

## UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO



Como respuesta a las medidas adoptadas por las autoridades sanitarias del país, la UNAM decidió el regreso a clases en todos sus planteles.

Es importante no bajar la guardia y estar atento a las diferentes recomendaciones que vayan surgiendo en el transcurso de estos días, para mantener su salud y la de los demás. Recordemos que ninguna acción preventiva tiene éxito sin la participación activa de todos los integrantes de la comunidad universitaria.

En preparación a su regreso se han realizado, entre otras, las siguientes acciones:

- a) Limpieza exhaustiva y desinfección, con agua, cloro y jabón, de aulas, cubículos, sanitarios, pasillos, auditorios, cafeterías y espacios comunes de todos y cada uno de los planteles. Todos estos espacios están disponibles si presentan el cintillo con la leyenda "Desinfectado". Manténgalos en las mejores condiciones.
- b) Elaboración de diversas guías informativas que orientan a

alumnos, académicos, trabajadores universitarios, usuarios y visitantes. Atienda las recomendaciones y coméntelas con sus compañeros.

- c) Se distribuirá un cuestionario de autodiagnóstico. Acuda a los módulos de información y atención médica, donde personal capacitado estará atento para asistirlo en las diferentes dudas e inquietudes que vayan surgiendo.

La UNAM creó el portal <http://influenza.unam.mx> para informar oportunamente a su comunidad y a la sociedad en general. Consúltelo constantemente. Escuche y vea el programa especial "La Influenza: Las respuestas de la ciencia" que se transmite todos los días a las 19:30 horas por Radio UNAM y TV UNAM.

Para que este regreso a clases se realice con toda calma y seguridad, le recomendamos las siguientes acciones:

1. Manténgase informado del curso de la situación y de las acciones por emprender a través de los portales

de las entidades y dependencias, así como del portal de la UNAM y del portal <http://influenza.unam.mx>

2. Absténgase de saludar de mano o de beso a otras personas.
3. Lávese las manos con jabón de manera frecuente. Si usa transporte público, lávese las manos al llegar a su lugar de trabajo y a su domicilio. Le invitamos a llevar consigo un jabón o alcohol en gel.
4. Evite tocarse la cara (nariz, ojos, boca) para impedir la transmisión de gérmenes.
5. Evite escupir.
6. Cúbrase la boca al toser o estornudar, ya sea con el ángulo interno del codo o con un pañuelo desechable. El pañuelo desechable deberá tirarse dentro de un contenedor de basura que tenga bolsa de plástico.

[www.influenza.unam.mx](http://www.influenza.unam.mx)

7. Realice su trabajo observando estrictamente las normas de seguridad, con el fin de no poner en riesgo su salud ni la de los demás miembros de la comunidad.
8. Porte siempre los instrumentos necesarios para realizar sus labores, particularmente las de limpieza.
9. Si el equipo de cómputo es compartido, deberá ser limpiado y podrá ser cubierto con plásticos adheribles (Kleen-pack) que deberán cambiarse periódicamente. Esto facilitará su limpieza.
10. No comparta artículos personales como teléfonos celulares, plumas, lápices, unidades USB, audífonos, vasos, cubiertos, platos, entre otros.
11. Evite estar en contacto con gente enferma de influenza A (H1N1). Si usted presenta síntomas de la enfermedad, no asista a trabajar, repórtese con su jefe inmediato para informarle de su situación y consulte al médico. En caso de que un compañero de trabajo presente signos y/o síntomas de enfermedad respiratoria, recomiéndele que asista al médico. Es importante que avise a las autoridades de su facultad o escuela para monitorear y dar seguimiento a posibles casos de influenza A (H1N1).

12. Evite aglomeraciones y reuniones con varias personas dentro de espacios cerrados.
13. Si trabaja o tiene contacto con animales de laboratorio, observe con meticulosidad las medidas higiénicas para personas, animales y áreas de trabajo.

Mantenga la calma en todo momento. El regreso a su lugar de trabajo es seguro; siga al pie de la letra las recomendaciones sanitarias para el cuidado de su salud, la de sus compañeros y la de su familia.

De ser posible, comente con sus compañeros, profesores y autoridades de su plantel cualquier sugerencia o propuesta para mejorar este regreso seguro a clases, así como las diferentes opciones en las que usted y sus compañeros pueden colaborar en beneficio de nuestra Universidad.



# nuevamente en Casa

## Guía para Trabajadores Administrativos

Bienvenido de Regreso a Clases  
"La seguridad está en tus manos"

