o congestión nasal de causa desconocida?	Si	No

En dado caso de tener 2 o más afirmaciones en la tabla anterior contestar la siguiente tabla.

<b>Tener uno o más de los siguientes síntomas justifica el retiro inmediato del lugar de trabajo</b>		
Dolor de estómago	Si	No
Náuseas o vómitos	Si	No
<i>Diarrea</i>	Si	No
Fatiga inusualmente intensa sin razón obvia	Si	No
Pérdida significativa de apetito	Si	No
Dolores musculares generalizados inusuales o sin razón obvia (no relacionado con el esfuerzo físico)	Si	No
Dolor de cabeza inhabitual	si	No

## EVALUACIÓN DE CRITERIOS

### **Fiebre:**

- Una fiebre intermitente, es decir, que va y vuelve, también cumple con este criterio.
- Una sola medición oral de la temperatura corporal de 38.1°C o más también cumple este criterio<sup>1</sup>.

### **Tos:**

- Pocas personas, como los fumadores crónicos, pueden desarrollar tos con regularidad. La tos habitual no cumple este criterio, pero cualquier cambio en la tos, como el aumento de la frecuencia o la aparición de esputo, sí lo cumple.

### **Dificultad para respirar:**

- Algunas personas, como los asmáticos, pueden tener razones específicas de su condición que no están relacionadas con la COVID-19 y que explican sus dificultades respiratorias. Cualquier dificultad para respirar que no sea de otras causas obvias cumple con este criterio.

### **Pérdida repentina del olfato:**

- La pérdida repentina del sentido del olfato sin congestión nasal, con o sin pérdida del gusto, cumple con este criterio, ya sea sola o en combinación con otros síntomas.

## Utilización del cuestionario para síntomas de Covid -19

1. Se sugiere que los trabajadores se realicen una auto-evaluación de sus síntomas utilizando el cuestionario antes de salir de casa.
2. Además de la auto-declaración de síntomas, se recomienda que el cuestionario se administre al comienzo del turno o que se haga una validación verbal con los trabajadores para asegurarse de que el cuestionario sea negativo. También podría administrarse en los momentos que se consideren adecuados: descansos, comidas o fin de turno.
3. Un trabajador que declara tener síntomas o que los desarrolle durante el turno de trabajo debe ser aislado en una habitación separada de manera inmediata, usar una máscara de procedimiento y lavarse las manos. Luego saberlo al subcomité de sanidad en la Dirección, misma que deberá informarlo de forma inmediata a la Comisión Institucional de Sanidad Universitaria UAEH.
4. Mantener un registro detallado de todos los trabajadores incluyendo los siguientes detalles: fecha de nacimiento, fechas de los días trabajados, puestos de trabajo ocupados en cada turno, número de teléfono móvil y dirección de correo

electrónico para localizarlos. Estas informaciones se utilizarán para llevar a cabo las investigaciones de los brotes.

5. También se sugiere retirar de manera inmediata y preventiva a todas las personas que hayan estado en contacto cercano con el trabajador sintomático con sospecha de COVID-19, en las últimas 48 horas antes de la aparición de los síntomas hasta su identificación y el aislamiento del trabajador sintomático. El objetivo de esta medida es evitar que un trabajador considerado como un contacto cercano permanezca en el trabajo debido a los retrasos inherentes a la confirmación del caso sintomático. La aplicación de esta medida es aún más útil en presencia de casos ya confirmados en el establecimiento. Sin embargo, la reducción del riesgo de un brote debe tenerse en cuenta en relación con las consecuencias de estas medidas de retirada para el mantenimiento de las actividades en el lugar de trabajo.
6. En caso de que el trabajador sintomático sea COVID-19 positivo, la retirada preventiva de los contactos cercanos habrá contribuido a reducir el riesgo de transmisión en el lugar de trabajo y la identificación de los contactos cercanos facilitará las investigaciones por parte de los servicios de salud pública.
7. El levantamiento del aislamiento del trabajador sintomático será gestionado por las autoridades sanitarias competentes de cada región en función de su evolución de su caso y del resultado de su prueba (positiva o negativa).
8. Cada contacto cercano retirado del trabajo que luego se convierte en un caso de COVID-19 positivo debe cumplir con las recomendaciones de salud pública antes de regresar al trabajo.
9. En caso de recibir un diagnóstico negativo de las autoridades sanitarias competentes, ya sea de los servicios de salud pública o de servicio médico, el trabajador notificará a su empleador y se permitirá a sus contactos cercanos asintomáticos regresar al trabajo.