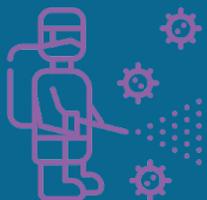


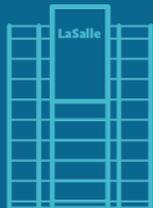


Profesionales con **Valor** /



Reforzamiento
**medidas
preventivas
ante COVID-19**

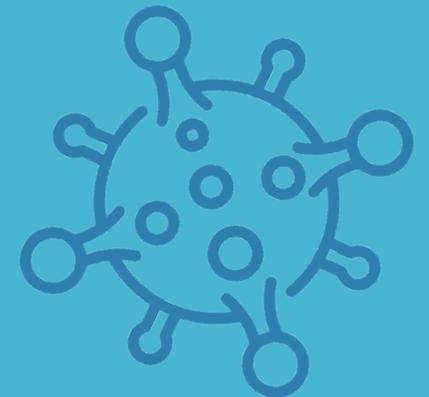
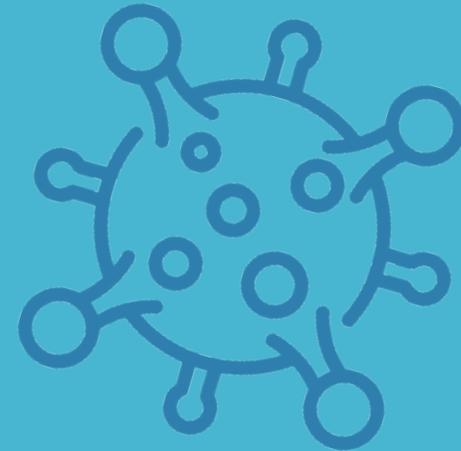
ADMINISTRATIVOS



**# EnComunidad
NosCuidamos**

01

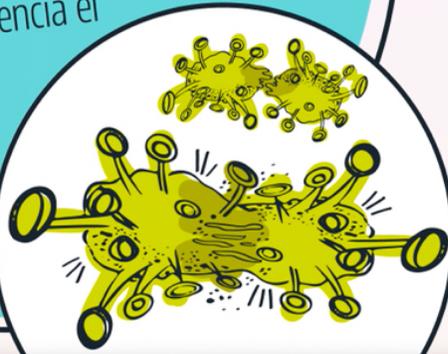
Variantes SARS-CoV-2



¿Qué es un variante?

¿Qué son las **mutaciones**?

A medida que el virus se transmite de una persona a otra de forma masiva, los virus tienen algunos cambios genéticos que **modifican su composición**. Eso tiene como consecuencia el surgimiento de mutaciones del mismo.



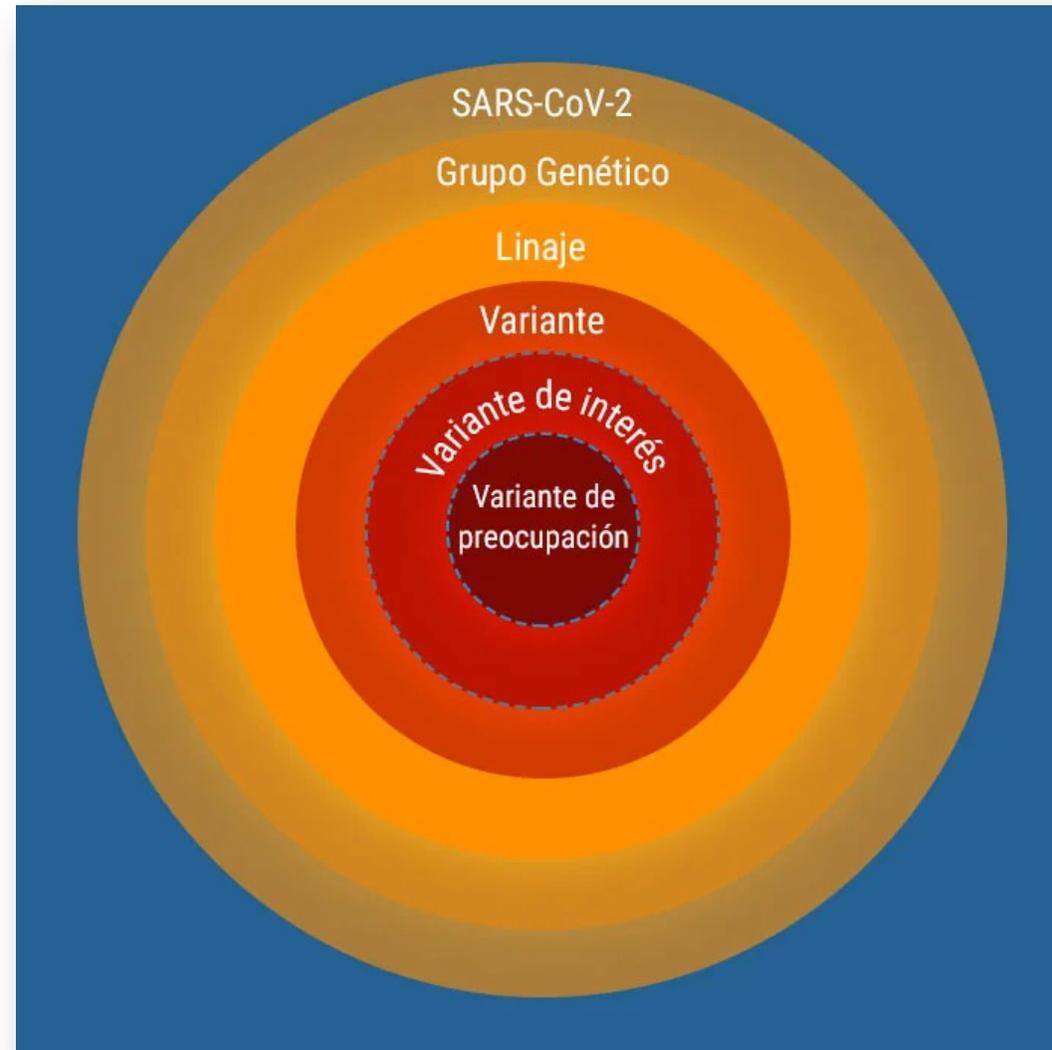
¿Qué son las **variantes**?

Quando distintas **mutaciones se juntan**, se da el surgimiento de **variantes o linajes**.

Una de las más conocidas es la de Reino Unido. En esta categoría se ubica también la hallada en Sudáfrica. Ambas contienen una cantidad de **mutaciones determinadas** que al agruparse generan el surgimiento de **“variantes”** identificadas en cierto lugar.



Variantes de interés y preocupación



Variantes de interés y preocupación

- **Variante de interés:** genera cambios en el genoma del virus y en su transmisión:
 - Eta
 - Iota
 - Kappa
 - Lambda
- **Variante de preocupación:** asociada con aumento en la transmisión importante, cambio perjudicial a nivel epidemiológico, en la presentación clínica de la enfermedad, aumento en la virulencia o disminución en la eficacia de las vacunas:
 - Alpha
 - Beta
 - Gamma
 - Delta

Variantes de interés y preocupación

- **En México:** alpha, beta, gamma y delta.
- La importancia de estas variantes radica en que son de alta transmisión e impacto.
- Es posible que estas generen mutaciones que provoquen nuevas variantes que podrían desencadenar nuevas epidemias.

Variantes de preocupación en las Américas – Hasta el 28 de julio de 2021

Country	Alpha (B.1.1.7)	Beta (B.1.351)	Gamma (P.1)	Delta (B.1.617.2)
Antigua and Barbuda	Yes	Yes		
Anguilla	Yes			Yes
Argentina	Yes	Yes	Yes	Yes
Aruba	Yes	Yes	Yes	Yes
Bahamas	Yes			
Barbados	Yes		Yes	Yes
Belize	Yes			
Bermuda	Yes	Yes		
Bolivia	Yes		Yes	
Bonaire	Yes			
British Virgin Islands	Yes		Yes	
Brazil	Yes	Yes	Yes	Yes
Canada	Yes	Yes	Yes	Yes
Cayman Islands	Yes		Yes	
Chile	Yes	Yes	Yes	Yes
Colombia	Yes		Yes	Yes
Costa Rica	Yes	Yes	Yes	Yes
Cuba	Yes	Yes		
Curacao	Yes		Yes	Yes
Dominica	Yes			
Dominican Republic	Yes		Yes	
Ecuador	Yes		Yes	Yes
French Guiana	Yes	Yes	Yes	Yes
Grenada	Yes			
Guadeloupe	Yes	Yes	Yes	Yes
Guatemala	Yes	Yes	Yes	
Guyana			Yes	
Haiti	Yes		Yes	
Honduras	Yes			
Jamaica	Yes			
Martinique	Yes	Yes	Yes	Yes
Mexico	Yes	Yes	Yes	Yes
Montserrat	Yes			
Panama	Yes	Yes	Yes	
Paraguay	Yes		Yes	
Peru	Yes		Yes	Yes
Puerto Rico	Yes	Yes	Yes	Yes
Saba				Yes
Saint Barthélemy	Yes			
Saint Lucia	Yes			
Saint Martin	Yes	Yes		
Sint Maarten	Yes	Yes		Yes
Suriname	Yes	Yes	Yes	
Trinidad and Tobago	Yes		Yes	
Turks and Caicos	Yes		Yes	
United States of America	Yes	Yes	Yes	Yes
Uruguay	Yes		Yes	

02

Panorama nacional e internacional



Panorama Internacional

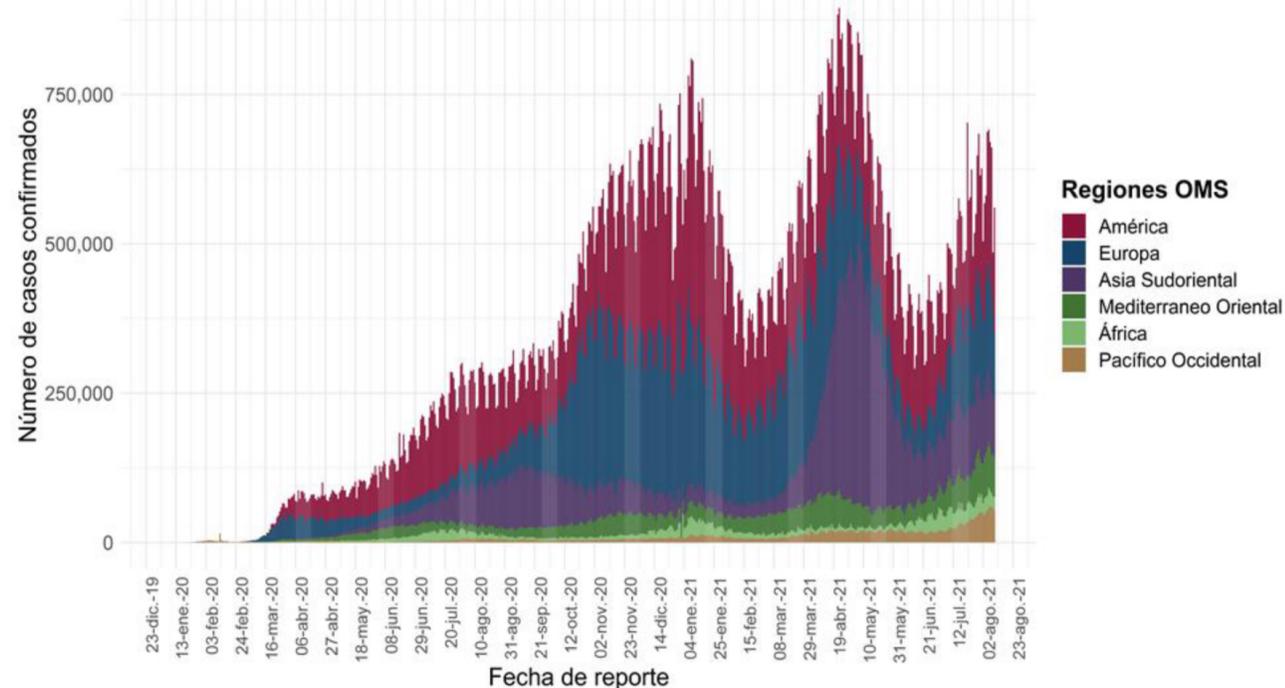
Informe Técnico Diario COVID-19 MÉXICO

10/08/2021

17:00 Hrs

- Al 10 de agosto de 2021 a nivel mundial, se han reportado **203, 295,170 casos confirmados y 4, 303,515 defunciones.**
- La letalidad global es de 2.1%.
- En las **últimas 24 horas** se reportaron **560,850 casos y 8,426 defunciones** a nivel global.

Casos diarios por regiones de la OMS martes, 10 de agosto de 2021 .



Panorama Nacional



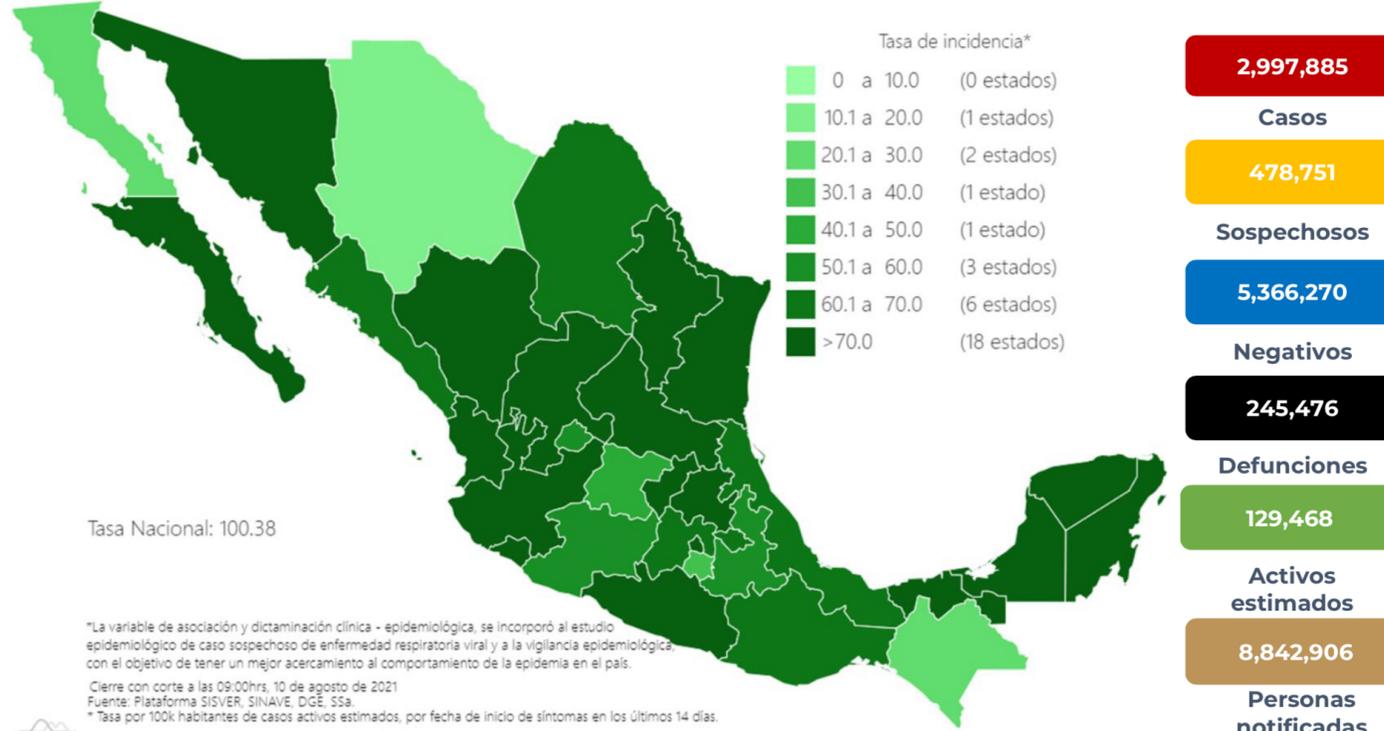
SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

**SUBSECRETARÍA DE PREVENCIÓN Y
PROMOCIÓN DE LA SALUD**

Informe Técnico Diario COVID-19 MÉXICO

10/08/2021
17:00 Hrs

Imagen 1. Mapa con la tasa de incidencia de casos activos estimados acumulados de COVID-19 por entidad de residencia



2,997,885

Casos

478,751

Sospechosos

5,366,270

Negativos

245,476

Defunciones

129,468

**Activos
estimados**

8,842,906

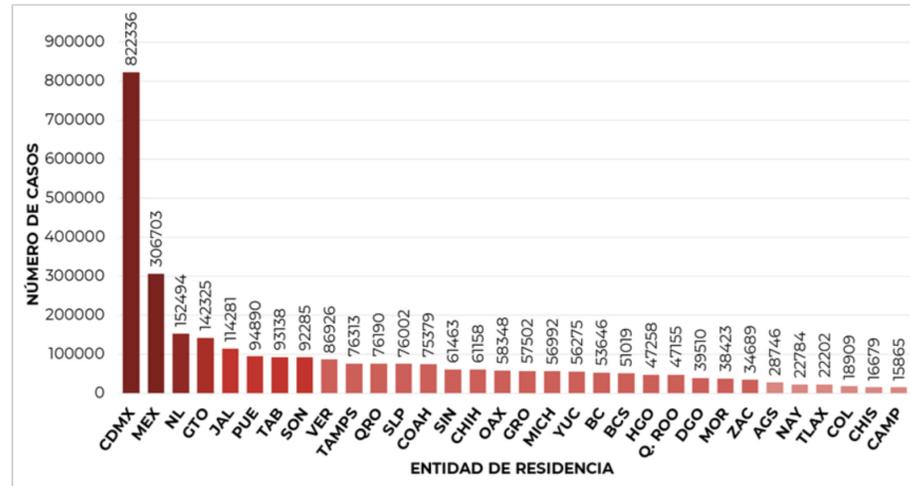
**Personas
notificadas**

Mapa interactivo COVID-19 en México: <https://covid19.sinave.gob.mx>



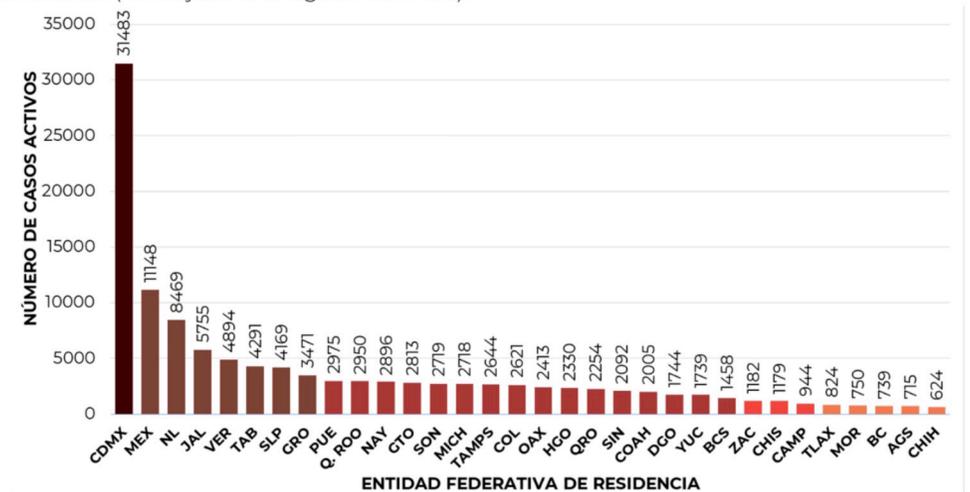
Ciudad de México

- La siguiente grafica muestra los **casos confirmados acumulados** por entidad de residencia, las 10 primeras entidades que acumulan el mayor número de casos son: Ciudad de México, Estado de México, Nuevo León, Guanajuato, Jalisco, Puebla, Tabasco, Sonora, Veracruz y Tamaulipas, que en conjunto conforman más de dos tercios (66%) de todos los casos acumulados registrados en el país.



SSA/SPPS/DGE/DIE/IndRE/UIES/Informe técnico. COVID-19 /México. Francisco de P. Miranda N° 157, Col. Lomas de Plateros, Demarcación Territorial Álvaro Obregón, C.P. 01480, CDMX. Tel. 800 00 44800 / 55 53 37 18 45. * Información preliminar al corte de información del día de hoy.

Se consideran **casos activos**, aquellos casos positivos que iniciaron síntomas en los últimos 14 días, permitiendo identificar donde hay mayor actividad viral y por consecuencia aumento en la transmisión. La siguiente gráfica presenta los casos activos por entidad federativa. Al corte de información del día de hoy, se tienen registrados **119,008 casos activos** (28 de julio al 10 agosto del 2021).



03

Medidas preventivas



Recomendaciones



EN CASA Y ANTES DE SALIR

- Limpiar frecuentemente los artículos de uso común.
- No salir a menos que sea necesario.
- No usar accesorios o joyería, corbatas o mascaradas.
- Cabello recogido y de preferencia no usar barba o bigote.
- Realizar el autofiltro en la APP La Salle, el resultado en verde será requerido para el acceso, el naranja debe pasar al filtro sanitario para que el Servicio Médico valore el ingreso al campus.



EN EL TRAYECTO

- Usa mascarilla.
- En lo posible, usar transportes con pocas personas.
- Aplicar gel regularmente.
- Mantener sana distancia.
- **No tocar superficies.**
- No hablar durante el trayecto.



PARA EL ACCESO AL CAMPUS

- Ubicar el acceso habilitado más conveniente (consultar el mapa).
- Contar con equipo de protección personal (EPP) mascarilla indispensable.
- Temperatura igual o menor a 37°.
- Credencial.
- Mostrar el resultado "verde sin riesgo" o "naranja precautoria" de la autoevaluación en la APP La Salle.
- Usar el tapete y colocarse gel.



EN EL CAMPUS

NOTA: *Campus La Salle ha sido y seguirá siendo desinfectado de manera periódica.*

- Respetar el sentido de la circulación.
- Usar los indicadores de distancia en el piso.
- Prohibido usar o mover equipo o mobiliario con el señalamiento NO USAR.
- Los elevadores son exclusivos para personas con discapacidad.
- Respetar el aforo máximo para cada espacio.



SOBRE LOS HORARIOS LABORALES

- Formato híbrido: una semana presencial por una semana remota.
- Jornada corrida de 7 horas, sin horario de comida.
- Horarios de trabajo escalonados, alternando ingreso y salida.
- Ocupación máxima del 50% por oficina, alternando asistencia para espacios compartidos.
- Registrar asistencia solo con credencial, sin huella digital.

Recuerda siempre, seguir las medidas básicas de higiene

en casa, en los trayectos, espacios públicos o el campus.



Lavar las manos regularmente o usar gel con base alcohol al 70%



Evitar tocar la cara o el cubrebocas



Estornudo de etiqueta



Conservar la sana distancia



DE REGRESO EN CASA

- Antes de entrar a casa, retirar los zapatos y la ropa que estuvo más expuesta
- Lavar inmediatamente las manos con agua y jabón, mínimo 20 segundos
- Retirar la mascarilla, la desechable se destruye y se tira inmediatamente, la de tela se deposita con la ropa para lavar.
- De ser posible, tomar un baño.
- Limpiar objetos que puedan ser transmisores como bolsa, llaves, portafolio, celular, etc.
- Lavar diariamente tus uniformes.



SERVICIOS EN EL CAMPUS

- El CAS brindará asistencia remota, de lunes a viernes de 8:00 a 22:00.
- Los kioscos, tiendas y cafeterías, únicamente ofrecen servicio para llevar.
- Las instalaciones y actividades deportivas están canceladas hasta nuevo aviso.
- Regaderas y gimnasios se mantienen cerrados, así como actividades físicas de contacto.
- Se activan espacios deportivos al aire libre con actividades individuales.



EN EL LUGAR DE TRABAJO

- Limpiar frecuentemente el área de trabajo.
- Fomentar espacios ventilados y con luz natural.
- Traer refrigerio para no salir a comer.
- Establecer zonas exclusivas de alimentos.
- Usar las plataformas de colaboración.
- Limpiar *-antes y después de usar-* artículos compartidos (Impresora, horno, dispensador agua).

Evitar:

- Reuniones presenciales, juntas, convivencias o eventos que congreguen personas.
- Compartir artículos de uso individual (plumas, cubiertos, tazas).



VISITAS Y PROVEEDORES

- Evitar en lo posible las visitas.
- Solo habrá atención con previa cita.
- El visitante debe portar EPP y pasar por el filtro sanitario.
- Atender en un espacio abierto o en una sala de reuniones, guardando distancia.
- No compartir artículos.
- Al ofrecer bebida de cortesía, debe ser desechable.



DURANTE LA JORNADA LABORAL

- Portar en todo momento el EPP.
- Evitar saludar de mano, beso o abrazo.
- Mantener la sana distancia (1.8 a 2 m) en todo momento.
- Respetar las entradas, salidas y sentidos de circulación.
- Evitar tocar superficies como barandales, puertas y ventanas.

Enfoque de Seguridad



Casa



- **Evita:**

- Acudir a reuniones.
- Recibir visitas o visitar familiares o amigos.
- Tomar medicamentos si te sientes mal, primero consulta a un profesional.

Los últimos casos detectados han sido por contacto con familiares.

- **NO salgas de casa si:**

- Estás enferma o enfermo.
- Alguna persona con quien vives o has convivido está enferma.

Presencia de síntomas

- **Iniciar medidas preventivas en casa:**

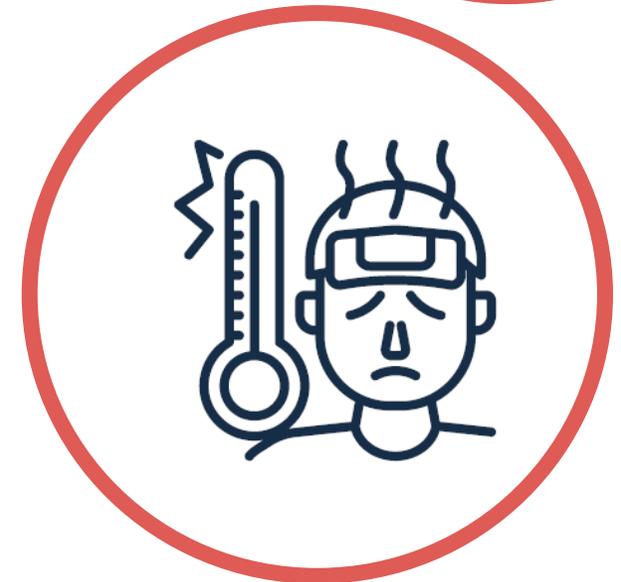
- Aislar a la persona enferma.
- Todos deben usar mascarilla.
- Evitar contacto estrecho con la persona enferma.



Estés o no acudiendo físicamente a la Universidad:

- **Comunícate al Servicio Médico**

- Reporta tus síntomas de inmediato.
- Informa si tuviste contacto con personas enfermas.
- Recibirás orientación e indicaciones.



Cuidados persona enferma

CUIDADOR PRIMARIO

- Persona que cuida del enfermo durante los 14 días de aislamiento.
- Uso de EPP completo.
- En exposición constante.
- Resguardo y aislamiento prolongado.

PERSONA ENFERMA

- Aislar en una habitación con baño.
- Uso personal de toalla, vasos, platos, cubiertos, etc.
- Limpieza e higiene constante.
- Buena ventilación de habitación.
- Limitar la circulación por el hogar.
- No recibir visitas.

Vigilar salud de todas las personas en casa.



En el transporte público



- Usa EPP completo.
- Evita tocar superficies.
- No toques tu cara ni la mascarilla.
- No consumas alimentos ni bebidas.
- No escupas en la calle.
- Aplica constantemente gel base alcohol al 70% y lava tus manos tan pronto tengas oportunidad.
- Busca opciones de movilidad que garanticen, en lo posible, la sana distancia.

La Salle App



Descargar la App La Salle

1. Busca La Salle App en tu tienda de aplicaciones.
2. Descarga.
3. Inicia sesión con tu clave de colaborador y la contraseña de tu equipo.

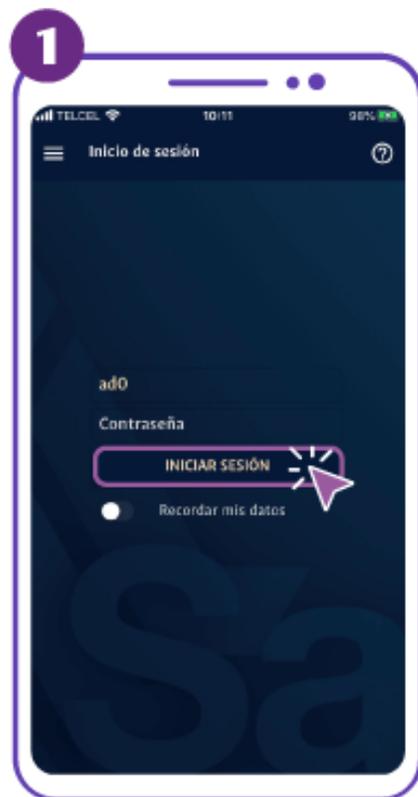
- **Descárgala y utilízala**

- Responde antes de salir de casa.
- Toma alrededor de 3 minutos.
- Facilitará tu ingreso.

- **Sigue las indicaciones**

- **Verde:** acude e ingresa.
- **Naranja:** revisión en filtro de ingreso.
- **Rojo:** permanece en casa y comunícate al Servicio Médico.

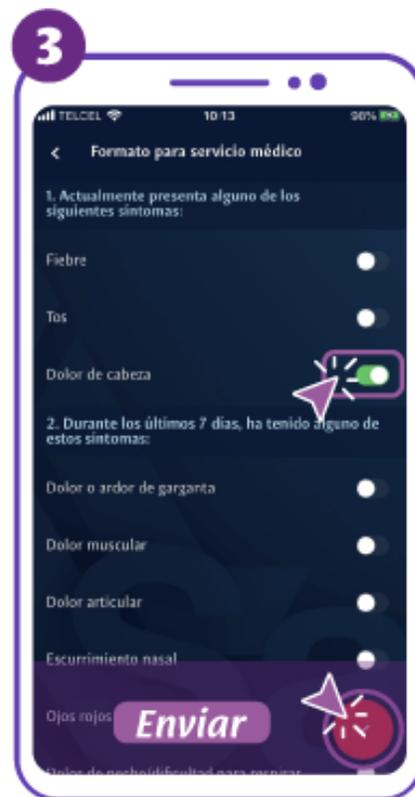
¿Cómo responder la autoevaluación?



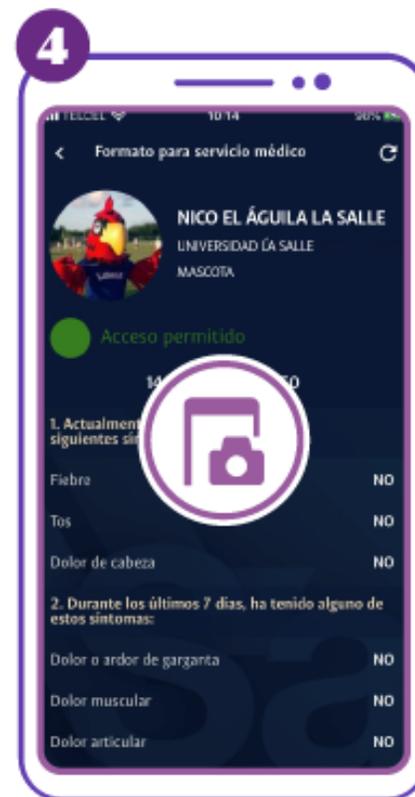
Ingresa a la App La Salle



Ubica la opción Autoevaluación COVID - 19



Contesta el cuestionario
Recuerda que tu honestidad es indispensable



Guarda el resultado, deberás mostrarlo al ingresar al Campus



Filtro de ingreso

- **Todas las veces que ingreses, debes**
 - Usar correctamente tu EPP.
 - Mostrar La Salle App.
 - Medir la temperatura.
 - Aplicar gel.
- **Filtro**
 - Respeto.
 - Honestidad.
 - Temperatura en cabeza.



En el trabajo



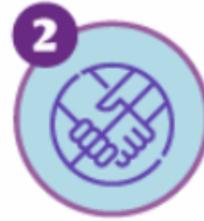
- Aunque ya hayas enfermado de COVID-19 o estés vacunado es indispensable que portes EPP completo.
- Recuerda no tener reuniones presenciales.
- Respetar el aforo de los diferentes espacios.
- Evita prestar artículos de oficina de uso individual.
- Si tu espacio de trabajo se encuentra en un área compartida, sigue estrechamente todas las medidas.

En el trabajo

- **Mantener espacios ventilados**
 - Ventilación natural.
 - No ventiladores.
- **Limpieza de objetos y superficies**
- **Distanciamiento**
- **EPP:** no retirarlo mientras te encuentres en las instalaciones.
 - **Mascarilla**
 - **De tela:** buen ajuste y cambiarla si: está desgastada o húmeda.
 - **Con válvula:** están prohibidas y no se permitirá ingreso con ellas.
 - **Careta o lentes de protección**
 - Lentes de aumento no cumplen con la función de protección.



1 Deberás portar en todo momento tu equipo de protección personal (EPP).



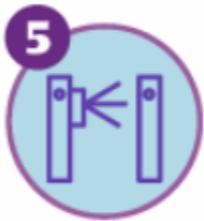
2 Evita saludar de mano, beso o abrazo a tus compañeros, estudiantes o visitantes.



3 Mantén la sana distancia (1.8 a 2 m) en todo momento.



4 Al estar en contacto con otras personas, deberás portar correctamente tu EPP.



5 Respeta las entradas, salidas y sentidos de circulación en la universidad.



6 Evita tocar superficies como barandales, puertas y ventanas.



7 Desplázate siguiendo las flechas que indican el sentido de la circulación.



8 Al realizar filas, mantén sana distancia, párate sobre los indicadores en el piso.

Contactos laborales de riesgo



- Personas en riesgo por no cumplir con las medidas de higiene y protección.
- Responde con honestidad.
- Debes brindar información detallada.
- Notificarlo es un acto de solidaridad y respeto hacia tus compañeros.
- **Identificarlos ayuda a mantener a nuestra Comunidad sana y segura.**

Ya estoy vacunado...

Solo recuerda que las vacunas:

- Son eficaces para prevenir y, en algunos casos, evitar enfermar.
- Reducen el riesgo de desarrollar enfermedad grave o muerte.
- Otorgan inmunidad, pero personas vacunadas pueden enfermar y propagar el virus.
- Brindan protección, sin embargo, aún no se tiene certeza por cuánto tiempo.

¿LA MEJOR PROTECCIÓN?

Seguir todas las medidas de cuidado, higiene y distanciamiento.

Sugerencias

- Solo comparte datos verificados y confiables.
- Evita propagar rumores porque generan temor.
- Acércate a los expertos si tienes alguna duda o inquietud.
- Respeta y lleva a cabo todos los protocolos que la Universidad indica.





SERVICIO MÉDICO

55 5278 9500 Ext. 4444

- **Dra. María del Sol Alamilla Zuber**
mariadelsol.alamilla@lasalle.mx
- **Dra. Jessica González Lucas**
jessica.gonzalez@lasalle.mx



EN LA GUÍA TAMBIÉN PUEDES ENCONTRAR



- Directorio de servicios de orientación y apoyo
- Información sobre la COVID-19
- Recomendaciones de:
 - salud emocional
 - higiene del sueño
 - nutricionales
 - bienestar físico
- Infografías sobre:
 - medidas de prevención
 - actuación COVID-19



En *lasalle.mx/covid* puedes encontrar



- Comunicados oficiales
- Información sobre la continuidad académica y administrativa
- Manuales y protocolos de prevención y seguridad
- Servicios a la comunidad
- Ligas de interés
- Información sobre COVID
- Preguntas frecuentes
- Plataforma de monitoreo y predicción de casos
- Recursos



Consulta y descarga la *Guía para el Regreso*



En *Actualización COVID* puedes encontrar



- Comunicados oficiales
- Ligas de interés
- Recomendaciones para el regreso
- **Respuestas a tus dudas e inquietudes**



Únete al grupo de Yammer: *Actualización COVID*

Benjamín Franklin No. 45,
Col. Condesa, Alc. Cuauhtémoc,
Ciudad de México. CP 06140

800 LA SALLE (5272 553)
(52) 55 5278 9500

lasalle.mx

Integrante de:



lasalle.mx