

Guía rápida Actividades en Campus

Fecha de actualización: 08 de agosto de 2022

Protocolo COVID-19 integrado para actividades en campus

Propósito	Guiar de manera general las medidas de higiene y seguridad para prevenir contagios por COVID-19 basadas en la normativa estatal y federal aplicable.
Alcance	Dirigido a todos los estudiantes, colaboradores, profesores, proveedores y visitantes del Tecnológico de Monterrey de todos los campus.

Actividad	Descripción
1) Lineamientos generales	<p>Las actividades académicas, deportivas, culturales y de grupos estudiantiles de LiFE se deben realizar siguiendo las siguientes normas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El uso de cubrebocas es voluntario si la normativa del campus lo permite, se recomienda usarlo al estar en espacios cerrados. 2. Vigilar y reportar de manera inmediata la aparición de síntomas compatibles con COVID-19 a Servicios Médicos de campus. 3. Privilegiar el uso de espacios abiertos cuando sea posible. 4. Procurar la ventilación de los espacios que utilizamos (Ej. Abrir puertas y ventanas al menos 5 minutos después de cada sesión). 5. Realizar higiene de manos con frecuencia. 6. Procurar la sana distancia. 7. Respetar las limitaciones de aforo definidas en función de la normativa estatal vigente.
2) Prevención, atención y reporte oportuno	<ul style="list-style-type: none"> • Debido a que la vacunación reduce la severidad y transmisión de la enfermedad, se recomienda estar al día con el esquema de vacunación contra COVID-19, según la disposición oficial vigente. • Para actividades estudiantiles, es necesario que todos los participantes se encuentren asintomáticos es decir, que no sean considerados casos sospechosos de COVID-19 (presentar síntomas en los últimos 7 días). • Todos los miembros de la comunidad del Tecnológico de Monterrey deberán vigilar la aparición de síntomas de COVID-19. En caso de presentar síntomas es indispensable quedarse en casa, no asistir al campus y reportarse con Servicios Médicos de forma inmediata para recibir indicaciones (cuarentena, aislamiento, prueba diagnóstica) y acompañamiento médico. Este reporte puede ser: <ul style="list-style-type: none"> ○ De manera directa en el Servicio Médico de campus. ○ Por medio de la línea TQueremos.
3) Uso del cubrebocas	<p>De manera general:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El uso de cubrebocas es voluntario si la normativa del campus lo permite, se recomienda usarlo al estar en espacios cerrados. • Se recomienda utilizar cubrebocas KN95 o quirúrgico tricapa, evitando los que sean de tela de una o dos capas o tengan válvula.

Actividad	Descripción
	<ul style="list-style-type: none"> • Específicamente los deportistas y artistas (cantantes, bailarines y actores) pueden retirarse el cubrebocas durante su actividad y de requerir, deben contar con microfonía individual. Esto aplica para cualquier tipo de recinto.
4) Viajes nacionales e internacionales	<p>Viajes nacionales, internacionales y visitas intercampus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>No será necesario realizar prueba de COVID-19 antes o después del viaje o visitas intercampus.</u> • Vigilar la aparición de síntomas durante la semana posterior al viaje y notificar cualquier eventualidad al Servicio Médico de campus para recibir indicaciones. • <u>Para cualquier forma de transporte, se sugiere utilizar el cubrebocas todo momento independientemente de la normativa estatal.</u> • Transporte terrestre: ocupación 100%. • Se permite el alojamiento en habitaciones cuádruples. • Es necesario que todos los asistentes que viajen se encuentren asintomáticos y no sean considerados casos sospechosos de COVID-19. • Para viajes internacionales, se aplicarán las medidas y restricciones que estén vigentes al momento de viajar al país en cuestión.

Nota: Es necesario revisar de manera frecuente las actualizaciones en las medidas de higiene y seguridad por entidad federativa y estándares internacionales.

I. Anexo: Glosario

1. **Actividades en el campus:** actividades académicas, deportivas y culturales, clases y visitas intercampus (competencias, torneos, visitas de embajadores, etc.).
2. **Espacio abierto:** espacios que no están delimitados por cuatro paredes, que permiten una buena ventilación.
3. **Espacio cerrado:** recintos techados y delimitados por cuatro paredes.
4. **Higiene de manos:** frotado de manos siguiendo la técnica recomendada haciendo uso de gel alcoholado al 70% durante 20 a 30 segundos.
5. **Lavado de manos:** frotado de manos siguiendo la técnica recomendada haciendo uso de agua corriente y jabón durante al menos 40 a 60 segundos.
6. **Sana distancia:** lo que dicte la normativa vigente; se sugiere un espacio interpersonal de al menos 1.5 metros.
7. **Síntomas compatibles con COVID-19:**
 - a. Presencia durante más de 24 horas de fiebre mayor a 38°C
 - b. Tos
 - c. Fatiga
 - d. Diarrea
 - e. Dolor de garganta
 - f. Dolor de cabeza
 - g. Irritación o dolor de ojos
 - h. Congestión o escurrimiento nasal
 - i. Pérdida del gusto o del olfato
 - j. Dolor muscular o de articulaciones
 - k. Dolor de pecho y/o dificultad para respirar