

Agencia de Protección Sanitaria del Gobierno de la Ciudad de México

Medidas de seguridad sanitaria para prevenir los contagios por el virus SARS-CoV-2

OFICINAS





CONTENIDO

- Objetivo
- · Alcance y campo de aplicación
- Cómo preparar las oficinas para el regreso seguro al trabajo

FASE A. MEDIDAS SANITARIAS ESPECÍFICAS DE SALUD, HIGIENE Y LIMPIEZA

- Limpieza de oficinas
- Limpieza de tinacos y/o cisternas
- Agua para uso y consumo humano
- Procedimiento para el monitoreo de cloro residual libre
- Residuos
- · ¿Qué son las buenas prácticas de higiene?





FASE B. MEDIDAS SANITARIAS GENERALES QUE **DEBERÁN IMPLEMENTARSE EN LAS OFICINAS**

- Señalética
- Filtro sanitario
- Medidas sanitarias y uso del equipo de protección personal
- Ante la presencia de un caso sospechoso durante la jornada laboral en un trabajador o público usuario
- Lavado y desinfección de manos
- Sistemas de ventilación











Establecer las medidas sanitarias pertinentes que deberán aplicarse al interior de las oficinas, con la finalidad de proteger tanto a las y los trabajadores como a las personas usuarias para prevenir el riesgo de contagio y contener la propagación del virus SARS-CoV-2, así como dar seguimiento al interior de sus centros de trabajo conforme a las necesidades específicas.

ALCANCE Y CAMPO DE APLICACIÓN

Las presentes medidas serán de **observancia obligatoria** para oficinas públicas y privadas de la Ciudad de México, así como para el público usuario que ingrese y/o permanezca al interior de oficinas para llevar a cabo alguna petición, solicitud, trámite, servicio o cualquier otro motivo.



Las Direcciones encargadas de la Administración u homólogas de las oficinas publicas y privadas deberán **garantizar la implementación** de las medidas sanitarias de protección a la salud, en el ámbito de sus respectivas competencias.



CÓMO PREPARAR LAS OFICINAS PARA EL REGRESO SEGURO AL TRABAJO

FASE A. MEDIDAS SANITARIAS ESPECÍFICAS DE SALUD, HIGIENE Y LIMPIEZA

- Limpieza y desinfección de oficinas
- Limpieza de tinacos y/o cisternas
- Agua para uso y consumo humano
- Tipos de residuos
- Buenas prácticas de higiene en el manejo de los alimentos

LIMPIEZA DE LAS OFICINAS

Previo a efectuar la desinfección del inmueble, se debe ejecutar un proceso de limpieza de superficies, mediante la remoción de materia orgánica e inorgánica, usualmente mediante fricción, utilizando la **Técnica de Triple Balde**, la cual consiste en:

Enjabonar Enjuagar y secar Desinfectar





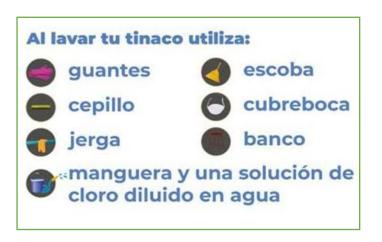


Los desinfectantes de uso ambiental más usados son las soluciones de hipoclorito de sodio, amonios cuaternarios, peróxido de hidrógeno y los fenoles, existiendo otros productos en que hay menor experiencia de su uso. Para los efectos de este protocolo, se recomienda el uso de hipoclorito de sodio a 500 ppm, 1000 ppm y 5000 ppm.

LIMPIEZA DE TINACOS Y/O CISTERNAS

- Los principios que rigen las características del recipiente de almacenamiento son sencillos:
- Estar limpios (mantenimiento frecuente).
- Ser de material resistente y de fácil limpieza.
- No se deben introducir objetos ajenos al depósito.
- Mantenerse tapados para impedir la entrada de polvo, fauna nociva o suciedad, entre otros.







PROCEDIMIENTO

- 1. Si hay bomba para elevar el agua al tinaco o cisterna, apagar el interruptor.
- 2. Cerrar el paso de agua al tinaco o cisterna y vaciarlo.
- 3. Prepara en la cubeta una solución con 8 ml (1 cucharada) de blanqueador comercial (cloro) por cada litro de agua, suficiente para aplicar en toda la cisterna/tinaco.
- Al lavar tu tinaco utiliza:

 guantes escoba
 cepillo cubreboca
 jerga banco
 manguera y una solución de cloro diluido en agua

- 4. Impregna el cepillo con la solución de cloro y talla piso, paredes y techos. **Protégete** con un cubrebocas o pañuelo húmedo y guantes de hule.
- 5. **Trabaja en intervalos** espaciados y no permanezcas en el interior por más de **10 minutos**.
- 6. Deja que la solución se impregne durante **20 a 30** minutos en las paredes del interior, y transcurrido este tiempo, enjuaga con agua limpia y saca el agua con la jerga y la cubeta por la parte superior.



SECRETARÍA DE SALUD





Cloración con hipoclorito de calcio

SUSTANCIA	CANTIDAD	TIEMPO DE ESPERA	
Hipoclorito de calcio	1 pastilla de 7 gramos X 3,000 litros de agua	30 a 60 minutos	0 ppm de CRL
	1 pastilla de 7 gramos X 1,000 litros de agua	30 a 60 minutos	Probablemente contaminada
Nota: Pastilla de 70 gramos (cisternas de deportivos, albercas, hospitales, hoteles, etc.)			



AGUA PARA USO Y CONSUMO HUMANO

Agua en contacto con los alimentos

El agua que esté en contacto con materias prima productos, superficies y envases deberá ser POTABLE.

Se debe contar con alguna medida que garantice **potabilidad del agua** (registros y bitácoras).

Las siguientes operaciones deben realizarse periódicamente y se debe contar con **registros y/o bitácoras** de:

- Monitoreo de cloro residual.
- Análisis microbiológicos del agua que se encuentra en contacto directo con materias primas o productos.
- Programas de limpieza y desinfección.







PROCEDIMIENTO PARA EL MONITOREO DE **CLORO RESIDUAL LIBRE**

Límites permisibles de Cloro Residual Libre

POR DEBAJO DE NORMA **DENTRO DE NORMA** ARRIBA DE NORMA

< 0.2 ppm

0.2 A 1.5 ppm

> 1.5 ppm

Comparador visual



PROCEDIMIENTO PARA EL MONITOREO DE CLORO RESIDUAL LIBRE

- 1. Asegurarse que el grifo o llave esté libre de aditamentos conectados tales como mangueras, a fin de que no interfieran en la determinación de los parámetros y proceder a limpiar el interior del grifo de materiales adheridos, sobre todo si hay óxido.
- 2. Abrir la llave o grifo y dejar correr el agua por un espacio de 30 segundos a un minuto para garantizar que el agua contenida en la tubería ha sido vaciada. Puede recolectar el agua en un recipiente para evitar su desperdicio.

*El agua deberá provenir directamente del sistema de abastecimiento, y no se deberá monitorear si presenta fugas, ya que el agua podría correr por la parte exterior del grifo y contaminar la muestra.

PROCEDIMIENTO PARA EL MONITOREO DE CLORO RESIDUAL LIBRE

3. Después de realizar los pasos anteriores para la recolección del agua, enjuagar las celdas con el agua del grifo por tres veces agitando el comparador. Llenar con el agua que sale del grifo todas las celdas hasta el límite de aforo sin sobrepasarlo. Si sobrepasa la línea, agitar ligeramente el comparador para retirar el excedente hasta alcanzar la línea de aforo.

Existen algunas fuentes de error como la presencia de burbujas en las paredes de las celdas al momento de realizar la lectura, el empañamiento de las celdas, y la presencia de suciedad en las paredes que pueden alterar la visibilidad superficial de la muestra originando un error en la lectura.





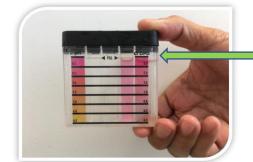
PROCEDIMIENTO PARA EL MONITOREO DE **CLORO RESIDUAL LIBRE**

4. Agregar una pastilla de reactivo DPD1 a la celda de prueba para cloro residual libre, abriendo la envoltura con las manos o utilizando un dedo, presionando por la parte exterior del blíster, para que la pastilla caiga en la celda evitando el contacto con sus manos, dedos u otra

superficie.

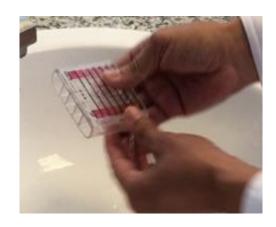


5. Comparar cada celda de prueba con su respectiva escala colorimétrica colocando un fondo blanco por detrás para poder observar el color que presenta el agua, y registrar el resultado.

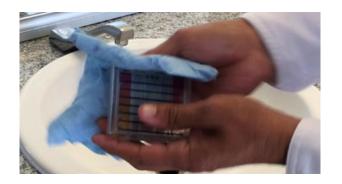


PROCEDIMIENTO PARA EL MONITOREO DE **CLORO RESIDUAL LIBRE**

6. El contenido de las celdas podrá arrojarse al drenaje y el comparador colorimétrico deberá enjuagarse hasta que no contenga residuos, y secarse después de cada determinación para evitar contaminación. Puede ayudarse de alcohol en spray y toallas de papel para limpiar y secar las celdas.









RESIDUOS

Residuos inorgánicos: son residuos elaborados con materiales que no se descomponen o tardan mucho tiempo en descomponerse como plásticos, metales, vidrio, papel y cartón.

0

Residuos orgánicos: son los residuos que se descomponen, como los restos de comida o de jardinería.





Residuos Sanitarios

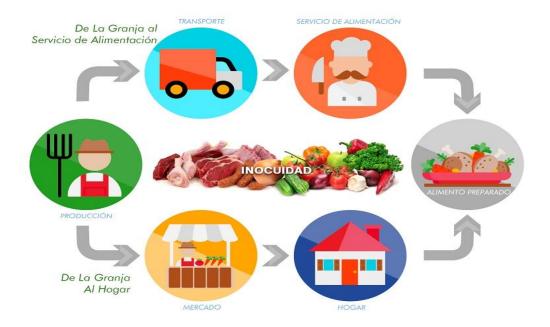
Son aquellos materiales que se desechan al ser utilizados en la higiene personal o durante la atención médica a personas o animales, así como los que por sus características limiten su aprovechamiento o puedan generar un grado de riesgo a la salud y al ambiente.

Cubrebocas, pañuelos desechables, gasas, guantes, chicles, caramelos, cepillos dentales, abatelenguas, jeringas y colillas de cigarro, entre otros.



¿QUÉ SON LAS BUENAS PRÁCTICAS DE HIGIENE?

Las medidas necesarias que deben vigilarse durante el proceso para garantizar la inocuidad de los productos.



FASE B. MEDIDAS SANITARIAS GENERALES QUE DEBERÁN IMPLEMENTARSE EN LAS OFICINAS

- Medidas generales
- Uso de cubrebocas
- Señalética
- Ante la presencia de un caso sospechoso durante la jornada laboral en un trabajador o público usuario
- Lavado y/o desinfección de manos
- Sistemas de ventilación

MEDIDAS GENERALES

OCTOGÉSIMO CUARTO AVISO POR EL QUE SE DAN A CONOCER LAS ACCIONES DE PROTECCIÓN A LA SALUD QUE DEBERÁN OBSERVARSE DERIVADO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR COVID-19

ÚNICO. A partir del viernes 14 de octubre de 2022 los establecimientos mercantiles y oficinas, tanto gubernamentales como privadas, espacios culturales, así como cualquier otra instalación, deberán observar las siguientes medidas generales de protección a la salud:



ACCIONES DE PROTECCIÓN A LA SALUD QUE DEBERÁN OBSERVARSE DERIVADO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR COVID-19

Uso voluntario de cubrebocas en espacios abiertos; o bien, en espacios cerrados cuando exista sana distancia y adecuada ventilación.

Se recomienda mantener el uso de cubrebocas en los siguientes supuestos:

- Espacios cerrados cuando no exista sana distancia o adecuada ventilación
- Lugares de alta afluencia de personas, como escuelas, transporte público u hospitales
- Actividades o espectáculos públicos en espacios cerrados
- Personas mayores, personas con enfermedades respiratorias, personas con patología crónica o inmunodepresión
- Personas sospechosas o confirmadas de Covid-19, y
- Personas que decidieron no vacunarse.

SECRETARÍA

DE SALUD

Vigentes a partir del viernes 14 de octubre

https://data.consejeria.cdmx.gob.mx/portal_old/uploads/gacetas/21cc9cce11c6b2985479b1d0ffecfad5.pdf



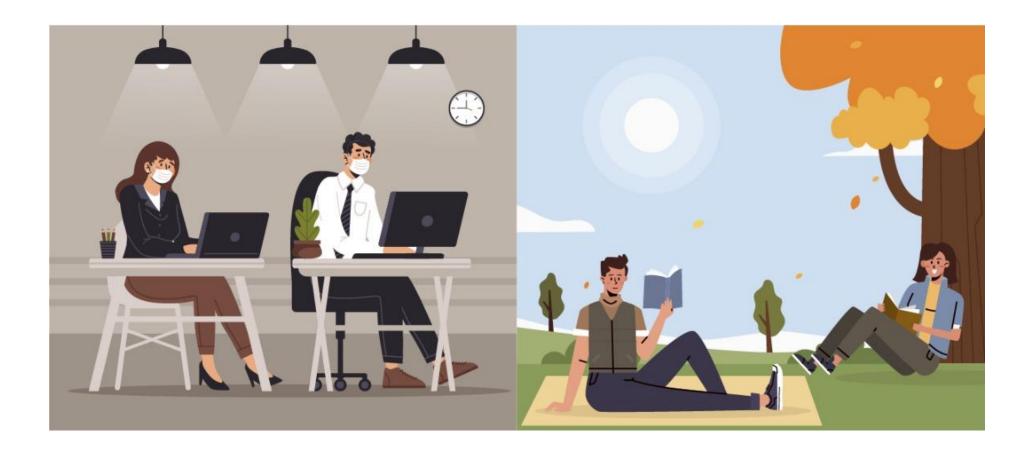


CIUDAD INNOVADORA Y DE DERECHOS





ACCIONES DE PROTECCIÓN A LA SALUD QUE DEBERÁN OBSERVARSE DERIVADO DE LA EMERGENCIA SANITARIA POR COVID-19





SEÑALÉTICA

Señalética general para uso dentro de las oficinas:

- Uso de cubrebocas.
- Señalética indicando puntos con gel antibacterial.
- Flujos de entrada y salida

ANTE LA PRESENCIA DE UN CASO SOSPECHOSO DURANTE LA JORNADA LABORAL EN UN TRABAJADOR O PÚBLICO USUARIO

- Si un trabajador o usuario presenta alguno de los signos o síntomas relacionados con el COVID-19, con o sin antecedente de tener contacto con casos confirmados, se deberá llamar a LOCATEL (55 5658-1111), acudir a la unidad de salud en caso de presentar dificultad respiratoria.
- Mientras el trabajador o usuario abandona las instalaciones, **se debe aislar** en el área destinada para este fin, y en caso de no contar con una, puede ser en un espacio donde no tenga contacto con otras personas.
- Por ningún motivo se podrá sancionar al personal que se ausente del trabajo en caso de presentar síntomas de COVID-19.



LAVADO Y/O DESINFECCIÓN DE MANOS

Promover el lavado y/o desinfección de manos del personal y público usuario en los siguientes casos:

DE SALUD

- Al acceder al inmueble.
- Antes y después de comer.
- Antes y después de ir al baño.
- Después de toser o estornudar.
- Después de estar en contacto con la **basura**.
- Siempre que las manos estén visiblemente sucias.

COMO LAVARSE CORRECTAMENTE LAS MANOS

EL PROCESO DEBE DURAR ENTRE 30 Y 60 SEGUNDOS









MOJAR LAS MANOS

APLICAR SUFICIENTE
JABÓN PARA CUBRIR
TODAS LAS SUPERFICIES
DE LAS MANOS

FROTAR LAS PALMAS DE LAS MANOS ENTRE SÍ

FROTAR LA PALMA DE LA MANO DERECHA CONTRA EL DORSO DE LA MANO IZQUIERDA ENTRELAZANDO LOS DEDOS Y VICEVERSA



FROTAR LAS PALMAS
DE LAS MANOS ENTRE
SÍ CON LOS DEDOS
ENTRELAZADOS



FROTAR EL DORSO
DE LOS DEDOS DE UNA
MANO CONTRA
LA PALMA DE
LA MANO OPUESTA,
MANTENIENDO UNIDOS
LOS DEDOS



RODEANDO EL PULGAR
IZQUIERDO CON LA PALMA
DE LA MANO DERECHA,
FROTE CON UN
MOVIMIENTO
DE ROTACIÓN
Y VICEVERSA



FROTAR LA PUNTA
DE LOS DEDOS
DE LA MANO
DERECHA CONTRA
LA PALMA DE LA MANO
IZQUIERDA, HACIENDO
UN MOVIMIENTO
DE ROTACIÓN
Y VICEVERSA



ENJUAGAR LAS MANOS



TOALLA DE UN SOLO USO



UTILIZAR LA TOALLA PARA CERRAR EL GRIFO



SUS MANOS SON SEGURAS

SISTEMAS DE VENTILACIÓN

Para la instalación y mantenimiento de los sistemas de ventilación en los establecimientos, se deberán seguir los siguientes puntos de acuerdo a la infraestructura existente:

- Asegurar una ventilación natural a través de ventanas.
- Abrir ventanas de baños para asegurar la correcta dirección de la ventilación 24/7.
- Mantenimiento continuo de los sistemas de aire acondicionado, incluyendo cambio de filtros de manera regular, asegurándose de la correcta colocación para evitar filtraciones de aire. Verifique si los filtros que se utilizan pueden ser cambiados por unos de mayor eficiencia.



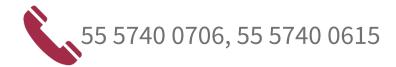


AGENCIA DE PROTECCIÓN SANITARIA DEL GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO

Insurgentes Norte 423, Nonoalco Tlatelolco, Cuauhtémoc, 06900, Ciudad de México.

POR SU AMABLE ATENCIÓN

"GRACIAS"







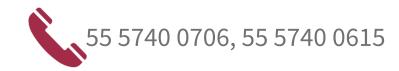
AGENCIA DE PROTECCIÓN SANITARIA DEL GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO

Insurgentes Norte 423, Nonoalco Tlatelolco, Cuauhtémoc, 06900, Ciudad de México.

AVISO DE PRIVACIDAD SIMPLIFICADO DE CAPACITACIONES

La Agencia de Protección Sanitaria del Gobierno de la Ciudad de México, a través de la Coordinación de Fomento, Sanitario, Análisis y Comunicación de Riesgos, es la responsable del tratamiento de los datos personales que nos proporcione, los cuales serán protegidos en el Sistema de Datos Personales denominado, "SISTEMA DE DATOS PERSONALES DE CAPACITACIONES". Los datos personales que recabemos serán utilizados con la finalidad de posibilitar la comunicación entre la Agencia de Protección Sanitaria del Gobierno de la Ciudad de México y las personas físicas y morales cuyas actividades, productos y servicios puedan representar un daño o un riesgo a la salud y estén sujetos a regulación, control y vigilancia sanitaria y no podrán ser transferidos salvo las excepciones previstas en la Ley de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados de la Ciudad de México. Usted podrá manifestar la negativa al tratamiento de sus datos y/o acceder, rectificar, oponerse o cancelar el tratamiento de los mismos; directamente ante la Unidad de Transparencia de la Agencia de Protección Sanitaria del Gobierno de la Ciudad de México, ubicada en Insurgentes Norte 423, Nonoalco Tlatelolco, Cuauhtémoc, 06900, Ciudad de México, con número telefónico 5557411457. Para conocer el Aviso de Privacidad Integral, puede acudir directamente a la Unidad de Transparencia o ingresar a la página:

https://agepsa.cdmx.gob.mx/storage/app/media/uploaded-files/AVISO%20PRIVACIDAD%20CAPACITACIONES.pdf











SECRETARÍA DE SALUD