



# LINEAMIENTOS PARA LA CONTINUIDAD LABORAL SALUDABLE ANTE LA COVID-19 PARA EL PERSONAL NAVAL EN EL SERVICIO ACTIVO



FUENTE:  
 - Secretaría de Salud, México, 2022. Lineamientos para la continuidad saludable de las actividades económicas ante COVID-19, recuperado de: <https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2022/10/2022.10.10LineamientoCovidActividadesEconomicasNN.pdf>  
 - Secretaría de Salud, México, 2022. Guía de acción para los centros de trabajo ante el COVID-19, recuperado de <https://www.gob.mx/stps/documentos/guia-de-accion-para-los-centros-de-trabajo-ante-el-covid-19>

- A** Evitar dentro de lo posible el contacto físico.
- B** Contar con lavamanos con agua, jabón, toallas de papel desechable para el secado de manos y botes de basura en accesos y áreas comunes.
- C** Contar con dispensadores de soluciones a base de alcohol al 60%.
- D** Práctica de etiqueta respiratoria: cubrirse nariz y boca al toser o estornudar con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.
- E** Evitar los hacinamientos y favorecer la ventilación natural en espacios comunes o de mayor concentración de personal.
- F** Garantizar que los sanitarios cuenten con lavamanos y condiciones para la limpieza del personal.
- G** Revisar el funcionamiento de los sistemas de ventilación, además de dar mantenimiento y cambios de filtro para su correcta operación.
- H** Se recomienda que, durante el consumo de alimentos, mantengan una distancia entre personas por lo menos de 1.5 metros.
- I** Se recomienda que, durante los traslados en transporte público hacia el trabajo o el domicilio, utilicen de forma correcta el cubrebocas.
- J** De la misma manera, realicen higiene de manos con solución a base alcohol.
- K** No escupir. Si es necesario, utilizar un pañuelo desechable, meterlo en una bolsa de plástico anudarla y tirarla a la basura. Posteriormente, realizar higiene de manos.
- L** En caso de incapacidad médica por diagnóstico confirmado de COVID-19, permanecer en aislamiento en domicilio. No existe evidencia que los tapates desinfectantes funcionen, motivo por el cual, no deberán de usarse.
- M** En caso necesario, durante la jornada laboral se utilizará el cubrebocas de forma correcta cubriendo totalmente la nariz y boca. Se sugiere el uso de cubrebocas con el siguiente esquema:

USO DE CUBREBOCA	ESPACIOS ABIERTOS		ESPACIOS CERRADOS	
	CON SANA DISTANCIA	SIN SANA DISTANCIA	CON SANA DISTANCIA	SIN SANA DISTANCIA
	NO OBLIGATORIO	RECOMENDABLE	NO OBLIGATORIO	RECOMENDABLE