



GOBIERNO DE  
MÉXICO

INPI  
INSTITUTO NACIONAL  
DE LOS PUEBLOS  
INDÍGENAS

# GUÍA SANITARIA

## PARA EL REGRESO SEGURO Y SALUDABLE A LAS CASAS Y COMEDORES DEL PROGRAMA DE APOYO A LA EDUCACIÓN INDÍGENA DEL INSTITUTO NACIONAL DE LOS PUEBLOS INDÍGENAS







Para la apertura de las Casas y Comedores del Programa de Apoyo a la Educación Indígena (PAEI) es necesario implementar medidas sanitarias a fin de prevenir la propagación del virus SARS-CoV-2 (COVID-19) entre la población beneficiaria y personas que tengan presencia en las instalaciones y espacios comunes.

Esta Guía Sanitaria para el Regreso a las Casas y Comedores del PAEI contiene acciones de prevención y sanitarias que se realizarán en dichas instalaciones, donde de manera conjunta autoridades locales, padres de familia, comités y beneficiarios participarán en su implementación.

**OBJETIVO**

La presente Guía busca ser una herramienta sencilla que oriente a coordinadores, ecónomas, promotores, así como a niñas, niños y adolescentes beneficiarios en Casas y Comedores del PAEI, para prevenir y canalizar de manera inmediata posibles casos de COVID-19.



## ¿QUÉ DEBEMOS SABER SOBRE LA COVID-19?

Es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19). Como todos los virus respiratorios, el SARS-CoV-2 se transmite de persona a persona. Esto ocurre cuando una persona infectada expulsa partículas húmedas (gotículas) a través de la boca o la nariz, salpicando a otra. Las gotículas son minúsculas gotitas de saliva o de los fluidos que se lanzan al aire al hablar, exhalar, toser y estornudar. El virus entra al cuerpo de una persona sana por la boca, los ojos y la nariz; asimismo, dado que el SARS-CoV-2 puede permanecer activo sobre nuestras manos y los objetos a nuestro alrededor, este virus también se transmite al saludar de mano, al tocar una mesa, una silla o cualquier objeto o superficie contaminados por el virus y cuando uno se lleva las manos infectadas a la cara, boca, nariz o a los ojos.

Las personas que se enferman de COVID-19 pueden tener algunos de los siguientes síntomas:

- Fiebre, se considera que existe fiebre si mediante la toma de temperatura corporal el termómetro marca 37.2°C o más.
- Tos
- Cansancio
- Dolor muscular o de articulaciones
- Dolor de garganta
- Diarrea
- Conjuntivitis (secreción ocular) o irritación
- Dolor de cabeza (cefalea)
- Pérdida del sentido del olfato o del gusto
- Escurrimiento nasal
- Mucho sueño (señal de alarma)
- Dificultad para respirar (señal de alerta)

## ¿QUÉ PASÓ? ¿POR QUÉ SE SUSPENDIERON LAS CLASES EN LAS ESCUELAS Y NOS FUIMOS A NUESTRAS CASAS?

El 11 de marzo de 2020 se declaró la emergencia de salud pública nacional por la aparición del virus COVID-19 con categoría de pandemia; particularmente, el Gobierno federal y los estados implementaron estrategias y acciones para minimizar y controlar la propagación de esta enfermedad, entre ellas la Sana Distancia y el semáforo epidemiológico por entidades federativas; una de las acciones preventivas fue el cierre de las instituciones educativas y la implementación de las clases a distancia.

El INPI publicó el 19 de mayo de 2020, en el Diario Oficial de la Federación, la **Guía para la atención de Pueblos y Comunidades Indígenas y Afromexicanas** ante la emergencia sanitaria generada por el virus SARS-CoV-2 (COVID-19), con el fin de orientar a las comunidades indígenas y afromexicanas con pertinencia cultural y lingüística ante la emergencia sanitaria por el COVID-19 y para que sea utilizada por instancias del Gobierno federal, estatal y municipal, así como por autoridades comunitarias o agrarias.





Del mismo modo, este Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas (INPI) publicó el libro **El ABC de la COVID**, un material que está dirigido a un amplio rango de lectores potenciales: jóvenes estudiantes, autoridades comunitarias, agrarias, regidores, promotores culturales, amas de casa, personal de salud, coordinadores y ecónomas de las Casas y Comedores del PAEI, con el objeto de facilitar un entendimiento de la situación epidemiológica en la que nos encontramos, en sus dimensiones tanto médicas como sociales; además de tener un enfoque práctico, orientado al Qué y Cómo hacer en caso de que algún familiar o persona conocida de la comunidad no se sienta bien, tenga los síntomas de la COVID-19, necesite información sobre dónde puede recibir atención médica o saber qué hacer en los casos de fallecimiento.

Asimismo, la Secretaría de Educación Pública, en el Boletín No. 43, estableció que la apertura de planteles escolares se realizará sólo en semáforo verde y cuando las autoridades sanitarias y educativas locales lo consideren. Sobre la apertura de planteles escolares, la institución detalló que se realizará sólo en caso de que sea posible, previa autorización, siempre que las autoridades sanitarias, educativas y de gobierno en la entidad y comunitarias lo consideren pertinente, pues debe ser un regreso seguro, ordenado y cauto, tanto para maestros, como para los estudiantes. Por lo consiguiente, se determinó la reactivación del servicio presencial de las Casas y Comedores de la Niñez Indígena del Programa de Apoyo a la Educación Indígena (PAEI) del INPI.

## ¿CÓMO NOS PREPARAMOS PARA REGRESAR A LAS CASAS Y COMEDORES CUANDO INICIEN LAS CLASES?

Una vez que la Secretaría de Salud y la Secretaría de Educación Pública comuniquen el regreso a clases, lo primero que haremos es:

1. Llevar a cabo una reunión con padres de familia, autoridades comunitarias, municipales, comités de contraloría social y apoyo, comités participativos de salud escolar, coordinadores, ecónomas, promotores formativos y promotores supervisores para que conozcan la presente Guía, ponernos de acuerdo para prevenir contagios de COVID-19 e integrar la Comisión de Salud de las Casas y Comedores.
2. En esta reunión se instalará la Comisión de Salud de las Casas y Comedores; es importante que esta Comisión esté integrada por padres de familia o tutores, promotores formativos del PAEI (en donde los haya), ecónomas, personas coordinadoras y voluntarias de la comunidad que deseen participar, así como de integrantes de los comités de apoyo y de contraloría social. El número puede variar en cada Casa o Comedor, de acuerdo con sus propias necesidades.
3. También conoceremos la Guía para saber qué le toca hacer a cada quién y así cuidar la salud de niñas, niños y adolescentes, así como de las personas que apoyan las actividades de las Casas y Comedores.
4. Una vez integrada la Comisión de Salud de las Casas y Comedores, ésta deberá establecer contacto con personal de salud de la Unidad Médica cercana a Casas y Comedores para activar protocolos de atención en caso de contagio o de que alguien presente síntomas, así como para coordinar acciones en materia de capacitación y difusión de medidas para la prevención de los contagios.



## ¿QUÉ HAREMOS PREVIO A LA APERTURA?

Antes de regresar a la Casa o Comedor, la persona encargada de la Coordinación, ecónomas, promotores supervisores y, en su caso, promotores formativos, deberán tomar un curso de capacitación sobre esta Guía.

Días antes del regreso, la persona coordinadora y ecónomas de cada Casa o Comedor harán la limpieza de todos los espacios, revisarán que no haya fugas de gas, filtraciones de agua y otros aspectos que dificulten la atención adecuada de niñas, niños y adolescentes; junto con la Comisión de Salud de las Casas y Comedores, identificarán e instalarán letreros en salidas, entradas y lugares de primera atención, revisarán la posibilidad de separación de literas, mesas y sillas para mantener la sana distancia.

También identificarán los espacios en los que se instalarán los dispensadores de gel antibacterial, o en su caso lavabos de manos y jabón, así como el botiquín en donde se encontrará el termómetro para la toma de temperatura.

Al mismo tiempo, se realizará la identificación y registro de niñas, niños, adolescentes y personas que apoyan en la operación de las Casas y Comedores. Dependerá del semáforo estatal de riesgo epidemiológico la permanencia en las Casas y Comedores de personas vulnerables como mayores de 60 años, embarazadas, personas con discapacidad o que padezcan enfermedades crónicas como cáncer, diabetes, enfermedades respiratorias y cardíacas.



## ¿QUÉ MEDIDAS SE TOMARÁN PARA PREVENIR EL CONTAGIO POR COVID?

Es importante que en cada Casa o Comedor, se instale una jerga con agua clorada en las entradas para que las personas que ingresen la pisen y desinfecten su calzado antes de entrar.

A partir del primer día de regreso y ya con la Casa o el Comedor limpio y con señalización de los espacios, la Comisión de Salud de Casas y Comedores deberá tomarle la temperatura a niña, niño o adolescente antes de ingresar, y verificar que el termómetro no marque arriba de 37.2° C, no presente molestias o síntomas asociados al COVID-19, se lave las manos o use gel antibacterial y porte cubrebocas de manera correcta.

Ya dentro de la Casa o Comedor, la Comisión de Salud reunirá en bloques a niñas, niños y adolescentes, para evitar la conglomeración de personas y explicará:

Por qué debemos mantener la sana distancia; es decir, procurar no estar juntos a menos de 1.5 metros entre una y otra persona.





Por qué debemos lavar frecuentemente las manos con agua y jabón y la forma correcta de hacerlo o en su caso cómo usar gel antibacterial, y nos indicarán los lugares en los que estará el gel de manera permanente

Cómo es el uso correcto de cubrebocas y qué hacer después de usarlo.

Qué hacer cuando necesitamos estornudar o toser y la forma correcta de hacerlo.

Por qué debemos procurar no tocar nuestra cara, nariz o boca.

Por qué no podemos compartir cucharas, platos, toallas, útiles escolares, ropa o cosas personales con las personas que compartimos la Casa o con las que convivimos en el Comedor.

Qué debemos hacer cuando regresemos de la escuela a la Casa o al Comedor.

Cuáles son los síntomas asociados al COVID-19 y

Qué hacer en caso de que alguien tenga uno o más de esos síntomas

## ¿QUÉ HAREMOS DE LUNES A VIERNES PARA PREVENIR CONTAGIOS?

### EN COMEDORES:

Antes de entrar, debemos pisar la jerga que se encuentra en la entrada para desinfectar el calzado, ponernos gel o lavarnos las manos con agua y jabón y permitir que nos tomen la temperatura, si tenemos tos o nos sentimos mal, debemos decirlo a la persona mayor que se encuentre más cerca.

Si la cantidad de personas que reciben los alimentos sobrepasa el número razonable que nos permita mantener la sana distancia, se buscará el ingreso por turnos o en su caso habilitar otros espacios.

Las niñas, niños y adolescentes, personal que coordina y ecónomas cuando entremos al comedor debemos usar cubrebocas y sólo podremos quitárnoslo cuando tomemos los alimentos, también debemos lavarnos las manos, el cubrebocas deberemos guardarlo con cuidado y no ponerlo sobre la mesa en ningún momento.





Mientras comemos, no podemos compartir la comida, y tampoco podemos prestar las cucharas o cubiertos que estemos usando.

Una vez que terminemos de comer, la persona que coordina el Comedor con apoyo de la Comisión de Salud, deberá retirar de manera inmediata los restos de comida de los platos y los pondrá en un recipiente con tapadera para desecharlos, desinfectará sillas, mesas y utensilios, y toda el área que haya sido usada durante la toma de los alimentos.

Todos nos pondremos nuevamente el cubrebocas, si necesitamos usar el baño, lavaremos nuestras manos de manera inmediata como nos enseñaron, es importante que si hay más de tres (3) personas en el área de lavabos esperemos turnos pues no podremos estar muchas personas en el área de lavabos o en los baños.

### EN LAS CASAS:

Cuando regresemos a las Casas, niñas, niños y adolescentes deberemos esperar nuestro turno para que nos tomen la temperatura, nos lavemos manos o pongamos gel antibacterial, pisemos la jerga para que se desinfecte nuestro calzado y poder ingresar a los dormitorios para dejar nuestras pertenencias y acudir a la reunión que nos preparó la Comisión de Salud de la Casa.

Una vez que nos hayan explicado todas las medidas que debemos atender, mientras estemos dentro de la Casa y hagamos uso de los espacios deberemos tener cuidado especial en los siguientes casos:

En los dormitorios o comedor debemos portar el cubrebocas de manera correcta y quitárnoslo sólo para comer, ponernos gel antibacterial o en su caso lavarnos las manos con agua y jabón como nos indicaron, pisar la jerga que se encuentra a la entrada de estos espacios para desinfectar nuestro calzado.





Cuando estemos en los dormitorios, evitaremos formar grupos para poder mantener la sana distancia, no podremos compartir cobijas, sábanas, almohadas, ropa o cualquier objeto de uso personal.

Debemos organizarnos con el apoyo de la persona que coordina la Casa y las ecónomas para lavar la ropa sucia y así evitar cualquier posibilidad de contagio.

Debemos identificar claramente las rutas de entrada y salida.

Acudir a las regaderas en grupos de no más de tres (3) Personas Niñas o Niños.

Mantener limpio el espacio que ocupamos alrededor de nuestras literas o camas y ventilar los dormitorios.

## ¿QUÉ HACEMOS SI ALGUIEN PRESENTA SÍNTOMAS ASOCIADOS A COVID-19?

Si alguien tiene uno o más síntomas y hay sospecha de contagio, la persona coordinadora, algún integrante de la Comisión de Salud de la Casa o la persona que identifique los síntomas, lo atenderá evitando contacto con otras personas, procurando no señalar o generar algún tipo de temor en la población escolar y habitantes de la Casa, establecerá comunicación con la Unidad Médica más cercana y con los familiares de la persona. Seguirá las indicaciones del personal médico o de salud.

Si hay sospecha de contagio, una vez que le haya revisado personal médico o de salud, se solicitará a sus familiares el resguardo domiciliario por el tiempo que sea necesario a fin de atender las indicaciones médicas.

De confirmarse algún caso de COVID-19, la Comisión de Salud, personal de apoyo, padres de familia y la autoridad sanitaria se pondrán de acuerdo para determinar lo procedente







## INFOGRAFÍAS PDF Y CÁPSULAS MP3 (RUTA DE DESCARGA)

<http://www.inpi.gob.mx/2021/guia-paei>

Infografía. Medidas de prevención del COVID

Infografía. ¿Cómo nos cuidamos dentro de las Casas de la Niñez?

Infografía. ¿Cómo nos cuidamos en el comedor?

Infografía. ¿Cómo prevenir los contagios?

Infografía. ¿Qué hacer a la hora de comer?

Infografía. ¿Qué hacer si tienes síntomas de COVID?

*Cinco cápsulas informativas de audio en formato MP3*







**INPI**

**INSTITUTO NACIONAL  
DE LOS PUEBLOS  
INDÍGENAS**

