

Orientación en seguridad sanitaria para el entorno laboral en el Municipio de Othón P. Blanco



ÍNDICE

1. INTRODUCCION
2. ANTECEDENTES
3. OBJETIVO
4. LINEAMIENTOS TECNICOS DE SEGURIDAD SANITARIA EN EL ENTORNO LABORAL
5. PRINCIPIOS RECTORES
6. ESTRATEGIAS GENERALES
 - 6.1. *Promoción a la Salud*
 - 6.2. *Medidas de Protección en Salud*
7. PLAN PARA EL RETORNO
8. MEDIDAS DE PREVENCION PARA POBLACION VULNERABLE
9. MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN ÁREAS RECREATIVAS Y/O COMERCIALES.
10. MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN ESTACIONES Y UNIDADES DE TRANSPORTE PÚBLICO.
11. CLASIFICACION DE RIESGO EN CENTROS DE TRABAJO
12. CLASIFICACION DE RIESGO POR CONDICION DE VULNERABILIDAD
13. RECOMENDACIONES

1. INTRODUCCIÓN

La enfermedad del COVID-19 puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala. La población puede contagiarse si inhalan estas gotículas al no guardar la sana distancia, de igual manera estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona y pueden contraer el virus si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca con las manos infectadas. Por eso es importante mantenerse a más de 1.5 metro de distancia de cualquier persona.

Hasta el momento la evidencia muestra que tienen mayor riesgo de complicaciones o enfermedad grave:

Personas adultas mayores de 60 años cumplidos	Personas con enfermedades crónicas de tipo cardio-respiratorias, diabetes, hipertensión, obesidad mórbida
Personas con inmunosupresión: cáncer, VIH, trasplante de órganos, mujeres en tratamientos de fertilidad, entre otros.	Fumadores (principalmente aquellos diagnosticados con EPOC)
Embarazadas	



Actualmente no existe medida alguna que por sí sola detenga o limite la capacidad de transmisión del coronavirus, por lo que es necesario la aplicación de medidas y participación compartida de toda la población para limitar su propagación.

Si se llega a presentar los siguientes síntomas se considerará como caso sospechoso:

- **Dos de los siguientes síntomas:**

- Tos
- Fiebre
- Dolor de cabeza

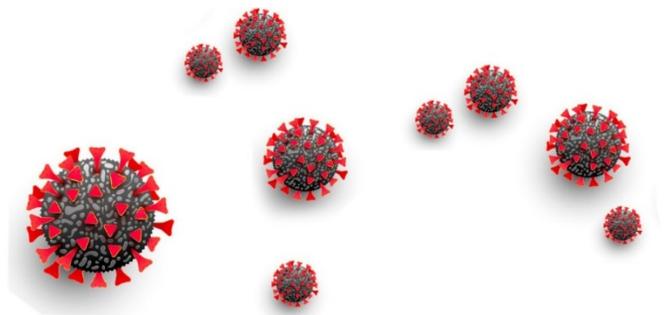
- **Acompañado de al menos uno de los siguientes síntomas:**

- Dolor o ardor de garganta
- Dolores musculares
- Dolores de las articulaciones
- Escurrimiento nasal
- Ojos rojos
- Dolor de pecho
- Dificultad para respirar o falta de aire (casos graves).

LA EVIDENCIA CIENTÍFICA MUESTRA QUE EL COVID 19 SOBREVIVE HASTA:

- Tres horas sobre la piel
- 12 horas en superficies porosas, tales como telas (ropa, sábanas, manteles) o papel
- 48 horas en superficies lisas como pisos, paredes, pasamanos, puertas, sillas o butacas, ventanas, mesas, mosaicos de baño

Tomando en cuenta estos tiempos es indispensable incrementar la frecuencia y el tipo de medidas higiénicas que se deben implementar en espacios cerrados. Es necesario primero se realice una limpieza con agua y jabón para eliminar la suciedad y posteriormente la desinfección que será más efectiva. La limpieza debe llevarse a cabo diariamente antes de iniciar actividades y al cierre, en algunos lugares debe ser más frecuente dependiendo del flujo de personas.



2. ANTECEDENTES

En diciembre de 2019, en la ciudad de Wuhan, China; se reportó un brote de una enfermedad febril respiratoria con un vínculo epidemiológico en el mercado de comida marina de Wuhan. El 7 de enero de 2020 se logró aislar un nuevo Betacoronavirus (2019-nCoV) en por lo menos un caso de dicho brote. De acuerdo a la OMS el COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote.

La enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) es una afección respiratoria que se puede propagar de persona a persona. La gravedad de los síntomas puede ir de leve a grave. Algunas personas no presentan síntomas. Los grupos vulnerables tienen ciertas afecciones o enfermedades crónicas y /o concomitantes que los hacen propensos a desarrollar complicaciones hasta llegar a la muerte.

Con fecha 15 de mayo del 2020 la Secretaria de Salud en el Diario Oficial de la Federación publicó el acuerdo en el cual la Secretaria de Salud en coordinación con otras áreas estableció los lineamientos de seguridad sanitaria en el entorno laboral.

3. OBJETIVO

Tener estrategias sobre las medidas de promoción de la salud, protección a la misma, cuidado de poblaciones vulnerables y así lograr una reapertura de las actividades sociales, educativas y económicas. Con lo anterior se lograra una reapertura gradual, ordenada y cauta, para que sea segura y duradera. Hay que tener presente que el regreso a las actividades deberá darse en forma escalonada y responsable.

4. LINEAMIENTOS TÉCNICOS DE SEGURIDAD SANITARIA EN EL ENTORNO LABORAL

A partir del 18 de mayo, las empresas e industrias deberán responder el documento denominado “autoevaluación del protocolo de Seguridad Sanitaria” además de proporcionar sus datos generales de identificación que en la plataforma contenga, así como complementar con la carta compromiso, que se puede encontrar en www.gob.mx/nuevanormalidad. El IMSS emitirá un acuse de recibo vía electrónica y un resultado en un plazo no mayor a 72 hrs. No se deberá reiniciar labores si no se obtiene la aprobación del IMSS; el Instituto asesorará y acompañará a las empresas y organizaciones en la aplicación de los “Lineamientos técnicos de Seguridad Sanitaria en el entorno laboral” (LSSEL), los cuales implican un compromiso de buena fe por parte de los empresarios, su cumplimiento es obligatorio para las industrias de la construcción, la minería y la fabricación de equipo de transporte a Nivel Federal y en cuanto a Nivel Estatal se agrega el Turismo siendo estos modelos a seguir para las actividades que pasan a ser esenciales.

En el área turística a Nivel Estatal se deberá cumplir con un conjunto de criterios para certificar a los prestadores de servicios e instalaciones relacionadas con el sector a través de una plataforma en línea gratuita, accediendo desde el portal de SEDETUR o bien a la liga www.qroo.gob.mx/cpsit

El certificado tendrá vigencia hasta el 31 de diciembre del 2020 y la renovación estará sujeta a los nuevos lineamientos publicados para el 2021.

Ante el COVID -19 todos tenemos que asumir las responsabilidades que nos tocan, para llegar a esta nueva normalidad, es importante reactivar las actividades socio- económicas con la premisa de proteger la salud de la población y controlar la transmisión de SARS-CoV-2, y así prevenir picos epidemiológicos de gran magnitud o rebotes. Para esto, se pone en marcha un Sistema de Alerta Sanitaria que cuenta con 4 niveles y tendrá una frecuencia semanal de aplicación a nivel Estatal y Municipal.



Solo se permiten actividades económicas esenciales, se activan los criterios completos de la Jornada de Sana Distancia.

Se permiten actividades laborales esenciales y las no esenciales.

Se permiten todas las actividades laborales.

Actividades económicas y laboral normal, se reanudan actividades escolares sociales y de esparcimiento.



Reactivación gradual de las principales actividades

Subsector	Fase	Fase	Fase	Fase
	ROJA	NARANJA	AMARILLA	VERDE
Empresas de hospedaje	30%	40%	60%	100%
Alimentos y bebidas	50%	60%	75%	100%
Parques temáticos	30%	40%	60%	100%
Transportadoras turísticas	30%	40%	60%	100%
Discotecas y centros nocturnos	0%	0%	0%	100%
Marinas turísticas y actividades náuticas públicas y privadas	30%	40%	60%	100%
Campos de golf	30%	40%	60%	100%
Arrendadoras de autos	30%	40%	60%	100%
Grupos y convenciones y DMC's (# de personas)	Cero	Treinta	Cincuenta	Libre
Agencias de viajes	60%	70%	80%	100%
Guías de turistas	60%	70%	80%	100%
Operadoras de aventura/naturaleza	30%	40%	60%	100%
Operadoras de buceo y actividades acuáticas	30%	40%	60%	100%

Esta reapertura no implica que la pandemia este superada, pero si se determinara semanalmente a nivel estatal para que la autoridad sanitaria tome las decisiones pertinentes. La forma en la cual se atiendan las recomendaciones sanitarias será determinante para mantener un nivel de alerta que permita mayores actividades. Se creara una nueva cultura laboral en materia sanitaria y de protección de las personas trabajadoras.

5. PRINCIPIOS RECTORES

- a) Privilegiar la salud y la vida: Basándose en el derecho a la Salud, Artículo 4° Constitucional y el derecho a una vida digna.
- b) Solidaridad con todos y no discriminación: solidaridad con personas empleadoras y trabajadoras sin distinción alguna, reanudación de actividades en un marco de no discriminación y con la estricta aplicación de los derechos laborales.
- c) Economía moral y eficiencia productiva: deberá darse en el marco de una nueva cultura de seguridad y salud en el trabajo.
- d) Responsabilidad compartida: participación coordinada de los sectores público, privado y social.

6. ESTRATEGIAS GENERALES

Estas son indispensables para contener el contagio, evitar la propagación del COVID- 19 y deberá de implementarse en todos los centros de trabajo.

6.1. Promoción a la Salud: Orientación, capacitación y organización para prevenir y controlar la propagación del virus, en sus hogares, eventos sociales y durante el trayecto en el transporte público.

- Información general sobre el SARS-CoV-2, contagio, síntomas y las maneras de prevenir la infección.
- Lavarse las manos con agua y jabón, usar soluciones a base de alcohol gel al 70%. No aplicar cremas o lociones posteriores al lavado de manos.
- Practica de etiqueta respiratoria.
- No escupir
- No tocarse la cara con las manos sucias, sobre todo nariz, boca y ojos.
- Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso común y el entorno.
- No saludar de mano beso o abrazo y mantener una sana distancia al menos de 1.5 metros.

¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS? 	¿CÓMO SE TRANSMITE?
<p>Los coronavirus son una familia de virus que causan enfermedades (desde el resfriado común hasta enfermedades respiratorias más graves) y circulan entre humanos y animales.</p> <p>En este caso, se trata del SARS-COV2. Apareció en China en diciembre pasado y provoca una enfermedad llamada COVID-19, que se extendió por el mundo y fue declarada pandemia global por la Organización Mundial de la Salud.</p>	<p>Los coronavirus humanos se transmiten de una persona infectada a otras:</p> <ul style="list-style-type: none">• a través de las gotículas que expulsa un enfermo al toser y estornudar• al tocar o estrechar la mano de una persona enferma,• un objeto o superficie contaminada con el virus y luego llevarse las manos sucias a boca, nariz u ojos.



Hasta el momento no hay tratamiento, solo se indican medicamentos para aliviar los síntomas.

Por lo que es importante trabajar en la prevención que requiere de medidas de higiene personal y del entorno, cada uno de nosotros juega un papel importante para reducir la exposición y la trasmisión del virus.

Medidas de Higiene Ante el Coronavirus

-  1 Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o utilizar soluciones a base de alcohol por el 70%.
-  2 Al toser o estornudar, utilizar el estornudo de etiqueta, que consiste en cubrirse la nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo.
-  3 No escupir. Si es necesario hacerlo, utilizar un pañuelo desechable, metido en una bolsa de plástico, arrugado y tirado a la basura, después lavarse las manos.
-  4 No tocarse la cara con las manos sucias, sobre todo nariz, boca y ojos.
-  5 Limpiar y desinfectar superficies y objetos de uso común en casas, oficinas, sitios comerciales, transporte, centros de reunión, etc., evitando y permitiendo la entrada de los seres.
-  6 Quedarse en casa cuando se tienen enfermedades respiratorias y acudir al médico si se presenta alguno de los síntomas (fiebre mayor a 38° C, dolor de cabeza, dolor de garganta, escoriamiento nasal, etc.).
-  7 Evitar en la posible contacto con personas que tengan enfermedades respiratorias.





¿Por qué no debo tocarme la nariz, boca y ojos?

- Los virus entran a nuestro organismo a través de las mucosas de la **boca, la nariz o los ojos**
- Si tenemos las manos sucias y **nos tocamos**, facilitamos que los **virus se introduzcan** a nuestro organismo



¿Por qué no debo escupir?

- Al hacerlo se **expulsan virus**, que quedan en el ambiente



6.2. Medidas de protección en Salud

Las infecciones por coronavirus se contagian solo cuando las personas presentan síntomas de enfermedad, sin embargo se consideran un riesgo aquellas personas que estuvieron en contacto con una persona enferma dos días antes del inicio de los síntomas.

SANA DISTANCIA

Su objetivo es reducir la frecuencia de contacto entre las personas para disminuir el riesgo de la propagación de la enfermedad transmisible.

- a) Ante la presencia de síntomas de enfermedad respiratoria **“Quédate en Casa”**



¿Por qué quedarme en casa cuando tengo una infección respiratoria?

- Una persona enferma es **fuentes de contagio**
- Al acudir a lugares concurridos puedes **contagiar a otras personas**
- La **recuperación** es más rápida



- b) Modificación de hábitos, favoreciendo la sana distancia 1.5m. entre personas y la disminución de la frecuencia y el encuentro cara a cara entre las personas en base a una adecuación de espacios y áreas de trabajo para reducir la densidad humana en ambientes intramuros y extramuros.
- Evita el hacinamiento en espacios y garantizar la disponibilidad de agua potable, jabón, papel higiénico gel con base de alcohol y toallas desechables.
 - Establecer horarios alternados de comidas, baños y actividades cotidianas para reducir el contacto.
 - Incrementar el número de vehículos destinados al transporte del personal.

CONTROL DE INGRESO –EGRESO

- a) Filtro de acuerdo con lo establecido en el “lineamiento general para la mitigación y prevención de COVID- 19 en espacios públicos cerrados”.
La persona que se designe para estar en el filtro deberá ser personal de la salud o en su defecto debe recibir una capacitación, para saber dónde capacitarse llamar al número 800 832 9198.
- b) Para los trabajadores que presenten alguna enfermedad respiratoria y/o temperatura mayor a 37.5 °C, designar un área de estancia y aislamiento, dotarlas de un cubrebocas y remitirlas a su domicilio y/o servicio médico.
- c) Proporcionar alcohol gel al 70% y verificar el uso correcto del cubrebocas.
- d) Tapetes desinfectantes con concentraciones de hipoclorito de sodio de la menos 0.5%.
- e) Establecer entradas y salidas exclusivas del personal.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y MITIGACIÓN DE CONTAGIOS

- a) Proveer dispensadores con solución de alcohol gel al 70% en distintos puntos del centro de trabajo.
- b) Proveer productos sanitarios y equipo de protección (cubrebocas, lentes protectores y/o caretas).
- c) Contar con depósitos suficientes de productos desechables y de uso personal.
- d) Garantizar que los sanitarios cuenten con lavamanos y con condiciones adecuadas para la limpieza personal, asegurando un lavado de manos frecuente.
- e) Establecer un programa de sanitización, limpieza y mantenimiento (se sugiere una bitácora) no olvidar usar los productos de limpieza adecuados (líquido sanitizante o hipoclorito de sodio en concentraciones adecuadas). Es necesario limpiar los espacios cerrados, así como las superficies que pueden estar contaminadas con gotitas de saliva, ya que es la manera como se evita la transmisión del virus.

Para lograr una higiene adecuada de los entornos y superficies donde se desempeñan las actividades cotidianas, es necesario que primero se realice una limpieza con agua y jabón, ésta eliminará la suciedad y hará efectivo el proceso de desinfección.

La desinfección de superficies debe hacerse diariamente antes de iniciar las actividades del sitio cerrado y antes de cerrar. La frecuencia de la limpieza y desinfección se determinará dependiendo del escenario en el que se encuentre el inmueble y el flujo de personas. La solución de hipoclorito de sodio de uso común, (cloro comercial) es un desinfectante eficaz para la desinfección de superficies. Es un producto económico y seguro para la limpieza de viviendas, oficinas, albergues, auditorios, y locales comerciales, cines, restaurantes entre otros.

- f) Promover que las personas trabajadoras no compartan herramientas de trabajo y /u objetos personales.

- g) Favorecer la ventilación natural en espacios comunes. En caso de tener A/C manejar gradación de 24 y 26° C y una humedad de 50-60%.
- h) Revisar el sistema de extracción darles mantenimiento y cambiar filtros (se sugiere una bitácora).
- i) Señalizar áreas recomendando la mínima distancia de 1.5m. entre personas.
- j) Establecer una política de control de visitas.
- k) Uso de escaleras y elevadores manteniendo la sana distancia y evitando tocar barandales, paredes y objetos.

USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PARA PERSONAL DE ATENCIÓN DIRECTA A PÚBLICO

- a) Cubrebocas de preferencia lavable.
- b) Protector facial o goggles o lentes de seguridad con protección lateral, superior e inferior de los ojos. Esta medida se puede omitir si existen barreras físicas entre las personas trabajadoras.

7. PLAN PARA EL RETORNO

PLANEACIÓN

Se deberá un designar a un Comité o personas responsables de la implementación, seguimiento y supervisión de las medidas mencionadas.

Identificar si la empresa o centros de trabajo pueden continuar laborando de conformidad con los sectores esenciales.

Identificar los criterios de alerta sanitaria.

Una vez identificados, se definirán las acciones a implementar en el área de trabajo:

- a) Las áreas y/o departamentos con los que se cuenta.
- b) Personal en situación de vulnerabilidad o mayor riesgo.

Mantenerse informado en páginas oficiales.

INFORMACIÓN Y CAPACITACIÓN

Dar a conocer al personal las medidas de seguridad, higiene, limpieza; esto mediante la colocación de carteles, infografía oficial, envío de correos electrónicos, videoconferencias, charlas y otras acciones comunicativas.

Información: colocar infografía oficial y distribuirla por los medios disponibles. Informar sobre estrategias del retorno de actividades. Promover la no discriminación.

Capacitación: sobre las medidas de protección, las medidas implementadas en sus centros de trabajo, enséñales a consultar el kit de herramientas, guías y consejos en el enlace: <https://juntosporeltrabajo.stps.gob.mx/>

MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE BROTES

Enviar a casa al personal con síntomas de la enfermedad, en caso de dificultad respiratoria remitir al centro de salud. Tener prevista un área de estancia y aislamiento. Proveer de material educativo para prevenir el contagio en el hogar.

Identificar a los contactos de la persona infectada y enviar a casa.

Evitar el retorno de personas si no cuentan con una evaluación médica.

Llevar el registro y seguimiento del personal.

Incentivar al personal con sospecha o confirmación de la enfermedad a cumplir con el resguardo domiciliario, tener la limitación voluntaria y temporal de la movilidad. Durante el tiempo que dure el resguardo la persona deberá recibir su salario.

POLÍTICAS TEMPORALES

Son medidas implementadas en los centros de trabajo durante la nueva normalidad. Entre ellas se encuentra el distanciamiento en las áreas comunes, comedores, reuniones, horarios escalonados y equipos de protección.

- Fomentar y brindar confianza para que el personal se retire ante la presencia de síntomas.
- Limitar la realización de reuniones de manera presencial, promover reuniones de manera digital (videoconferencias, llamadas telefónicas).
- Suspender los eventos masivos, reuniones y congregaciones de más de 50 personas.
- Establecer barreras físicas entre personas trabajadores, que no puedan contar con una distancia mínima de 1.5 metros considerando frentes y laterales.
- Separar las estaciones de trabajo compartidas a una distancia de 1.5 metros.
- Incrementar la frecuencia del transporte para reducción de hacinamiento.
- Uso obligatorio de medidas de prevención en población vulnerable.
- Establecer horarios escalonados, modificación de turnos.
- Reducir la densidad de personas en los servicios de transporte, alternando el uso de los asientos garantizando la sana distancia.
- Permitir que los grupos en situación de vulnerabilidad no se presenten en sus áreas laborales.

VIGILANCIA Y SUPERVISIÓN

Verificar el establecimiento de las medidas de prevención, la provisión constante de agua, jabón, toallas desechables, soluciones de alcohol gel al 70 %.

Monitorear las disposiciones oficiales de la autoridad y sus modificaciones.

Establecer un mecanismo de seguimiento de las personas en aislamiento.

8. MEDIDAS DE PREVENCIÓN PARA POBLACIÓN VULNERABLE

Son aquellas personas que son más propensas a desarrollar una complicación o la muerte por COVID-19, por ejemplo: embarazadas, adultos mayores, obesos, con alguna enfermedad crónica degenerativa, enfermedades inmunológicas, VIH, cáncer, discapacidades, etc.

Antes del regreso o dentro del primer mes se les otorgaran facilidades para acudir a consulta con el médico para evaluar su control y tratamiento.

Está prohibido que acudan a trabajar cuando en alguna localidad se encuentren en alerta máxima, y en los casos de alerta baja se deberá prestar especial atención a este personal en la plantilla laboral.

En casos de alerta alta o media se recomienda:

- Priorizar el trabajo a distancia para evitar la asistencia al centro de trabajo.
- En caso de no poder realizar trabajos a distancia se deberán garantizar las siguientes medidas:
 - Identificar a cada persona en situación vulnerable.
 - Cerciorarse de que dicha población cuente permanentemente con equipo de protección personal.
 - Garantizar una distancia mínima de 1.5 metros entre el personal y la disminuir de la densidad humana.
 - Permitir ingresos en horarios diferentes, evitando así horarios pico en el transporte público y personal.
 - Establecer zonas exclusivas en áreas de alimentos, comedores, vestidores, etc.

9. MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN ÁREAS RECREATIVAS Y/O COMERCIALES.

- El personal que labora en cada espacio debe cumplir con las medidas de higiene.
- En todos los accesos debe existir un filtro.
- En cada uno de los espacios se dará información y se buscarán mecanismos para garantizar la Sana Distancia.
- La limpieza y desinfección son de vital importancia.
- Los servicios sanitarios deben de contar con lo ya referido anteriormente.

10. MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN ESTACIONES Y UNIDADES DE TRASPORTE PÚBLICO.

Las empresas de transporte, concesionarios y cualquier prestador de servicios público o privado de transporte debe tomar medidas especiales para minimizar el riesgo de contagio.

- Implementar acciones de limpieza y desinfección en las unidades de transporte, así como en las terminales de pasajeros.
- Proporcionar información directa a los usuarios.
- Proporcionar gel desinfectante a los empleados, usuarios o acceso a servicio de sanitarios con agua y jabón.
- Los vehículos se deben limpiar y desinfectar al inicio, al final de la jornada y posterior a cada servicio.
- Los vehículos colectivos de más de 30 pasajeros y con trayectos prolongados deben desinfectarse con regularidad a lo largo de la jornada.

11. CLASIFICACION DE RIESGO EN CENTROS DE TRABAJO

TIPO	OCUPACIÓN	PERSONAL OCUPACIONALMENTE EXPUESTO
RIESGO MUY ALTO	Aquellas con potencial elevado de exposición a altas concentraciones de fuentes conocidas o con sospecha de contagio.	Médicos Enfermeras Dentistas Laboratoristas
RIESGO ALTO	Aquellas con alto potencial de exposición a fuentes conocidas o con sospecha de contagio.	Médicos Enfermeras Paramédicos Técnicos médicos Médicos forenses Personal que labora en depósitos de cadáveres Choferes y personal de ambulancias Personal de intendencia en hospitalización
RIESGO MEDIO	Aquellas que implican contacto frecuente y cercano de exposición a fuentes con posibilidad de contagio.	Trabajadores con contacto altamente frecuente con público en general, personas en edad escolar, compañeros de trabajo, clientes, y otros individuos o grupos
RIESGO BAJO	Aquellas que no implican contacto frecuente y cercano de exposición a fuentes con posibilidades de contagio.	Trabajadores que tienen contacto ocupacional mínimo con el público en general y otros compañeros de trabajo

12. CLASIFICACION DE RIESGO POR CONDICION DE VULNERABILIDAD

RIESGO BAJO O POCO VULNERABLE	RIESGO ALTO O VULNERABLE
<ul style="list-style-type: none">• Sin antecedentes de enfermedades crónico-degenerativas• Sin problemas en el sistema inmunológico• Personas menores de 60 años	<ul style="list-style-type: none">• Quienes padecen enfermedades inmunodepresivas, crónicas, cardíacas, pulmonares, renales, hepáticas, sanguíneas o metabólicas• Quienes padecen obesidad y sobrepeso• Personas mayores a 60 años• Mujeres embarazadas• Niñas y niños menores de cinco años

13. RECOMEDACIONES

No olvides responder la autoevaluación del protocolo de seguridad sanitaria llenado la lista de comprobación de medidas de seguridad sanitaria en el entorno laboral.

Así como también entrar a la plataforma en línea gratuita para la certificación de los prestadores de servicios e instalaciones relacionadas con el sector.

Las personas responsables de la administración y organizaciones de cada espacio tanto público como privado, serán los responsables de implementar las acciones recomendadas con el objetivo de contribuir a la prevención y detección oportuna de los casos. De no ser así es importante el reporte ciudadano, ya que si nos cuidamos nosotros, cuidamos a otros.