



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



Junta de
Asistencia
Privada del
Distrito Federal

Actualización de la Síntesis de Medidas Oficiales frente al COVID-19

12 de mayo del 2020

NOTA

Las medidas incluidas en el presente documento están en continua revisión según las disposiciones oficiales emitidas por las autoridades al momento.



Í N D I C E

	Página
Introducción	3
I.- Comunicado Jefa de Gobierno e IMSS	3
II.- El Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM), a través de su cuenta oficial de Twitter	4
III.- “Redes de apoyo para personas mayores son indispensables para la prevención y control de COVID-19”, INGER	5
IV.- Material de Higiene de manos para profesionales de la salud	6
V.- Lista de los Laboratorios con reconocimiento por parte del InDRE	11
VI. Vigilancia Centinela	13
VII. Lineamientos para la prevención detección y atención de COVID-19 en niños, niñas y adolescentes (NNA)	14
VIII. Lineamientos de respuesta y de acción en salud mental y adicciones para el apoyo psicosocial durante la pandemia por CODIV-19 en México	22
VII.- ¿Cómo hacer de casa un espacio seguro para niñas, niños y adolescentes?	29
Consideraciones Generales	36
Referencias Bibliográficas	37



INTRODUCCIÓN

La Junta de Asistencia Privada del Distrito Federal, en su compromiso de mantenerlos informados, pone a disposición las nuevas publicaciones oficiales del orden federal y local las cuales complementan las síntesis informativas enviadas anteriormente relacionadas con las medidas de prevención y cuidado durante la contingencia sanitaria por COVID-19.

Como parte de las acciones para reducir el impacto de las amenazas y los riesgos por la situación que vive la sociedad actualmente, es fundamental consultar aquellos medios o fuentes oficiales de noticias, pues dan mayor certeza sobre el progreso de la situación, por ello les invitamos a estar alertas en los canales informativos del Gobierno de México y de la Ciudad de México.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y ATENCIÓN

I. El Gobierno de la Ciudad de México a través de la Jefa de Gobierno y el director general del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Zoé Alejandro Robledo Aburto, anunciaron mediante un **comunicado** de fecha 1 de mayo del 2020, publicado en el portal de internet del Gobierno de la Ciudad, el protocolo para el traslado de cualquier persona con síntomas graves de Coronavirus (COVID-19) a hospitales del IMSS que atienden la enfermedad, en caso de saturación en hospitales públicos en la Ciudad de México.

Dijo que estas acciones permitirán que cualquier paciente que presente síntomas graves de la enfermedad sea atendido de manera oportuna en los hospitales que el IMSS ha determinado como COVID-19 durante la Fase 3 de la emergencia sanitaria.

“Lo más importante de la relación que estamos planteando con el IMSS, es que lo mejor que se puede hacer si se tienen síntomas de COVID-19 es utilizar este sistema o hablar directamente a Locatel, ellos tendrán la información en tiempo real actualizada de cuáles son los hospitales del IMSS a los que puede acudir una persona para que no estén dando vueltas”.

Señaló que la próxima semana se adecuarán instalaciones en hospitales de la Sedesa para recibir a pacientes con COVID-19, por lo que se contará con cerca de 130 Unidades de Terapia Intensiva con ventiladores y otras camas, así como la incorporación de unidades médicas como parte del Plan DN-III-E y Plan Marina, en el momento que el Presidente de México lo determine.



Sheinbaum Pardo indicó que el Gobierno capitalino habilitó la página web hospitales.covid19.cdmx.gob.mx y actualizó en el módulo de la App CDMX para consultar la disponibilidad de los hospitales públicos en la Zona Metropolitana del Valle de México (ZMVM) que atienden a pacientes con síntomas graves por COVID-19.

El director general del IMSS, Zoé Alejandro Robledo Aburto, explicó que el objetivo de las medidas conjuntas con el Gobierno capitalino es garantizar el derecho a la salud a todos los habitantes en la Ciudad de México como lo establece la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.

Refirió que se contemplan tres escenarios para el traslado de pacientes con síntomas graves a hospitales del IMSS: desde un domicilio, llamar a 911 o Locatel, se envía ambulancia; módulo de evaluación respiratoria, llamar a 911 o Locatel, se envía ambulancia; vía pública, llamar a 911 o Locatel, se envía ambulancia para traslado o si puede llegar en automóvil, se le orienta en su trayecto para que lo esperen en una unidad médica.

El Gobierno de la Ciudad de México reitera a la población que, en caso de sentir alguno de los síntomas como fiebre, tos, dolor de garganta o dificultad para respirar, se debe enviar un SMS al 51515 con la palabra “covid19” y responder unas preguntas para recibir orientación e información o bien, en la página www.test.covid19.cdmx.gob.mx.

II. El Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM), a través de su cuenta oficial de Twitter, publicó el 2 de mayo de 2020 la siguiente información:

Recuerda que pese a la contingencia, el **#INAPAM** sigue brindando el servicio de asesoría jurídica a las personas mayores que así lo requieran a través del correo electrónico asesoriajuridicainapam@inapam.gob.mx **#QuédateEnCasa**



Asesoría Jurídica INAPAM

El INAPAM ofrece apoyo y asesoría jurídica en materia familiar, civil, de arrendamiento, así como, en cualquier otro trámite administrativo para las personas adultas mayores.

Requisitos para recibir asesoría:

- Tener 60 años o más.
- Presentar Credencial INAPAM.
- Facilitar documentos que le soliciten.
- Proporcionar la información necesaria para la elaboración de su estudio socioeconómico.

Es necesario exponer el caso en un correo electrónico a: asesoriajuridicainapam@inapam.gob.mx dirigido a la Lic. Lizeth Rebeca Herrera.



Materia	Problema Jurídico
Administrativa	Escrituración Información testimonial Pensión IMSS Testamento
Civil	Arrendamiento Cesión de derechos Comodato Compra venta Medios preparatorios a juicio Otorgamiento y firma de escritura Prescripción positiva Voluntad Anticipada Consentimiento informado
Familiar	Divorcio Incausado Información testimonial Juicio de Interdicción Liquidación de sociedad Conyugal Pensión alimentaria Problemas Familiares Sucesión Intestamentaria Sucesión Testamentaria Testamento
Laboral	Pensión IMSS, ISSSTE, PEMEX SEDENA, SEMAR
Mercantil	Ejecutivo Mercantil Liberación de Hipoteca Pago de Pesos
Ordinario Civil	Arrendamiento Medios Preparatorios
Laboral	Abandono de persona Abuso de confianza Daños en propiedad Despojo Fraude Violencia familiar



III. La Dirección de Enseñanza y Divulgación del Instituto Nacional de Geriátría (INGER), señala en el artículo “**Redes de apoyo para personas mayores son indispensables para la prevención y control de COVID-19**”, publicado en el Boletín llamado Edición Especial 2020 “COVID-19 Personas Mayores” a través de su portal de internet, recomienda:

Es importante identificar una red de soporte familiar o comunitaria integrada por contactos cercanos y de confianza que puedan ser una fuente de apoyo en caso de requerirlo e identificar en qué podrían ayudar.

Las personas mayores, o bien quienes les asisten, deben de crear un plan de contingencia que los ayude a saber qué hacer durante los días que estarán en casa. Se requiere contemplar a los contactos cercanos y de confianza que puedan ser una fuente de apoyo en caso de requerirlo e identificar en qué podrían ayudar,



por ejemplo, algún vecino que pueda ir al supermercado o realizar las compras de la despensa para reducir riesgo de contagio para la persona mayor.

Existen diferentes tipos de apoyo:

- Apoyo emocional- afecto, compañía, reconocimiento y escucha.
- Apoyo instrumental- cuidado, transporte, labores del hogar
- Apoyo material- sustento económico, alojamiento, ropa, pago de servicios
- Apoyo informativo- orientación, información e intercambio de experiencias.

Estas redes de apoyo son cruciales en la prevención y control de la pandemia de COVID-19 pues son la principal herramienta con la que cuentan las personas mayores en especial aquellas que mantienen su independencia.

Paralelo a la red de apoyo se debe contemplar también un plan de contingencia, el cual tiene por objetivo anticipar escenarios posibles para la atención a la persona mayor. En dicho plan quedarán plasmadas las situaciones a las que se pueden enfrentar las personas que brindan apoyo, los deseos de la persona mayor para su atención futura y las condiciones con las que se cuenta para lograr que se tenga éxito en asegurar su cuidado y salvaguarda.

Ante tal panorama, el (INGER) hace un llamado a las instituciones y promueve acciones que ayuden a la sociedad a brindar apoyo y protección a las personas mayores que viven solas.

IV. En atención al documento denominado “**Material de Higiene de manos para profesionales de la salud**”, publicado por la Secretaría de Salud en mayo de 2020, a través de su Portal de Internet, difunde las siguientes infografías:



¿Cómo **desinfectarse** las manos?

¡Desinfectese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias



Duración de todo el procedimiento: 20 - 30 segundos

1a



Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies

1b



2



Frótese las palmas de las manos entre sí

3



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda enlazando los dedos y viceversa

4



Frótese las palmas de las manos entre sí con los dedos enlazados

5



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos

6



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa

7



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa

8



Sus manos son seguras



¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica



Duración de todo el procedimiento: 40 - 60 segundos



Mójese las manos con agua



Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos



Frótese las palmas de las manos entre sí



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda enlazando los dedos y viceversa



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos enlazados



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, arrojándolo con la palma de la mano derecha y viceversa



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa



Enjuáguese las manos con agua



Séquese con una toalla desechable



Utilice la toalla para cerrar el grifo



Sus manos son seguras



Prevenir las Infecciones Asociadas a la Atención de la Salud **Está en tus manos**

Lávate con agua y jabón



Duración de todo el procedimiento: 40 - 60 segundos



Moja con agua y aplica suficiente jabón para cubrir todas las superficies de las manos

Desinfectate con alcohol gel



Duración de todo el procedimiento: 20 - 30 segundos



Deposita en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies

Cada acción debe repetirse 5 veces

2



Frota las palmas de las manos entre sí

3



Frota la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa

4



Frota las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados

5



Frota el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos

6



Frota con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa

7



Frota la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa

8



Enjuaga las manos con agua, usa una toalla desechable para secarlas, con ella cierra el grifo



Deja secar sin agitar

Una vez secas, tus manos son seguras

Acción esencial para la seguridad del paciente no. 3

SUS MOMENTOS para la Higiene de las Manos

Atención Sanitaria en Residencias de Adultos Mayores



1 ANTES DE TOCAR AL PACIENTE	¿CUÁNDO? Lávase las manos antes de tocar al paciente cuando se acerque a él. ¿POR QUÉ? Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que tiene usted en las manos.
2 ANTES DE REALIZAR UNA TAREA LIMPIA/ASEPTICA	¿CUÁNDO? Lávase las manos inmediatamente antes de realizar una tarea limpia/aseptica y antes del uso de guantes. ¿POR QUÉ? Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que podrían entrar en su cuerpo, incluidos los gérmenes del propio paciente.
3 DESPUÉS DEL RIESGO DE EXPOSICIÓN A LÍQUIDOS CORPORALES	¿CUÁNDO? Lávase las manos inmediatamente después de un riesgo de exposición de líquidos corporales (y tras quitarse las guantes). ¿POR QUÉ? Para protegerse y proteger el entorno de atención de la salud de los gérmenes dañinos del paciente.
4 DESPUÉS DE TOCAR AL PACIENTE	¿CUÁNDO? Lávase las manos después de tocar al paciente, al final de la consulta o cuando ésta sea interrumpida. ¿POR QUÉ? Para protegerse y proteger el entorno de atención de la salud de los gérmenes dañinos del paciente.



V.- Por otra parte la Secretaria de Salud, **el 7 de mayo de 2020 publicó una lista de los Laboratorios con reconocimiento por parte del INRE** para realizar el diagnóstico de COVID-19, los particulares podrán acudir a estos laboratorios para realizarse las pruebas siempre y cuando cubra con la definición operacional de caso sospechoso y presenten una orden y valoración médica extendida por un médico privado o público.

A continuación se cita el listado de los laboratorios que proporcionan servicio en la Ciudad de México con independencia que en el link se encuentran otros del interior de la República.

1. LABORATORIOS ESTATALES DE SALUD PÚBLICA

- 1 Laboratorio Estatal de Salud Pública de Ciudad de México

2.- LABORATORIOS DE APOYO A LA VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA (LAVES)

- 1 Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias
- 2 Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición “Salvador Zubirán”
- 3 Hospital General de México
- 4 Hospital 20 de noviembre (ISSSTE)
- 5 Laboratorio Central de Epidemiología, CMN La Raza (IMSS)

4.- LABORATORIOS PARTICULARES.

- 1 Centro Médico ABC, Campus Observatorio
- 2 Hospital Ángeles Interlomas
- 3 Olartey Akle, Bacteriólogos, S.A de C.V
- 4 LABIOMOLA, S.A de C.V
- 5 Hospital Español de la Ciudad de México.
- 6 Médica Sur, S.A.B de C.V
- 7 Grupo Diagnóstico Aries
- 8 Laboratorio CARPERMOR, (Grupo Diagnóstico Médico PROA, S.A de C.V)
- 9 ORTHIN Referencia Especializada, S.A de C.V
- 10 Salud Digna A.C.
- 11 Lans, Laboratorios de Referencia
- 12 GENOLIFE, Información de vida SAPI de CV
- 13 Desarrollos Especializados en Biotecnología y Diagnóstico Molecular S.A. de C.V. (Denatbio)
- 14 Laboratorio de Análisis Genéticos Especializados México, S de RL



- de CV (LAGEM)
- 15 Laboratorios DIAGNOMOL S.A. DE C.V.
 - 16 SERVACARE SA. de C.V.
 - 17 Laboratorios de Especialidades Inmunológicas S. A. de C. V.
 - 18 Hospital San Ángel Inn Universidad.
 - 19 Referencia de Micro-técnicas de laboratorio S.A. de C.V (Micro-Tec)

5.- LABORATORIOS DE LA ACADEMIA.

- 1 Departamento de Genética y Fisiología Molecular del Instituto de Biotecnología (IBT) de la Universidad Autónoma de México (UNAM).
- 2 Unidad de Desarrollo e Investigación en Bioprocesos de la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas (UDIBI-ENCB) INSTITUTO POLITECNICO NACIONAL (IPN).
- 3 Laboratorio de Bioseguridad para el Diagnóstico e Investigación de Enfermedades Emergentes (LBS2), CINVESTAV, CDMX.
- 4 Departamento de Biología Celular y del Desarrollo. Instituto de Fisiología Celular, UNAM, Ciudad Universitaria CDMX
- 5 Laboratorio de Virología, Instituto de Investigaciones Biomédicas, UNAM, Ciudad Universitaria CDMX
- 6 Laboratorio de Inmunología Molecular Microbiano del Departamento de Microbiología y Parasitología de la Facultad de Medicina, UNAM.
- 7 Laboratorio de Investigación en Enfermedades Infecciosas. División de Investigación de la Facultad de Medicina, UNAM.
- 8 Instituto Nacional de Medicina Genómica (INMEGEN)

6.- HOSPITALES PÚBLICOS.

- 1 Hospital Infantil de México. "Federico Gómez"
- 2 Hospital Central Sur Alta Especialidad PEMEX
- 3 Laboratorio de Microbiología y Diagnóstico Molecular del Departamento de Inmunobioquímica. Instituto Nacional de Perinatología INPER
- 4 Laboratorio de Virología del Instituto Nacional de Pediatría (INP).
- 5 Laboratorio de Infectología del Instituto Nacional de Rehabilitación "Luis Guillermo Ibarra Ibarra".



VI.- En términos del documento denominado “**Vigilancia Centinela**” emitido por la Dirección General de Epidemiología de la Secretaría de Salud, publicado en mayo de 2020 en el portal oficial de internet del coronavirus, señala:

¿De dónde vienen los datos abiertos sobre COVID-19 en México?

Los datos abiertos los publica la Dirección General de Epidemiología y provienen del Sistema de Vigilancia Epidemiológica de Enfermedad Respiratoria Viral, que informan las 475 Unidades de Salud Monitoras de Enfermedad Respiratoria (USMER) viral (USMER2) en todo el país.

¿Cómo se obtiene esta información?

Cuando una persona ingresa a una USMER se realiza un diagnóstico clínico que informa al Estudio epidemiológico de caso sospechoso de enfermedad respiratoria viral. Es mediante este estudio que se clasifica a la persona, dependiendo de su sintomatología, si se puede ir a recuperar a su casa se clasifica como caso de infección respiratoria aguda ambulatoria (IRAA), y si se hospitaliza se clasifica infección respiratoria aguda grave (IRAG).

¿Qué es la vigilancia centinela?

La vigilancia centinela es un método para recopilar datos epidemiológicos de manera sistemática y rutinaria en un número limitado de puntos. Éstos se eligen para que la muestra sea representativa de la población general.

¿Por qué usamos la vigilancia centinela?

Cuando hay transmisión comunitaria de una enfermedad contagiosa, la Organización Mundial de la Salud y la Organización Panamericana de la Salud recomiendan usar este modelo de vigilancia. La vigilancia centinela es la manera más eficaz de recopilar datos oportunos y de buena calidad sobre las enfermedades monitoreadas. Este modelo se puso en marcha por primera vez en México en 2006, para vigilar la influenza.

¿Cómo funciona la vigilancia de tipo centinela para COVID-19 en México?

Para asegurar la representatividad de la muestra, las USMER se eligen con base en criterios específicos. En general se trata de centros comunitarios u hospitales generales en los cuales se atiende población representativa de los diferentes grupos etarios y socioeconómicos de la población, tomando en cuenta factores demográficos y climáticos que pueden hacer variar los modos de transmisión.

¿Qué podemos hacer con este tipo de vigilancia?

1. Identificar riesgos para poblaciones específicas;
2. Monitorear las características biológicas de los agentes infecciosos, incluyendo



las mutaciones;

3. Monitorear los patrones de distribución geográfica y social de la enfermedad;
4. Monitorear las demandas de servicios de salud de los estados;
5. Vigilar la mortalidad;
6. Desplegar eficientemente los recursos humanos y materiales existentes, y;
7. Orientar y monitorear el impacto de las intervenciones de prevención y control.

VII. De conformidad con los “**Lineamientos para la prevención, detección y atención de COVID-19 en niñas, niños y adolescentes (NNA)**”, emitidos por la Secretaría de Salud, publicados a través de su Portal de Internet en mayo de 2020, menciona lo siguiente:

El objetivo general es orientar al personal de salud de los diferentes niveles de atención, en las acciones a seguir para la prevención, detección y atención de niñas, niños y adolescentes (NNA) sospechosos, confirmados y sus contactos, de infección causada por el SARS-CoV-2 o con enfermedad por coronavirus (COVID-19).

ACCIONES PREVENTIVAS

Las medias de prevención y mitigación deberán ser incorporadas en todos los niveles de atención, adaptadas a las necesidades y tipo de población a atender.

Para mayor detalle de lo referido en éste capítulo revisar los documentos específicos publicados en <https://coronavirus.gob.mx/personal-de-salud> (12) (13).

Establecer un plan para garantizar la vacunación

Por el momento no hay una vacuna disponible contra SARS-CoV-2, sin embargo, en el contexto de la pandemia, cuando los sistemas de salud pueden llegar a saturarse, tanto la mortalidad directa por el brote como la mortalidad indirecta por las condiciones prevenibles y tratables como la vacunación, aumentan dramáticamente.

Por lo anterior, la OMS recomienda que la vacunación debe ser considerada un servicio de salud esencial que no debe de ser interrumpido¹.

Recomendaciones durante el confinamiento

El individuo, las familias y las comunidades son aliados excepcionales en la prevención de la propagación de enfermedades, en la promoción de las conductas

¹ <https://www.paho.org/es/noticias/24-4-2020-ops-insta-paises-que-mantengan-programas-vacunaciondurante-pandemia-covid-19>



saludables, la evolución de normas de higiene personal y, colectiva y en la detección temprana de las enfermedades. Es por ello que resulta de suma importancia la capacitación activa, orientada y asertiva por parte del personal de salud hacia los padres y/o cuidadores primarios de NNA con la finalidad de brindar protección física y emocional a sus hijos.

En esta pandemia donde, como ya se señaló, hasta el momento no existe vacuna ni tratamiento específico, las medidas de mitigación de la propagación de la epidemia, tales como el distanciamiento social, las medidas de higiene como el lavado de manos y la etiqueta respiratoria siguen siendo las medidas más eficaces para combatir esta enfermedad. El personal de salud debe orientar sobre las medidas de higiene necesarias durante el aislamiento social, así como recomendaciones de una adecuada alimentación, desarrollo infantil, el cuidado emocional, la prevención de maltrato y accidentes en el hogar.

Recomendar revisar las actividades en casa publicadas en la página de la Secretaría de Salud <https://coronavirus.gob.mx/ninas-y-ninos/>.

Alimentación y nutrición.

En general, se recomienda una alimentación sana, variada y suficiente, preparada en condiciones higiénicas tanto para la población general como para las personas con COVID-19, siendo de suma importancia una adecuada hidratación para aminorar los síntomas generados por la fiebre, los síntomas respiratorios y evitar la deshidratación.

Entre las pautas de una alimentación saludable para NNA se incluyen:

- Lactancia materna exclusiva durante seis meses y el mantenimiento de la lactancia materna hasta los 2 años o más.
- Mantener una adecuada hidratación.
- Ingesta de al menos 5 raciones entre frutas y hortalizas al día.
- Elegir el consumo de productos integrales y leguminosas
- Evitar los alimentos precocinados y la comida rápida.
- Preferir las preparaciones hervidas, cocidas, horneadas o a la plancha en lugar de las fritas, capeadas (cubiertas con huevo), o empanizadas, para evitar que se consuman más grasas de las que se requieren.
- Es importante diferenciar los grupos de alimentos y los beneficios que cada uno de ellos aporta a la dieta, incluyendo en los tiempos de comidas la combinación entre ellos.
- Las vitaminas no deben ser administradas si no es bajo prescripción médica.



- Proponer a las y los responsables de NNA revisar juntos, la Guía de Buen Comer².

Lactancia materna.

No hay evidencia de transmisión de COVID-19 a través de la leche materna, por lo que se recomienda que la lactancia sea iniciada y mantenida aún en caso de infección confirmada, desde que la madre desee amamantar y esté en condiciones clínicas adecuadas para hacerlo. Se recomienda seguir medidas de prevención para reducir el riesgo de transmisión del virus a través de gotitas respiratorias durante el contacto físico y la lactancia (ver Lineamiento para la prevención y mitigación de COVID-19 en la atención del embarazo, parto, puerperio, y de la persona recién nacida (15)).

Acciones preventivas al recién nacido (RN).

Aplicar las vacunas que le corresponden antes de su egreso hospitalario, además en la atención del RN sin complicaciones y de mujeres aparentemente sanas, es posible programar la consulta para revisión y toma de muestra para tamiz metabólico y auditivo neonatal, éstos deberán realizarse en hospitales que no entren en el plan de reconversión, asegurando las medidas de prevención y mitigación, o bien valorar el traslado del material y el personal capacitado a unidades de primer nivel enfocados en la atención de la salud materna y neonatal (15).

Para los RN de madres sospechosas o confirmadas de COVID-19, se deberá valorar el egreso, seguimiento y consultas subsecuentes, según el caso.

Se deberá informar a la madre y familiares los sitios y horarios, donde se llevarán a cabo las acciones preventivas con el RN (toma de tamiz metabólico y auditivo neonatal).

Desarrollo infantil.

Para el desarrollo de NNA, se debe recomendar a sus madres, padres o tutores generar un ambiente positivo en el hogar. Lo anterior, en una situación de aislamiento, puede ser difícil para todos los miembros de la familia. A continuación, se describen algunas estrategias que pueden ser útiles para crear un ambiente tranquilo, disminuir el miedo y la ansiedad.

- Transmitir seguridad al NNA.
- Hacer énfasis a la persona responsable del cuidado del NNA de la importancia de su autocuidado tanto físico como mental, para lo cual se recomienda: tomar descansos, dormir lo suficiente, realizar algún tipo de

² <https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/04/Cuento-La-gui%CC%81a-del-buen-comer.pdf>



ejercicio, alimentarse sanamente y mantenerse comunicado con sus amigos y familiares.

- Fortalecer valores, destacando la importancia de enseñar a NNA que la gente se ayuda mutuamente con actos de bondad, generosidad, respeto, actuar sin violencia ni discriminación.
- Realizar actividades de juego de acuerdo a los intereses, gustos y posibilidades de cada NNA.
- Integrar las medidas de cuidado y prevención de una forma divertida y lúdica para que la NNA las recuerden más fácilmente.
- Recomendar a los padres o cuidadores que para reforzar las actividades escolares se debe de contar con un lugar específico para mejorar la concentración. Una herramienta para reforzamiento de las actividades escolares, es la plataforma aprendiendo en casa de la Secretaría de Educación Pública (SEP).
- Recomendar a los cuidadores la importancia de integrar actividades de movimiento con las NNA ya que es una excelente oportunidad para incorporar dinámicas de aprendizaje. Pueden realizar la rutina de ejercicios al mismo tiempo que los padres o cuidadores, o manejar la actividad física dentro de algunos juegos.

Visitar la página de la Secretaría de Salud, que tiene historias animadas para toda la familia <https://coronavirus.gob.mx>, así como la página <https://www.unicef.org/mexico/>.

Prevención del maltrato infantil en el ámbito familiar y cuidado emocional.

La crisis sanitaria, social y económica originada por COVID-19 puede tener un impacto negativo en NNA en términos de incremento de incidencia de violencia doméstica, sobre todo en familias con antecedentes de maltrato³. Ante el fallecimiento del padre, madre o tutor por COVID-19, más niños y niñas podrían encontrarse en situación de orfandad y expuestos a explotación y abusos. Por lo anterior, siempre es importante identificar señales de maltrato en cualquier valoración médica y deben reportarse a las autoridades pertinentes.

De igual manera se debe difundir a la población los teléfonos de apoyo emocional Línea de la Vida: 800 911 2000 y el Número Único de Llamadas de Emergencia: 911 para reporte de cualquier situación de maltrato; la descripción y manejo de casos se encuentran publicados en los siguientes sitios:

- <https://coronavirus.gob.mx/violencia-de-genero/>
- <https://coronavirus.gob.mx/salud-mental/>

³ <https://www.hrw.org/es/news/2020/04/09/devastador-impacto-del-covid-19-para-ninosy-ninas>



El uso de estrategias de disciplina positiva fortalece el desarrollo de las NNA y disminuye la incidencia de maltrato infantil. El manejo positivo del comportamiento está basado en estrategias orientadas a mejorar el autocontrol y la autoestima tanto de los cuidadores como de las NNA.

Bienestar emocional de los NNA con discapacidad.

Para la población de NNA que presenta algún tipo de discapacidad es necesario hacer los ajustes individuales necesarios para promover su cuidado emocional dependiendo del grado de discapacidad.

Al hablar de la situación, es importante hacerlo de forma clara y fácil de entender, se pueden utilizar herramientas como narrativas sociales o ayudas visuales, para promover una mejor comprensión de la situación.

Hablar sobre sus sentimientos y utilizar formas creativas de expresión, como a través de manualidades, dibujos, escritos, juegos en los que se representen los miedos, entre otros, ayuda a disminuir la ansiedad.

Seguir una rutina permite anticipar las actividades y las transiciones. Por lo que se sugiere apegarse a las rutinas previamente establecidas y conservar los mismos horarios para despertarse, para comer y para ir a dormir.

Es normal que los tiempos de cambio como la situación actual, provoquen miedo e incertidumbre en la población y los NNA con alguna discapacidad no son la excepción. Para hacer frente a esto, el personal de salud debe orientar a los responsables de las NNA para monitorear los cambios en el comportamiento ya que estos pueden ser manifestaciones de ansiedad. Además, requiere promover actividades para fomentar la calma, como respiración profunda, escuchar música, favorecer la realización de sus actividades favoritas, o hacer ejercicio.

Prevención de accidentes en el hogar

Permanecer sin salir, puede generar que los niños aprovechen para buscar alguna actividad que los ayude a pasar el tiempo, la falta de actividad recreativa puede llevarlos a ponerse en situaciones de riesgo dando origen a un accidente.

El uso de agentes químicos para la limpieza y desinfección del hogar, pueden representar un riesgo para los infantes ya que pueden ingerirlos o estar en contacto con partes sensibles de su cuerpo (ojos) provocando daños irreversibles. Es por ello que los productos de limpieza deben permanecer siempre fuera de su alcance, nunca guardar un producto tóxico en un envase de agua, refresco, etc., ni dejar a una niña o niño menor de 5 años junto a un envase abierto de detergente.



En caso de que haya enfermos en el hogar a los que se requiera dar medicamentos, tener precaución de no dejar envases de medicinas, ni material de desecho que se utilice con el enfermo, al alcance NNA.

ATENCIÓN MÉDICA Y REFERENCIA

Triage: Identificación de casos

La identificación de casos sospechosos o confirmados por COVID-19 se realizará con base en las definiciones operacionales descritas en el ***Lineamiento estandarizado para la vigilancia epidemiológica y por laboratorio de la enfermedad respiratoria viral*** (10) (Ver Anexo 2. Algoritmo de Detección y Seguimiento de Caso Sospechoso de Enfermedad Respiratoria Viral). Estas definiciones están sujetas a cambios y serán actualizadas de acuerdo con la disponibilidad de información adicional, únicamente por el Comité Nacional para la Vigilancia Epidemiológica (CONAVE).

Evaluación Clínica

Dentro de las unidades de salud, la evaluación clínica y paraclínica de un caso sospechoso o confirmado de COVID-19, debe apegarse a las prácticas médicas actualmente aceptadas para pacientes con infecciones respiratorias agudas, así como para niños portadores de comorbilidades.

El personal de salud deberá de utilizar equipo de protección personal (EPP) conforme a lo referido en el apartado de atención preventiva.

Es fundamental la toma de signos vitales, considerando el uso de percentiles para la valoración de los signos vitales en la edad pediátrica y la determinación de oximetría de pulso, búsqueda de datos de dificultad respiratoria, así como detección de factores de riesgo.

La médica o médico que hace la evaluación de la NNA, debe informar a los padres, tutores o a quien ejerza la patria potestad, de manera clara, sencilla y bien fundamentada, sobre el diagnóstico, tratamiento, vigilancia y referencia del paciente, favoreciendo la toma de decisiones y responsabilidad en su atención en forma conjunta.

El trabajo clínico debe enfocarse, además, en detectar factores de riesgo biológicos y sociales y signos de alarma, porque de éstos dependen las acciones a seguir.

Factores de riesgo en niños con COVID-19



- Enfermedad crónica
- Cardiopatías
- Enfermedad respiratoria crónica
- Cáncer
- Desnutrición moderada o grave
- Obesidad
- Condiciones con depresión inmunológica
- Enfermedad neuromuscular
- Diabetes mellitus
- Circunstancias sociales como vivir muy distante de la unidad de salud sin contar con medio de traslado lo que dificulta regresar a consulta en caso de agravamiento.

Signos de alarma:

Dificultad respiratoria

Aleteo nasal

Cianosis

Tiraje intercostal

Retracción xifoidea

Disociación toracoabdominal

Oximetría de pulso menor a 92% respirando al aire ambiente.

Taquipnea

Criterios (en respiraciones / min):

- <2 meses ≥ 60 RPM
- 2-11 meses, ≥ 50 RPM
- 1-4 años, ≥ 40 RPM
- 5 y más años > 30 RPM

Datos de hipoperfusión tisular o estado de choque4:

Alteración en el estado de alerta (irritabilidad),

llenado capilar prolongado,

palidez,

coloración marmórea,

extremidades frías.

Hipotensión arterial (Presión Arterial Sistémica (PAS) < percentil 5 o > a 2 DE por debajo de lo normal para edad)

Vómito o diarrea persistente.

Neurológicos: Confusión, letargo



Descontrol glucémico.

Explicar a los padres o responsables de las NNA que deben solicitar atención médica de forma inmediata cuando presente alguno de los siguientes datos de alarma (manifestaciones correspondientes a los signos de alarma) (17).

Datos de alarma

- 1) Respiración rápida.
- 2) Tiraje intercostal (se le hundan las costillas).
- 3) Quejidos.
- 4) Coloración morada o azulada alrededor de la boca.
- 5) Fiebre que no se controla fácilmente.
- 6) Dificultad para beber o amamantarse.
- 7) El niño se ve más enfermo (está somnoliento y/o irritable).

Si presenta alguno de éstos, debe acudir inmediatamente a su unidad de salud, o llamar al 911 o a los teléfonos publicados en:
coronavirus.gob.mx/contacto (ver Anexo 9), porque requiere hospitalización inmediata.

TRASLADO DE PACIENTES INTRA E INTERHOSPITALARIO Y ACOMPAÑAMIENTO HOSPITALARIO.

En el traslado intrahospitalario se deberá de avisar al área donde se trasladará al paciente.

- Colocar cubrebocas o mascarilla y ropa limpia al paciente durante el traslado. El paciente NO requiere cubrebocas N95.
- El personal que traslada al paciente y que lo recibe deberá de utilizar precauciones de contacto y gotas.
- En caso de utilizar elevadores no se permitirá ingresen durante el traslado otras personas fuera del equipo de atención que acompaña al paciente.
- Realizar desinfección de superficies utilizadas para el traslado. En caso de traslados entre hospitales, se deberá de desinfectar la ambulancia siguiendo las recomendaciones de limpieza y desinfección antes y después del uso de la unidad.

Durante el traslado interhospitalario, en pacientes con ventilación mecánica invasiva el traslado debe ser realizado en una ambulancia de cuidados críticos y acompañado por al menos un médico especialista. Debe tomarse en cuenta la distancia y el tiempo proyectado de traslado. Idealmente el paciente debe ser transportado con un ventilador de traslado de grado cuidados intensivos o militar y



considerando el tiempo estimado de duración de la batería, consumo de oxígeno y parámetros ventilatorios de soporte

Es previsible que los pacientes pediátricos requieran de acompañamiento, habitualmente padre o madre, al que se debe instruir en las medidas de prevención de diseminación de la infección: higiene de manos, higiene respiratoria, uso de EPP, pautas de conducta, restricción de movimientos, restricción estricta de visitas, etc.

- El acompañante será considerado un contacto estrecho. Cuando las circunstancias lo permitan, es recomendable que dicho acompañante sea siempre la misma persona durante todo el proceso asistencial.
- Los acompañantes deben ser menores de 60 años y sin comorbilidades (enfermedades cardiovasculares, respiratorias crónicas, diabetes o inmunosupresión), ni embarazo.
- Todas las medidas de acompañamiento intrahospitalario de NNA se adaptarán al reglamento interno de cada unidad hospitalaria.

VIII. En términos de los “**Lineamientos de respuesta y de acción en salud mental y adicciones para el apoyo psicosocial durante la pandemia por COVID-19 en México. Mayo de 2020**”, propuestos por la Secretaría de Salud, publicados a través de su Portal de Internet en mayo de 2020, señala:

Los presentes Lineamientos, pretenden apoyar a los servicios de salud federales, estatales y municipales en las acciones para el cuidado de la salud mental y las adicciones durante la pandemia por COVID-19 en México. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, el brote de COVID-19 tendrá un impacto significativo sobre las poblaciones marginadas, debido entre otras cosas, a que experimentan mayores dificultades socioeconómicas y limitación en el acceso a los servicios de salud, volviéndose aún más vulnerables durante situaciones de emergencia.

Como parte de la respuesta sanitaria ante el brote de la enfermedad por coronavirus 2019, COVID-19; en México se ha implementado la Jornada Nacional de Sana Distancia, misma que es conocida, indistintamente, como distanciamiento social o cuarentena y que incluye: 1) Medidas Básicas de Prevención. 2) Suspensión Temporal de Actividades No Esenciales. 3) Reprogramación de Eventos de Concentración Masiva. 4) Protección y Cuidado de las Personas Adultas Mayores. Además, hace un llamado específico “Quédate en Casa” para reducir la probabilidad de contagio. Estas medidas tienen implicaciones individuales y colectivas, pues reducen la movilidad y el contacto físico entre las personas.



Tomando en cuenta lo anterior, las acciones recomendadas en los presentes lineamientos deberán de llevarse a cabo teniendo en cuenta la atención incluyente para las poblaciones en situación de vulnerabilidad como, las que brindan atención a niños y adolescentes, mujeres embarazadas o víctimas de violencia, adultos mayores, personas con trastornos mentales, comunidades indígenas, personas con discapacidad, incluyendo discapacidad psicosocial, población migrante y de la diversidad sexual. Asimismo, se deberán de promover acciones diferenciadas sensibles al ciclo de la vida, bajo una perspectiva de género y juventudes.

A continuación, se describen las consideraciones esenciales para incorporar el componente de salud mental y adicciones. Se inicia con la identificación de las condiciones de la población, continúa con las modalidades de intervención y las acciones que la componen.

POBLACIÓN OBJETIVO

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, en el documento “Protección de la Salud Mental y Atención Psicosocial en Situaciones de Epidemia” del 2016, es necesario distinguir cinco grupos de personas a los cuales dirigir la atención:

1. Población General, personas que no tienen COVID-19
2. Personas con COVID-19, que están en aislamiento domiciliario y/o en un medio hospitalario.
3. Población que remitió de COVID-19.
4. Familiares y/o cuidadores de personas con COVID-19.
5. Personal de salud y primeros respondientes durante la emergencia.

TIPOS DE INTERVENCIÓN

Las intervenciones se realizarán en tres diferentes momentos antes, durante y después de la emergencia y, en cinco modalidades de atención:

1. Capacitación en Salud Mental en Emergencias.
2. Atención en Salud Mental Comunitaria.
3. Atención Pre-Hospitalaria.
4. Atención Hospitalaria (aislamiento domiciliario u hospitalario).
5. Aseguramiento de la Atención en Salud Mental al Personal de Salud y a los Primeros Respondientes.
6. Otorgamiento de Atención Continúa en Salud Mental y Adicciones.
7. Atención Orientada a la Recuperación.

Las actividades esenciales por realizar son:

1. Seguir principios de atención psicosocial que promuevan la salud mental de las personas.



2. Proporcionar la Primera Ayuda Psicológica y la intervención en crisis, según sea el caso.
3. Proporcionar psicoeducación para el cuidado de la salud mental durante la Jornada Nacional de Sana Distancia y la restricción de movilidad.
4. Establecer mecanismos de referencia de pacientes al personal especializado en salud mental.
5. Atender la salud mental de sobrevivientes, de familiares y del personal respondiente a la emergencia.

LINEAMIENTOS DE PREPARACIÓN Y RESPUESTA

1. Capacitación en Salud Mental en Emergencias.

Diseñar la capacitación en salud mental para su implementación durante la emergencia, dirigida a equipos de salud mental, a personal de atención primaria en salud y a primeros respondientes en:

- a) Primera Ayuda Psicológica.
- b) Manejo del Estrés y de la Ansiedad
- c) Evaluación y Tamizaje en Salud Mental y Adicciones
- d) Medidas de Apoyo Emocional para la Comunicación de Riesgos y Fallecimientos.
- e) Medidas de Autocuidado para el Personal de Salud y los Primeros Respondientes.
- f) Manejo de Pacientes y/o Familiares Agitados.

2. Atención en Salud Mental Comunitaria.

La población blanco es la población general que incluye a las personas que no tienen COVID-19 pero que pueden ser contagiadas, personas con sospecha o con diagnóstico confirmado de COVID-19 en aislamiento domiciliario y/o en medio hospitalario; población que remitió de COVID-19; familiares y/o cuidadores de personas con COVID-19 y personal de salud, así como primeros respondientes durante la emergencia.

Los esfuerzos están dirigidos hacia la promoción de la salud mental y la prevención de los factores de riesgo, para esto, la Jornada Nacional de Sana Distancia se comenzó a implementar en la transición de las fases epidemiológicas 1 y 2; lo que se puede traducir en el “Antes” y el “Durante”; con lo cual, las medidas de cuidado pueden generar estrés y angustia en la población, que se exagera por el temor de ser contagiado o de contagiar.

Para una respuesta efectiva de la población es importante que en los mensajes se incluyan sus realidades y dificultades; por ejemplo, reconocer que puede ser complicado no abrazar a las personas queridas, pero que es una forma de cuidarlas. Así también es necesario, reconocer que las condiciones



socioeconómicas pueden posibilitar o limitar el seguimiento de las recomendaciones; por ejemplo, habrá personas que vean comprometida la satisfacción de sus necesidades básicas, mientras que otras podrán permanecer en casa mucho más tiempo.

3. Atención en Salud Mental Pre-Hospitalaria

Las personas pueden sentirse perturbadas ante el riesgo de contagio, esta perturbación puede ser exacerbada ante la llegada del equipo de respondientes portando el equipo de bioseguridad; por lo que, para que las intervenciones mantengan el cuidado a la salud mental del paciente.

4. Atención Hospitalaria (aislamiento domiciliario u hospitalario).

Esta atención va dirigida a las personas con COVID-19 en aislamiento domiciliario y/o en medio hospitalario; población que remitió de COVID-19; familiares y/o cuidadores de personas con COVID-19.

Es indispensable que los equipos de salud y los centros hospitalarios tomen en consideración que las personas en la condición de caso sospechoso o confirmado de COVID-19, físicamente aislado o en espera de resultados de la prueba está expuesta a incertidumbre por la amenaza a su salud, hay muchas cosas que la persona aislada no puede controlar y que le gustaría mantener bajo control, esto puede derivar en estrés y en manifestaciones emocionales fuera de lo común y en una vigilancia agudizada sobre los síntomas; durante el aislamiento y el período de espera.

5. Atención en Salud Mental al Personal de Salud y a los Primeros Respondientes.

Este lineamiento busca enfocar las acciones en salud mental a un grupo especialmente vulnerable durante las emergencias: los grupos de respuesta en salud, tanto voluntarios, como primeros respondientes y el personal de salud.

6. Otorgamiento de la Atención Continúa en Salud Mental y Adicciones.

En las emergencias, las manifestaciones emocionales y los trastornos mentales preexistentes pueden agudizarse. Las personas que tienen trastornos mentales y/o dependencia a una sustancia, presentan una especial vulnerabilidad durante las emergencias por lo que los servicios deben estar disponibles en la medida de lo posible.

7. Atención Orientada a la Recuperación

Las acciones corresponden al tiempo “después” de los picos agudos de contagios y estarán orientadas a la población general, con énfasis en los primeros respondientes, el personal de salud y los familiares que hayan tenido alguna pérdida, así como quienes hayan tenido contagio.



En este sentido, las estrategias para esta modalidad de atención estarán orientadas a la recuperación colectiva, considerando acciones específicas para cada uno de los grupos determinados en los lineamientos:

POBLACIONES ESPECIALES

Población con discapacidad psicosocial por Trastorno Mental

Las personas con algún problema de salud mental, con o sin diagnóstico, pueden tener dificultad para dimensionar el riesgo que implica la pandemia por COVID-19; aquellos que padecen trastornos mentales graves presentan una especial vulnerabilidad durante las emergencias, además, se encuentran expuestas a más barreras para acceder a los servicios de salud oportunos, debido a la discriminación asociada a éstos y otros trastornos de salud mental, en entornos de atención médica; sumado esto a los efectos adversos de la cuarentena, pueden generar recaídas o empeoramiento de su condición de salud mental.

Personas con trastornos mentales incluyendo el consumo de sustancias psicoactivas

Las unidades de atención a la salud mental y las adicciones; Centros Integrales de Salud Mental (CISAME), Centros Comunitarios de Salud Mental (CECOSAM), Hospitales Psiquiátricos y Unidades de Especialidades Médicas en Centros de Atención Primaria en Adicciones (UNEME-CAPA); han considerado un plan de continuidad de la atención con base en la reducción de la movilidad, de la disponibilidad del personal de salud y de la concentración de los usuarios.

Recomendaciones para Centros Residenciales de tratamiento de las adicciones

Los centros de tratamiento en adicciones con modalidad de atención residencial están dirigidos a usuarios de sustancias psicoactivas que presentan indicadores de dependencia severa y que requieren estar aislados del contexto sociocultural con la finalidad de interrumpir el consumo y aprender habilidades de afrontamiento, así como la reestructuración de funciones cerebrales, cognitivas, sociales, entre otras. La estancia de los usuarios en estos centros es, en promedio de 3 meses, por lo que se vuelven una población vulnerable ante la pandemia del COVID-19 ya que además de que se encuentran considerablemente expuestos, el número de usuarios al interior de estos centros es elevado y presentan comorbilidades tanto a nivel físico como de salud mental.

A nivel nacional se tienen censados 2,103 centros residenciales de atención a las adicciones, de los cuales el 97% son privados y 3% son públicos. En este contexto, es de suma importancia que se implementen medidas para la prevención



de contagios del COVID-19, así como para la atención de la salud mental en dichos centros.

Algunas sugerencias sobre el tratamiento, la atención y la rehabilitación de personas con trastornos por consumo de drogas en el contexto de la pandemia COVID-193 que hace la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (ONUD, por sus siglas en inglés) son “garantizar la continuidad y el acceso adecuado a los servicios de salud y protección social para las personas que consumen drogas y con trastornos por consumo de drogas, y proporcionar la continuidad de la atención requerida”. Sin embargo, para poder llevar a cabo esta recomendación es indispensable que se implementen medidas generales de seguridad del personal y de los usuarios, así como contar con los insumos suficientes de higiene. Es por ello, que las recomendaciones generales para esta población, así como para el personal que opera estos centros son:

- Reforzar medidas en cuanto a las visitas de familiares, sanitización de todas las áreas del centro, cubrirse la boca al toser y estornudar con el ángulo interno del codo, evitar saludar de mano.
- Se recomienda suspender temporalmente las actividades grupales.
- Garantizar el abasto de agua y jabón, así como contar con gel con base de alcohol mayor al 70%.
- Se recomienda como acto de responsabilidad social la medida preventiva de aislamiento social que implica suspender las visitas familiares a los usuarios que actualmente se encuentran recibiendo tratamiento de acuerdo con la normatividad vigente.
- Reforzar filtros sanitarios, identificando aquellas personas con síntomas o signos de cuadro infeccioso respiratorio; uso de gel antibacterial al ingreso y egreso del establecimiento.
- El ingreso a nuevos usuarios quedará reservado a establecimientos que cumplan con las medidas de atención clínica y de prevención de contagios; los usuarios deberán ser revisados por personal de enfermería y de salud capacitado para tal fin; ante un caso de sospecha el usuario debe ser inmediatamente aislado y notificarlo a la jurisdicción sanitaria correspondiente.
- Se reitera que al interior de los establecimientos residenciales se tienen que tomar en cuenta las recomendaciones por el personal responsable y de salud de higiene y bioseguridad.

Asimismo, y de acuerdo al Lineamiento general para la mitigación y prevención de COVID-19 en espacios públicos cerrados en particular en el apartado 3.2. Refugios y albergues (Secretaría de Salud 2020; Anexo 3) se hacen las siguientes recomendaciones:



- Elaborar un censo de la población que se encuentra en el lugar identificando grupos vulnerables.
- La coordinación entre instituciones para la posible reubicación de personas usuarios a fin de descongestionar los servicios y responder ante la demanda de personas con riesgo inminente.
- Reubicar a las personas usuarias en condiciones de riesgo (mayores de 60 años, embarazadas, enfermos crónicos y autoinmunes) para que convivan en los espacios de menor flujo de personas.
- Establecer de acuerdo con los espacios disponibles la Sana Distancia entre personas usuarias:
 - En las habitaciones: Reducir el número de residentes por dormitorio o aumentar el espacio entre las camas reorganizándolas para las personas se acuesten con la mayor distancia posible entre sí, de preferencia sin que coincidan las cabezas.
 - Se recomienda usar barreras neutrales (casilleros, cortinas) para crear separaciones entre camas.
 - Establecer horarios alternados de comidas, de baños y de las actividades cotidianas para reducir el contacto entre personas.
 - Priorizar la detección oportuna de síntomas y establecer una habitación exclusiva para aislar a quienes los presenten hasta su confirmación.

En relación con la atención de la salud mental de los usuarios de sustancias psicoactivas que están siendo atendidos en los centros de tratamiento en adicciones se recomienda lo siguiente:

Si las terapias, incluida la terapia de grupo, necesitan o necesitarán ser suspendidas para disminuir la movilidad y el flujo de personas, así como para mantener sana distancia, se considera la posibilidad de proporcionar contacto a distancia (por ejemplo, por teléfono o Internet).

- Proporcionar vía remota información/psicoeducación y capacitación sobre los síntomas relacionados al COVID-19, por ejemplo: Mitos y realidades acerca del COVID-19.
- Proporcionar vía remota información/psicoeducación sobre técnicas para el control de la ansiedad y depresión
- Proporcionar vía remota información/psicoeducación sobre la importancia y beneficios de las técnicas de relajación y meditación.
- Proporcionar vía remota información/psicoeducación sobre otros temas como: conducta suicida, trastorno por estrés posttraumático, ataques de pánico.



- Diseñar un protocolo de acción conjunto entre las Jurisdicciones Sanitarias de las diferentes entidades, en concordancia con las CECA, Salud Mental, atención ambulatoria y personal de los establecimientos residenciales, con el objetivo de dar atención prioritaria e inmediata a los usuarios que requieran atención psicológica y psiquiátrica, considerando: dependencia química complicada (leve psicopatología, dependencia grave), que serían pacientes con trastornos por ansiedad, ataques de pánico, depresión o hipomanía, trastorno por estrés postraumático, conducta suicida (ideación y/o intentos), síntomas ligados a la suspensión o prescripción de medicamentos.

Pacientes institucionalizados

Se consideran pacientes institucionalizados a aquellas personas que fueron diagnosticadas con algún trastorno mental, neurológico o discapacidad intelectual grave; y que viven en asilos, hospitales de internamiento, centros residenciales o centros de readaptación social.

Las unidades que tengan a personas institucionalizadas en calidad de pacientes, deberán revisar todos los documentos y lineamientos disponibles en la página <https://coronavirus.gob.mx/> para personal de salud e implementar lo que les aplique.

Niños, niñas, adolescentes y adultos con trastornos del neurodesarrollo o con algún tipo de discapacidad

Las personas diagnosticadas con un trastorno del neurodesarrollo y las familias de éstas son particularmente vulnerables a las medidas de distanciamiento físico y podrían mostrar mayores problemas emocionales o conductuales; dificultando su manejo dentro del hogar. Las características clínicas y las necesidades varían dependiendo de si se trata de una persona con trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), con trastorno del espectro autista (TEA) o con discapacidad intelectual, por mencionar algunos. Los trastornos del neurodesarrollo tienen características y necesidades distintas, dependiendo del diagnóstico, las comorbilidades y la misma edad por ello las recomendaciones que se realizan son en general y se podrán adaptar para cada caso en particular.

IX.- De conformidad con la publicación ¿Cómo hacer de casa un espacio seguro para niñas, niños y adolescentes? emitidos por **Save the Children**, publicada el 4 de mayo de 2020 en la página oficial del Gobierno de México sobre el COVID-19 informa que:



La pandemia generada por el **COVID-19** nos ha llevado a mantenernos en cuarentena, y así disminuir el riesgo de contagio. Para que podamos lograr una convivencia sana, es clave que nuestros hogares se conviertan en espacios seguros, en los que niñas, niños y adolescentes puedan tener sus necesidades básicas cubiertas y sentirse a salvo.

Como crear un espacio seguro en casa para niñas, niños y adolescentes

1. Identifica las necesidades de tu familia

Hay mucha saturación de información sobre qué hacer para la vida en cuarentena. Lo importante es que tu plan se adapte a su dinámica y a lo que necesita tu familia.

2. Crea una rutina

Que contemple el ritmo de niñas y niños con el de las personas adultas. Así podrás organizar tiempos para el aprendizaje, las labores del hogar y la interacción entre todos los miembros de la familia.

3. Distribuyan las tareas del hogar

Esta responsabilidad suele recaer en las mujeres, quienes también deben hacer su trabajo remunerado. Distribuyan equitativamente estas labores.

4. Cuida de niñas, niños y adolescentes

Así podrás reducir el riesgo de contagios en tu familia. Mantén sus espacios limpios y procura que todas y todos cumplan con las medidas de prevención.

5. Fortalece la relación con tus hijas e hijos

Esta es una oportunidad para estrechar vínculos con tus hijas e hijos, haciéndoles sentir protección y estabilidad.

6. Promueve la participación de niñas, niños y adolescentes

Incluye su voz y opinión en las decisiones que les competen; considera que es bueno para su desarrollo que tomen decisiones de acuerdo a su edad.

7. Fomenta el aprendizaje

Convierte tu hogar en un lugar para aprender, recuerda ser flexible y usar los espacios y recursos a tu disposición.

8. Acompaña las emociones de niñas, niños y adolescentes

A través de la empatía, sin juzgar sus emociones y enseñándoles a expresarlas sanamente.



9. Protege a niñas, niños y adolescentes de malos tratos

Mantén la paciencia e identifica sus necesidades y ve a la raíz de su comportamiento para que puedas acompañarle desde el buen trato.

10. Fortalece la resiliencia

Para así aprender de esta situación, salir más fuertes y superar esta situación sanamente.

11. Convive en igualdad

Evita los estereotipos de género y crea espacios libres de violencia donde niñas y niños puedan tener los mismos espacios y tiempos para la participación, el juego y la recreación.

12. Reduce riesgos de desastres en el hogar

Identifica amenazas y crea un plan en familia para saber cómo reaccionar antes, durante y después de situaciones de riesgo.

Cuida a niños, niñas y adolescentes

Al permanecer en casa es importante considerar los cuidados que debemos tener hacia niñas, niños y adolescentes de acuerdo a sus necesidades y etapa de desarrollo, tomando en cuenta la situación particular en la que nos encontramos. Algunas recomendaciones para ello son:

- **Mantener las medidas de prevención.** Si bien los datos disponibles sobre el COVID-19 no reportan que niñas, niños y adolescentes sean un grupo de riesgo, esto no significa que son inmunes a la enfermedad. Por ello es importante tomar las mismas medidas de prevención. Asegúrate de compartirles cómo cuidarse, según su etapa de desarrollo. Por ejemplo, para niñas y niños entre 3 y 6 años, usar canciones y juegos puede ser una buena estrategia.

- **Cuidar el seguimiento a las medidas.**

Recuerda que el seguimiento a las medidas de prevención es para el cuidado de niñas, niños y de la familia. Procura compartirles la importancia de llevarlas a cabo y darle seguimiento de manera creativa para que lo hagan con gusto y cuidado. Por ejemplo, lavar sus manos con una canción o enseñarles gráficamente cómo toser y estornudar.

- **Observar y escuchar.** Es importante prestar atención a los síntomas que pueden presentar niñas y niños; escucha con atención cómo se sienten y créeles en todo momento. Sobre todo, es importante mantener comunicación adecuada



con niñas y niños que se encuentran en la etapa de desarrollo, en la que su forma de comunicarse no es sólo lenguaje oral.

- **Mantener comunicación.** Escucha con atención sus preocupaciones o dudas y resuélvelas con claridad, todas las veces que sea necesario. Explícales la situación que estamos viviendo y las razones de las medidas de prevención. Recuerda que de acuerdo a su etapa de desarrollo, niñas, niños y adolescentes requieren distintas maneras de obtener la información y expresar sus preocupaciones.

- **Mantener el espacio limpio y seguro.** Sigue las recomendaciones de limpieza y desinfección de la casa. Cuando alguien salga y regrese, es cuando se vuelve fundamental evitar el contacto con niñas y niños, especialmente si son menores de 1 año, hasta que se hayan tomado todas las medidas de limpieza (cambio de ropa, baño).

- **Cuida el contacto de niñas, niños y bebés con las personas en el espacio público.** Si por alguna circunstancia tienes que salir con bebés, niñas o niños pequeños, evita que otras personas les toquen o besen sus manos o mejillas. Si sales a la calle evita acercarte a niñas, niños y bebés para evitar cualquier contagio.

- **Mantener el contacto.** En la medida de lo posible es importante mantener a niñas y niños cerca de las personas que les cuidan de manera regular. En caso de que el aislamiento sea necesario, hay que procurar el contacto a través de otras vías, por ejemplo, por teléfono o video llamadas cuando sea posible.

- **Cuidados en caso de síntomas.** Si alguna niña, niño o adolescente presenta síntomas, será importante mantener el aislamiento con su principal cuidador(a) o una persona que esté fuera de los grupos de riesgo. Hay que mantener comunicación con personal médico para seguir las recomendaciones. Explica con claridad a las niñas y niños los cuidados que deben llevar a cabo, fomenta siempre el trato de su cuerpo con amor, ternura, respeto y cariño. Si bien la mayor parte de pacientes pediátricos no presentan complicaciones, es importante seguir todos los cuidados recomendados.

Acompaña las emociones de niños, niñas y adolescentes

Ante las medidas de prevención del contagio del COVID-19, niñas, niños y adolescentes han cambiado toda su rutina. Esto puede traer consigo que experimenten diversas emociones y necesitan el acompañamiento de sus personas adultas de referencia para sentir que les aceptan, les aman y les protegen.



Cada niña, niño o adolescente es una persona única, por lo tanto, la forma en que construye y expresa sus emociones también es única. Es por eso que un niño o niña puede llorar si está triste y alguien más llorar si siente enojo o frustración; las emociones no tienen una sola forma de expresarse y es importante saberlo para acompañarles de una mejor manera ante lo que sienten.

PROTEGE A NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES DE MALOS TRATOS

Ante las medidas de prevención del contagio del COVID-19, niñas, niños y adolescentes deben permanecer en sus hogares, por lo que es muy importante tener en cuenta algunas estrategias para cubrir sus necesidades tanto físicas, como afectivas, de aprendizaje y de juego desde el respeto y los buenos tratos.

Cubrir estas necesidades no es tarea sencilla: habrá que tener mucha paciencia, calma y creatividad para lograr una relación respetuosa que no dé lugar a malos tratos. Cuando hablamos de malos tratos, nos referimos a no dirigirnos a niñas, niños y adolescentes con gritos, amenazas, castigos humillantes o físicos, no cubrir necesidades de alimentación, contacto, dejarles sin tiempo para el descanso, el juego o la recreación

FORTALECE LA RESILIENCIA

La resiliencia es la habilidad de una persona para aprender y salir más fuerte de situaciones difíciles, de riesgos o adversidades. Sin embargo, situaciones difíciles en la niñez y adolescencia pueden afectar sus procesos de desarrollo, ya que sus primeros años de vida son los más determinantes para el resto de sus vidas.

Situaciones como que sus madres, padres o cuidadores se enfermen, ser directa o indirectamente el blanco de actos de violencia, abuso o negligencia y sentirse constantemente aterrados o desprotegidos a causa de la pandemia, pueden afectar el desarrollo pleno de niñas, niños y adolescentes.

Para lograr que niñas, niños y adolescentes sean resilientes, sus relaciones deben ser positivas, basadas en el amor y el respeto. Por ello, proponemos algunas estrategias que permitirán fomentar la resiliencia de todas las personas en casa, principalmente de las niñas, niños y adolescentes.

CONVIVE EN IGUALDAD

Debemos considerar que las personas corremos diferentes riesgos de acuerdo a nuestra edad y sexo. Por ejemplo, no es lo mismo lo que necesita una niña, que un hombre de edad avanzada. Durante la cuarentena para prevenir el contagio por



el COVID-19, es importante considerar todas las necesidades y asegurar un espacio seguro para todas las personas.

RECOMENDACIONES PARA LAS MUJERES

Cuidemos nuestra salud

Existen algunas consideraciones específicas para el cuidado de la salud de niñas, adolescentes y mujeres:

Higiene menstrual: recordar que haya suficientes suministros para atender la menstruación de todas las mujeres que habitan en la casa. En caso de que haya desabasto de toallas o tampones, puedes considerar alternativas más duraderas, tales como toallas de tela o copas menstruales. También es importante considerar tener un espacio privado para cambiarse, agua para mantener la higiene y un lugar donde desechar lo que se haya utilizado.

Embarazo: las mujeres embarazadas están dentro de la población de riesgo ante el COVID-19, por lo que es importante tomar todas las precauciones para protegerse e informar al personal médico ante cualquier síntoma.

Lactancia: se puede seguir amamantando aunque la madre sufra COVID-19 si así lo desea, solo deben mantenerse las medidas de higiene recomendadas: higiene respiratoria, lavado de manos, espacios limpios. Si te encuentras enferma y no puedes amamantar, puedes considerar la extracción de leche para continuar la alimentación con leche materna.

Niñas y niños recién nacidos: se recomienda el contacto directo y temprano con bebés recién nacidos, ya que son acciones importantes para su desarrollo y contribuyen a establecer un apego seguro: amamantar, tenerle en brazos, estar piel con piel, compartir la habitación, atender sus llantos, etc.

Puerperio: Es la etapa posterior al nacimiento de un bebé; puede llegar a ser difícil porque es un proceso de adaptación personal y familiar. Es importante que en esta etapa haya una redistribución de tareas en el hogar, de manera que las madres puedan enfocarse en la generación de los vínculos necesarios con el bebé. Es natural que las madres lleguen a tener sentimientos de tristeza o enojo recurrente por algunas semanas. Si esta situación persiste, sí es importante externarlo y buscar apoyo.

Maternal: El ejercicio de la maternidad es sumamente agotador, principalmente durante los primeros años de vida de niñas y niños. Es importante considerar que la crianza es un trabajo de cuidados y que como tal, debe recibir soporte, contención, pero, sobre todo, debe ser compartido. Cualquier duda sobre



embarazo, puerperio y lactancia, pueden comunicarse con la línea materna al 800-628-37-62.

RECOMENDACIONES PARA LOS HOMBRES:

Cuidemos nuestra salud y el bienestar de nuestra familia

1. Atención a la salud:

Hay estudios y datos que señalan que el COVID-19 afecta de mayor manera a los hombres y a las personas con enfermedades previas. A veces, por miedo a sentirse débiles o vulnerables, los hombres descuidan su salud o hacen caso omiso a los síntomas o las medidas acciones de prevención. Cuida tu salud, toma las medidas de higiene necesarias y mantente alerta ante cualquier síntoma para seguir los protocolos correspondientes.

2. Cuidado de la familia: Recuerda que cada miembro de la familia tiene diferentes necesidades de acuerdo a su edad y sexo. Si hay bebés en casa y, por lo tanto, necesitan estar más con su mamá, encárgate de procurar comida, las tareas del hogar y el cuidado de otros niños o niñas en casa. Contribuye en los cuidados especiales que se requieren para el embarazo, la lactancia, la higiene menstrual y la salud sexual y reproductiva. Escucha y apoya en lo que sea necesario

3. Responsabilidades bien distribuidas: Las tareas domésticas, así como el cuidado de niñas, niños o personas mayores o enfermas, generalmente las llevan a cabo mujeres y niñas. Es clave que hombres asuman su responsabilidad como miembros de la familia y realicen las labores domésticas y de cuidado que se hayan acordado equitativamente.

4. Reconocimiento de emociones: A veces los hombres temen expresar cierto tipo de emociones como el miedo, la tristeza, la incertidumbre, porque no quieren sentirse vulnerables ante otras personas. Esto también los lleva a expresar las emociones sólo de manera violenta. Por ello, es importante que los hombres logren mantenerse en contacto con lo que sienten y no lo minimicen, y encuentren formas de expresión que no los pongan en riesgo a ellos mismos ni a sus familias.

5. Conexión emocional: Generalmente el acompañamiento de las emociones es una tarea que llevan las madres de la familia: acompañar y calmar a niñas y niños y resolver las emociones de las otras personas adultas. Los hombres también deben asumir esta responsabilidad y generar vínculos amorosos con su familia; así pueden dar un buen ejemplo para sus hijas e hijos sobre cómo manejar sus emociones.



6. Participación y la toma de decisiones: La toma de decisiones debe ser conjunta y considerando las necesidades de cada miembro de la familia. Para asegurar esto, es importante escuchar e involucrar a todas y todos por igual, así como generar acuerdos para afrontar diferentes situaciones, como desacuerdos o conflictos. Esto evitará situaciones de violencia.

7. Sin roles de género dañinos: La violencia se genera y se permite a partir de algunas ideas sobre cómo debemos comportarnos si somos hombres: ser fuertes, rudos, desapegados emocionalmente y expresar nuestras emociones de manera violenta. La reproducción de estos roles puede ser muy dañino pues generan situaciones de violencia al perpetuar en los hombres la violencia como forma de relacionarse. Por lo tanto, visibilizar y cuestionar estos roles de género, representa una forma de prevención de violencia.

CONSIDERACIONES GENERALES

Esta crisis nos deja clara, la necesidad de seguir en todo momento las indicaciones de las autoridades de salud para contar con la información necesaria de las acciones y los procedimientos que permitirán brindar, en la medida de lo posible, la mejor atención a las personas mayores, así como asegurar la continuidad en la operación de las Instituciones que atienden a esta población.

No debemos olvidar

Restringir el acceso de personas ajenas a la Institución, así como a familiares o visitas para los residentes.

- Monitorear constantemente el estado de salud de los residentes del Asilo o Residencia
- Mantener comunicación constante con los familiares (de existir)
Extremar medidas de higiene y sanitización con los trabajadores, colaboradores y residentes, siguiendo la guía del Instituto Nacional de Geriátrica, y el Instituto Nacional de las Personas Mayores así como de la Secretaría de Salud.



Una vez identificado síntomas en cualquiera de los trabajadores, colaboradores y residentes, es importante que sigan los pasos del protocolo publicado por las autoridades de salud.

Importante informar de cualquier posible caso sospechoso de COVID-19 a la Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria (UIES) de México, al teléfono 5337-1845 o al 800 00 44 800 y a la dirección de correo electrónico ncov@dgepi.salud.gob.mx y siga sus indicaciones.

Estamos a sus órdenes en la Ventanilla Única Virtual de la Junta de Asistencia Privada para darle atención, apoyo y la asesoría que requiera, y que puede consultar en la página www.jap.org.mx, en el correo atencion@jap.org.mx y en el teléfono 55 5279 7270 ext. 7122.

Permanecemos en contacto para actualizar la información que hagan pública las autoridades de salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Gobierno de la Ciudad de México. (01 de mayo, 2020). Presentan Gobierno capitalino e IMSS protocolo de traslado de personas con COVID-19 a hospitales. [Comunicado]. Recuperado de <https://covid19.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/presentan-gobierno-capitalino-e-imss-protocolo-de-traslado-de-personas-con-covid-19-hospitales>
2. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM). [@INAPAM]. (2 de mayo de 2020). Recuerda que pese a la contingencia, el sigue brindando el servicio de asesoría jurídica a las personas mayores que así lo requieran. Twitter. <https://twitter.com/INAPAM/status/1256662314306007040>
3. Dirección de Enseñanza y Divulgación del Instituto Nacional de Geriátría. (31 marzo, 2020). Boletín Especial COVID-19. p. 28-31. [Archivo en Issuu]



Recuperado de https://issuu.com/institutonacionaldegeriatria/docs/boletin-especial_covid-19/28

4. Secretaría de Salud. (2020) Material de Higiene de Manos para profesionales de la Salud. (PDF) Recuperado de https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Higiene_de_manos_para_profesionales_de_la_salud.pdf
5. Secretaría de Salud. Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud. Dirección General de Epidemiología. Instituto de Diagnóstico y Referencia Epidemiológicos “Dr. Manuel Martínez Báez” (InDRE). Laboratorios con reconocimiento por parte del InDRE, para realizar el diagnóstico de COVID 19, con fines de Vigilancia Epidemiológica. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/551033/LISTADO_DE_LABORATORIOS_QUE_REALIZAN_EL_DIAGNOSTICO_DE_COVID-19_07052020.pdf
6. Dirección General de Epidemiología. (2020). Vigilancia Centinela. (PDF). Recuperado de https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Vigilancia_Centinela.pdf
7. Secretaría de Salud (2020). Lineamientos para la Prevención, Detección y Atención de Covid-19 en niñas, niños y adolescentes (NNA). (PDF). Recuperado de https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Lineamientos_prevencion_deteccion_atencion_COVID_NNA.pdf
8. Secretaría de Salud. (2020). Lineamientos de respuesta y de acción en salud mental y adicciones para el apoyo psicosocial durante la pandemia por COVID-19 en México. Mayo de 2020. [Archivo en PDF]. Recuperado de https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Lineamientos_Salud_Mental_COVID-19.pdf
9. Save de Children. (2020) ¿Cómo hacer de casa un espacio seguro para niñas, niños y adolescentes? (PDF) Recuperado de https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/04/Guia_espacios_seguros_para_NNA.pdf