



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



JUNTA DE
ASISTENCIA PRIVADA

Actualización de la Síntesis de Medidas Oficiales frente al COVID-19 para personas en residencia

12 de enero del 2021

NOTA

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





ÍNDICE

	Página
Introducción	5
I.- Secretaría de Salud México ¡Evita reuniones! La tecnología nos puede acercar a quienes más queremos.	5
II.- Secretaría de Salud México AVISO IMPORTANTE a todo el #PersonalDeSalud	6
III.- Gobierno de la Ciudad de México Conoce los horarios de operación de Quioscos, Macro Quioscos y Centros de Salud durante este fin de semana	6
IV.- Gobierno de la Ciudad de México Cuando usas correctamente cubrebocas	19
V.- Agencia Digital de Innovación Pública ¿Cómo está tu salud últimamente?	20
VI.- Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México En caso de que seas víctima de discriminación o algún tipo de agresión, durante esta contingencia	21
VII.- Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México La Coordinación Territorial Benito Juárez- 5 suspende actividades hasta nuevo aviso, a fin de controlar y prevenir contagios por #COVID-19.	22
VIII.- Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México Prevengamos el COVID-19, protégete y protege a los demás.	23
IX.- Gobierno de la Ciudad de México Las noticias falsas nos afectan a todas y a todos	24
X.- Secretaría de Salud México Para usar #Cubrebocas es importante hacerlo bien.	24
XI.- Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS Comunicado no. 004 Mantiene IMSS atención de enfermedades crónico degenerativas durante pandemia por COVID-19	25
XII.- Gobierno de la Ciudad de México Si padeces una comorbilidad, atender síntomas de #COVID19 de manera inmediata puede salvar tu vida.	27
XIII.- Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS Comunicado no. 005 La vitamina D actúa como protector de enfermedades respiratorias como la influenza y, probablemente, contra COVID-19	28



XIV.- Secretaría de Salud México ¡La #Vacuna contra #COVID19 está lista!	30
XV.- Secretaría de Salud México Comunicado Técnico Diario: Nuevo Coronavirus en el Mundo #COVID19	31
XVI.- Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores INAPAM Te compartimos algunas actividades físicas que pueden realizar las #PersonasMayores en casa durante la pandemia.	31
XVII.- Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS Comunicado no. 006 Personas que han perdido su empleo durante la emergencia sanitaria pueden tramitar Retiro Parcial por Desempleo: IMSS	32
XVIII.- Secretaría de Educación Pública Boletín SEP no. 2 Se prepara un regreso seguro a las aulas que brinde certeza a la comunidad escolar: SEP	34
XIX.- Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México ¡Cuidémonos todos! Sigue las medidas de higiene y quédate en casa para evitar el contagio de COVID-19	37
XX.- Instituto Nacional de Geriátría INGER ¡Iniciamos este 2021 con los siguientes curso en línea! #ComunidadINGER	37
XXI.- Gobierno de la Ciudad de México Si no es necesario que salgas a la calle, mejor #QuédateEnCasa; es muy importante que evites los lugares cerrados, concurridos y aquellos con contacto sin sana distancia para que no te contagies de #COVID19.	38
XXII.- Gobierno de la Ciudad de México Comunicado Diario 5 de enero	38
XXIII.- Secretaría de Salud de la Ciudad de México Vacúnate cuando sea tu momento.	38
XXIV.- Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores INAPAM Hoy más que nunca es momento de fortalecer las relaciones intergeneracionales.	39
XXV.- Gobierno de la Ciudad de México Si saliste positivo en una prueba rápida, es importante que avises a las personas con las que tuviste contacto, para que tomen precauciones.	40
XXVI.- Gobierno de la Ciudad de México La solución para disminuir contagios está en todas y todos.	41
XXVII.- Secretaría de Salud de México Consume bebidas calientes en #TemporadaInvernal.	42



XXVIII.- Instituto Nacional de las Personas Mayores INAPAM La pandemia sigue. ¡Mantengamos en todo momento las medidas preventivas contra el #COVID19!.	42
XXIX.- Instituto Nacional de las Personas Mayores INAPAM ¿Qué actividades cognitivas pueden realizar las #PersonasMayores durante la pandemia.	44
XXX.- Secretaría de Salud de México AVISO IMPORTANTE a todo el #PersonalDeSalud.	45
XXXI.- Secretaría de Salud Guía Técnica de aplicación de vacuna BNT162b2 contra el virus SARS-CoV-2.	45
XXXII.- Secretaría de Salud. Boletín No. 005. Vacunas contra COVID-19 son gratuitas, no se pueden comercializar: Ricardo Cortés Alcalá.	57
XXXIII.- Instituto Mexicano del Seguro Social Comunicado No. 012/2021 Para evitar salir de casa y prevenir contagios por COVID-19, los pagos de aseguramientos voluntarios se pueden realizar vía SPEI	58
XXXIV.- Instituto Nacional de las Personas Mayores INAPAM #SabíasQue... Respetar las rutinas de alimentación de las Personas Mayores durante la pandemia, los ayudará a estar sanos física y emocionalmente.	59
XXXV.- Secretaría de Salud de México Protege la salud y la vida de tus seres queridos.	61
XXXVI.- Secretaría de Salud de México Si tienes que salir a comprar comida o medicinas, abrigate y refuerza las #MedidasSanitarias.	61
XXXVII.- Gobierno de la Ciudad de México Semáforo Rojo en la CDMX.	63
XXXVIII. Gobierno de la Ciudad de México Se mantienen Semáforo Rojo y suspensión de actividades no esenciales en la Ciudad de México.	67
XXXIX. Jefatura de Gobierno Trigésimo Octavo Aviso por el que se da a conocer el color del Semáforo Epidemiológico de la Ciudad de México, así como la continuidad de las medidas extraordinarias establecidas.	71
Consideraciones Generales	72
Referencias Bibliográficas	73



INTRODUCCIÓN

La Junta de Asistencia Privada, 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.

En esta síntesis se citan documentos que sugieren algunas recomendaciones, sobre las medidas de protección a la salud que deberán observarse de acuerdo al color del semáforo epidemiológico en la Ciudad de México, con el objetivo de controlar, mitigar y evitar la propagación del COVID-19, 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. La **Secretaría de Salud México** a través de su cuenta oficial de twitter publicó el 2 de enero de 2021 lo siguiente:

¡Evita reuniones! La tecnología nos puede acercar a quienes más queremos.

Abraza desde @SusanaDistancia y aplica las #MedidasSanitarias:

#LavadoDeManos frecuente

#UsaCubre bocas correctamente

Conoce más en <https://coronavirus.gob.mx>

#MeCuido #PorAmorALaVida





II. La **Secretaría de Salud México**, publicó el 2 de enero de 2021 a través de su cuenta oficial de twitter, lo que a continuación se cita:

AVISO IMPORTANTE a todo el #PersonalDeSalud
Si recibiste notificación o tienes cita para recibir la #Vacuna contra #COVID19, realiza estos pasos.

AVISO IMPORTANTE A TODO EL PERSONAL DE SALUD

Si recibiste notificación o tienes cita para vacunarte contra la COVID-19, realiza los siguientes pasos:

- 1 Verifica el día, la hora, y la unidad de vacunación correspondiente
- 2 Al arribar a la unidad de vacunación confirma tu cita
- 3 Recibe valoración en el área de Triage
- 4 Una vez valorada (o), pasarás al área de registro
- 5 Personal especializado te aplicará la vacuna
- 6 Posteriormente permanecerás en el área de observación
- 7 Finalmente podrás retirarte, pero recuerda que en 21 días se te aplicará la segunda dosis

GOBIERNO DE MÉXICO | SALUD

gob.mx/salud

III. El **Gobierno Ciudad de México** a través de su cuenta oficial de twitter publicó el 2 de enero de 2021:

Conoce los horarios de operación de Quioscos, Macro Quioscos y Centros de Salud durante este fin de semana:

02/ene: 117 Centros de Salud y 16 Macro Quioscos

03/ene: Sólo los 117 Centros de Salud



Consulta los horarios y sedes que brindan el **servicio gratuito de pruebas rápidas COVID-19**



El Gobierno de la Ciudad de México informa a la población capitalina que la Secretaría de Salud aplicará pruebas rápidas para detectar Covid-19 en los Quioscos, Macro Quioscos los días jueves, sábado y domingo. El viernes 1 de enero de 2021 es el único día que se suspenden actividades en estos puntos. Los centros de salud que ofrecen servicio todo el año laborarán normalmente.

Este 31 de diciembre, la Secretaría de Salud abrirá los 50 Macro Quioscos en las explanadas de las alcaldías, ubicados afuera de diversas estaciones del Metro y en mercados públicos, de 9:00 a 17:00 horas. Asimismo, prestarán este servicio los 75 quioscos y los 117 Centros de Salud que abren fines de semana y toman muestras de 9:00 a 13:00 horas.

Para el 2 de enero, estarán disponibles 16 Macro Quioscos, incluidos los ubicados en la explanada del Estadio Azteca y en la Casa Jaime Sabines, de 9:00 a 17:00 horas; así como en los 117 Centros de Salud que abren los 365 días del año y toman muestras, de 9:00 a 13:00 horas.

El 3 de enero, los capitalinos podrán acudir a los 117 Centros de Salud que abren fines de semana y días festivos y tomarán muestras, de 9:00 a 13:00 horas.

La ubicación de los puntos de salud donde pueden realizarse pruebas rápidas de antígeno, cuyos resultados están disponibles en 20 minutos, se puede localizar en el sitio siguiente web:

<https://test.covid19.cdmx.gob.mx/public/centroskioscos/CentrosKioscos.xhtml>

También se obtiene información de los sitios para realizarse el test si se envía un mensaje al SMS, sin costo, al 51515 con la palabra "Prueba".

Es importante recordar que la Ciudad de México se encuentra en SEMÁFORO ROJO y se continúa con las acciones para focalizar esfuerzos territoriales con el objetivo de detectar personas con síntomas, entregar apoyos del programa de Hogares Responsables y Protegidos, facilitar el acceso a pruebas a la población en general, así como la supervisión de las medidas sanitarias para las actividades esenciales que se mantienen abiertas.



Asimismo se pide a la población mantenerse en casa y sólo si le es necesario salir lo haga con todas las medidas sanitarias como es el uso de cubrebocas, careta, alcohol gel y lavarse las manos de manera constante.

Los sectores esenciales que seguirán en funcionamiento son los siguientes:

SECRETARÍA DE SALUD DE LA CIUDAD DE MÉXICO
DIRECCIÓN DE ENLACE Y COMUNICACIÓN SOCIAL
Av. Insurgentes Norte 423 Piso 13 Ala Sur, Nonoalco Tlatelolco
Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06900, Ciudad de México.
T. 5132 1200 ext.1312 y 1004

- Venta de alimentos sin preparar y preparados exclusivamente como servicio de entrega, no para consumir en los locales.
- Sectores de energía, transporte, manufactura, salud, servicios funerarios, construcción, financieros y de telecomunicaciones.
- Fabricación, comercialización y venta de medicamentos.
- Diversos talleres de reparaciones y refacciones.
- Servicios que brinda el Gobierno de los sectores tributario, de seguridad, obra pública y agua.
- Servicios el jueves 31 de diciembre 117 Centros de Salud, Quiscos y Macro Quiscos

El viernes 1 de enero

DESCANSO DE TODAS LAS UNIDADES QUE APLIQUEN PRUEBA DE DETECCIÓN DE COVID-19, PCR O ANTIGÉNICA.

Servicios el sábado 2 de enero

Se realizará en 117 Centros de Salud y en los siguientes Macro Quiscos:



Servicios el sábado 2 de enero

Se realizará en 117 Centros de Salud y en los siguientes Macro Quioscos:

1	Álvaro Obregón	Casa Jaime Sabines	San Ángel	Av. Revolución Entre Calle Madero Y Calle Dr. Gálvez, C. P. 01000
2	Azcapotzalco	Explanada De La Alcaldía Azcapotzalco	Centro Azcapotzalco	Calle Castilla Oriente Esq. Av. 22 De Febrero, C. P. 02008
3	Benito Juárez	Explanada De La Alcaldía Benito Juárez	Santa Cruz Atoyac	Av. División Del Norte #1611, C. P. 03310
4	Coyoacán	Explanada Del Estadio Azteca	Pedregal De Santa Úrsula Coapa	Calz. De Tlalpan Esq. Cto. Azteca, C. P. 04730
5	Cuajimalpa	Explanada De La Alcaldía Cuajimalpa	San Pedro Cuajimalpa	Av. Juárez Esq. Av. México, C. P. 05000
6	Cuauhtémoc	Explanada De La Alcaldía Cuauhtémoc	Buenavista	Calle Jesús García Esq. Calle Luis Donaldo Colosio, C. P. 06350
7	Gustavo A. Madero	Explanada De La Alcaldía Gustavo A. Madero	Villa Gustavo A. Madero	Calle 5 De Febrero Entre Calle Garrido Y Calle Alberto Herrera, C. P. 07050

8	Iztacalco	Explanada De La Alcaldía Iztacalco	Ramos Millán Bramadero I	Av. Rio Churubusco Esq. Av. Te C. P. 08000
9	Iztapalapa	Explanada De La Alcaldía Iztapalapa	San Lucas	Calle Aldama #63, C. P. 09000
10	Magdalena Contreras	Explanada De La Alcaldía Magdalena Contreras	Barranca Seca	Calle Álvaro Obregón Esq. Calle J. Moreno Salido, C. P. 10580
11	Miguel Hidalgo	Explanada De La Alcaldía Miguel Hidalgo	Ampliación Daniel Garza	Av. Parque Lira Esq. Calle Gobernador Agustín, Vicente Eguía, C. P. 11860
12	Milpa Alta	Plaza Cívica Corregidora De Tecomitl	Pueblo San Antonio Tecomitl	Av. Morelos Esq. Calle 5 De Mayo, C. P. 12100
13	Tláhuac	Explanada De La Alcaldía Tláhuac	La Asunción	Av. Tláhuac Esq. Calle Nicolás Bravo, C. P. 13000
14	Tlalpan	Parque Juana De Asbaje	Tlalpan Centro	Calle Plaza De La Constitución Esq. Calle, Moneda, C. P. 14000
15	Venustiano Carranza	Explanada De La Alcaldía Venustiano Carranza	Jardín Balbuena III	Av. Francisco Del Paso Y Troncoso Esq. Av. Fray Servando Teresa De Mier, C. P. 15900
16	Xochimilco	Explanada De La Alcaldía Xochimilco	Barrio El Rosario	Av. Guadalupe I. Ramírez No. 4, C. P. 16070



T-III	Dr. Eduardo Jenner	50381700 Ext. 6030	Privada Matamoros 21-23 Pueblo Santa Fe C.P. 01210
T-III	Dr. Manuel Márquez Escobedo	50381700 Ext. 6060	Calle Joaquín Pardavé 10, Colonia Hogar y Redención C.P. 01450
T-III	Minas de Cristo	50381700 Ext. 6090	Calle Prolongación Río Becerra S/N Colonia Minas Cristo Rey C.P. 01419
T-III	Ampliación Presidentes	50381700 Ext. 6020	Calle John F. Kennedy y Presidente Jefferson S/N Colonia Ampliación Presidentes C.P. 01299
T-III	Jalapa el Grande	50381700 Ext. 6071	Avenida Jalapa Sur esquina con Poniente Fortín S/N Colonia Ampliación Jalapa C.P. 01296
T-II	El Piru	S/N	Calle Cedros entre Marco Polo y Roble S/N Colonia Desarrollo Urbano El Piru C.P. 01831
T-II	La Conchita	S/N	Calle 1 de Noviembre (Dentro del Deportivo la Conchita) S/N Colonia La Conchita C.P. 01109

Jurisdicción sanitaria Álvaro Obregón

T-III	Dr. Manuel Escontría	50381700 Ext. 6050	Calle Frontera 15 Colonia San Ángel C.P. 01000
T-III	Dr. Ignacio Morones Prieto	50381700 Ext. 6040	Calle Plaza Hidalgo atrás de la Subdelegación S/N Colonia San Bartolo Ameyalco C.P. 01800

Jurisdicción sanitaria Azcapotzalco

T-III	Dr. Galo Soberón y Parra	6120	Calzada Camarones 485 Colonia Sindicato Mexicano de Electricistas C.P. 02060
T-III	Dr. Manuel Martínez Bález	6130	Avenida El Rosario 34 Colonia San Martín Xochinahuac C.P. 02210
T-II	Tezozómoc	6150	Avenida Rafael Buelna esquina Amuzgos S/N, Colonia Tezozómoc C.P. 02459
T-II	El Arenal	6110	Calle Aztlán 77, Colonia La Raza C.P. 02990



T-I	23 de Abril	S/N	Liberato Lara SN entre Adrián Castrejón y Joaquín Amaro Col. Ampliación San Pedro Xalpa
-----	-------------	-----	---

Jurisdicción Sanitaria Benito Juárez

T-III	Portales	50381700 Ext. 6220 y 6221	AVENIDA San Simón 94 Colonia San Simón Ticumac C.P. 03660
T-III	Mixcoac	50381700 Ext. 6210 6211	Calle Rembrandt 32 Colonia Mixcoac C.P. 03910

Jurisdicción Sanitaria Coyoacán

T-III	Policlínica Dr. Salvador Allende	50381700 Ext. 6290 Y 9292	CALLE Nahuatlacas esq. Coras S/N Colonia Huayamilpas C.P. 4390
T-III	Dra. Margarita Chorné y Salazar	50381700 Ext. 6350 Y 6352	Avenida División del Norte 2986 Colonia Atlántida C.P. 04370
T-III	San Francisco Culhuacán	50381700 Ext. 6380/6381/6382	Calle Heroica Escuela Naval Militar esquina Tasqueña S/N Colonia San Francisco Culhuacán C.P. 04260
T-III	Carmen Serdán	503817100 Ext. 6342	Calle Soledad Solórzano esquina María Pistolas S/N Colonia Carmen Serdán C.P. 04910
T-III	Dr. Gustavo A. Rovirosa Pérez	50381700 Ext. 6360	CALLE San Gabriel Esquina San Alberto 517 Lote 1 Mz 931 Zona 1 Colonia Pedregal de Santa Úrsula C.P. 04600
T-II	Nayaritas	51321200 Ext. 6372	CALLE Huitzilopochtli esq. Nayaritas S/N Colonia Ajusco C.P. 04300
T-II	Ajusco	51321200 Ext. 6332	CALLE Rey Tepalcatzin esquina Mixtecas S/N Colonia Ajusco C.P. 04300



Jurisdicción Sanitaria Cuajimalpa

T-III	La Navidad	50381700, Ext 6620, 6621, 6622, 6624, 6625	Calle 25 De Diciembre Entre Baltazar Y Estrella De Belén S/N Colonia La Navidad C.P. 05210
T-III	Cuajimalpa	50381700 Ext 6610, 6611, 6612, 6613, 6614, 6615	Avenida Cerrada De Juárez S/N Colonia Cuajimalpa C.P. 05000
T-II	Acopilco	50381700 Ext 6640, 6642, 6643	Camino A Chimalpa S/N, Esq Prolongación Leandro Valle Col. Lorenzo Acopilco, C.P. 05410, Del. Cuajimalpa
T-I	Memetia	50381700 Ext 5812-6746	Calle Constituyente Antonio Gutiérrez S/N, Col. El Yaqui, C.P. 05320, Del. Cuajimalpa
T-I	El Chamizal	50381700 Ext 2223-1328	Fuerza Aeronaval Esq. Potrero Del Llano S/N, Col. 4a Sección Lomas De Chamizal, C.P. 05129, Del. Cuajimalpa

Jurisdicción Sanitaria Cuauhtémoc

T-III	Dr. José Ma. Rodríguez	50381700 Ext. 6550, 6551, 6552 y 6553	Calz. San Antonio Abad No. 350, Col. Asturias, C.P. 06850
T-III	Soledad Orozco de Ávila Camacho	50381700 Ext. 6570, 6571 Y 6572	Juventino Rosas No. 78 Y Tetraxzini, Col. Exhipódromo De Peralvillo, C.P. 06250
T-III	Dr. Domingo Orvañanos	50381700 Ext. 6530, 6531 Y 6532	Comonfort No. 34, Col. Morelos, C.P. 06020 Comonfort 34 Colonia Morelos C.P. 06200
T-III	Dr. Manuel Domínguez	50381700 Ext. 6540, 6541 y 6542	Héroes No. 38, Col. Guerrero, C.P. 06300 Héroes 38 Colonia Guerrero C.P. 06300

T-III	Dr. Atanasio Garza Ríos	50381700 Ext. 6520, 6522	Av. José Ma. Vértiz Esq. Dr. Erazo No. 75, Col. Doctores, C.P. 06720
Clinica Especializada	Clinica de Especialidades No 6	50381700 Ext. 6510, 6511	Lucerna No. 67 Col. Juárez C.P. 06600 Del. Cuauhtémoc
Clinica Especializada	Clinica de Especialidades No 3	50381700 Ext 6470, 6471	Tenochtitlan No. 79 Esq. Rivero Col. Morelos C.P. 06200 Del. Cuauhtémoc



Jurisdicción Sanitaria Gustavo A. Madero

T-III	Dr. Manuel Cárdenas de la Vega	50381700 / Ext 7030	Calle 5 de Febrero, entre José María Bocanegra y Abasolo, 12 Colonia Martín Carrera C.P. 07070
T-III	Dr. Gabriel Garzón Cossa	50381700 / Ext 7020	Calle Oriente 85 entre Norte 72-A y Norte 74 S/N Colonia La Joya C.P. 07860
T-III	Dr. Rafael Ramírez Suárez	50381700 / Ext 7040	Avenida Montevideo, esq. 17 de Mayo 555 Colonia San Bartolo Atepehuacan C.P. 07730
T-III	Nueva Atzacualco	50381700 / Ext 7100	Calle 310 esq. 317 y 315 S/N Colonia Nueva Atzacualco C.P. 07420
T-III	Palmatitla	50381700 / Ext 7110	Calle Dr. Rubén Leñero esq. Dr. Ángel Brioso Lote 21, Manzana 9, Zona 5 Colonia Palmatitla C.P. 07170
T-II	Narciso Bassols	50381700 / Ext 7130	Avenida 604-A entre Calle 669 y Agrupamiento I, S/N Colonia U.H. Narciso Bassols C.P. 07980
T-II	25 de Julio	50381700 / Ext 7080	Calle Benito Juárez Oriente, esq. Ejido Manzana 18-A, Lote 1-A, Zona-1 Colonia 25 de Julio C.P. 07520
T-II	Pradera	50381700 / Ext 7120	Calle Volcán de Acatenango y Volcán Popocatepetl S/N Colonia Ampliación Providencia C.P. 07080

T-II	Gabriel Hernández	50381700 / Ext 7050	Avenida Eva Sámano de López Mateos S/N Colonia Ampliación Gabriel Hernández C.P. 07080
T-II	La Esmeralda	50381700 / Ext 7073	Calle Norte 94 entre Norte 94-A y Oriente 171 S/N Colonia La Esmeralda C.P. 07540
T-II	Gertrudiz Sánchez	50381700 / Ext 7060	Calle Norte 82-B, casi esq. Oriente 121 6025 Colonia Gertrudis Sánchez 2da Sección C.P. 07839
T-II	La Malinche	50381700 / Ext 7090	Calle Norte 94 esq. Oriente 83 4315 Colonia Malinche C.P. 07880
T-II	Valle de Madero	50381700 / Ext 7140	Calle Estado de México casi esq. Tecnológico S/N Colonia Valle Madero C.P. 07190



Jurisdicción Sanitaria Iztacalco

T-III	Dr. José Zozaya	Tel. 50 38 17 00 Ext 6750, 6752	Calle Corregidora Esq. Plutarco Elías 135 Colonia Santa Anita (Antes Rancho Santa Cruz Matlapanco) C.P. C.P. 08300
T-III	Dr. Manuel Pesqueira	Tel. 50 38 17 00 Ext 6740, 6742 Y	Avenida Sur 16 Esquina Oriente 245 S/N Colonia Agrícola Oriental C.P. C.P. 08500
T-III	2 de Octubre	Tel. 50 38 17 00 Ext 6720, 6721,	Calle Guillermo Prieto 73 Colonia Campamento 2 De Octubre C.P. C.P. 08930
T-III	Dr. Luis Mazzotti Gálindo	Tel. 50 38 17 00 Ext 6730, 6732	Calle 6 Esq. Privada Tomas Roche 311 Colonia Pantitlán C.P. C.P. 08100
T-II	Ramos Millán	Tel. 50 38 17 00 Ext 6760, 6762	Calle Sur 159, Esq. Oriente 120 159 Colonia Gabriel Ramos Millán C.P. C.P. 08020

T-III	Dr. Rafael Carrillo	50381700 Ext. 6911	Calle Guadalupe Victoria 32 Barrio San Lucas C.P. 09000
T-III	Dr. Francisco J. Balma	50381700 Ext. 6930	Calle Independencia 20 Colonia Zacabuzco C.P. 09490
T-III	Chinampac De Juárez	50381700 Ext. 6840	Avenida Telecomunicaciones S/N Colonia Chinampac De Juárez C.P. 09225
T-III	Dr. Maximiliano Ruiz Castañeda	50381700 Ext. 6901	Avenida Mexico-Puebla Esq. Cjon Benito Juárez S/N Colonia Ampliación Santa Martha Acatitla C.P. 09510
T-III	Buenavista	50381700 Ext. 6830	Avenida San Miguel 29 Colonia San José Buenavista C.P. 09706
T-III	Dr. Guillermo Román Y Carrillo	50381700 Ext. 6890	Avenida Zacatlán 146 Pueblo San Lorenzo Tezonco C.P. 09790
T-III	Santa María Aztahuacán	50381700 Ext. 6990	Avenida Herminio Chavarria Esq. Plan De Ayala S/N Pueblo Ejidal Santa María Aztahuacán C.P. 09500
T-III	Santiago Acahualtepec	50381700 Ext. 6970	Calle Betama Esq. 5 De Febrero Lote 2 A Mz 247 Zona 2 Colonia Ampliación De Santiago Acahualtepec C.P. 09609
T-III	Quetzalcóatl	50381700 Ext. 6940	Calle Villa Buena Esq. Villa Federal S/N Colonia Desarrollo Urbano Quetzalcóatl C.P. 09700
T-III	San Andrés Tomatlán	50381700 Ext. 6950	Avenida Tláhuac Esq. Hermanos Wright Zona 67 Mz 267 Lote 2 Pueblo San Andrés Tomatlán C.P. 09870
Clínica Comunitaria	Clínica Comunitaria Santa Catarina	50381700 Ext. 6850 6851	Calle Nuevo León, Lote 9, Mza 318, Entre Nuevo León Y Caputitla, Col. Miguel De La Madrid, C.P. 09698 Del. Iztapalapa



T-II	San Miguel Teotongo	50381700 Ext. 6901	Calle Genaro Vázquez Esq. Joselito Huerta S/N Colonia San Miguel Teotongo C.P. 09630
T-II	Clínica De Atención Integral A La Mujer (CAIM)	50381700 Ext. 6880	Calle Desposorios Esq. Sur 1 S/N Barrio San Lorenzo Tezonco C.P. 09700
T-II	Ejido Los Reyes	50381700 Ext. 6920	Calle Tetlepanquetzaltzin Casi Esq. Cuauhtémoc S/N Pueblo Ejido Los Reyes C.P. 09840

Jurisdicción Sanitaria Magdalena Contreras

T-III	Dr. Ángel de la Garza Brito	50381700 Ext. 7210 al 7214	Avenida San Jerónimo Esq. Nogal Lote B Mz 445 Zona 55 Colonia Pueblo Nuevo C.P. 10640
T-III	Oasis	50381700 Ext. 7220 al 7224	Avenida San Jerónimo 2625 Pueblo San Bernabé Ocoatepec C.P. 10300
T-II	San Bartolo Ameyalco	50381700 Ext. 7230 al 7234	Avenida Francisco I. Madero Y San Francisco Lote 44-A Mz 12 Zona 6 Colonia San Bartolo Ameyalco C.P. 10010
Jurisdicción	Jurisdicción Sanitaria Magdalena Contreras	50381700 Ext. 7201, 7202	Av. San Jerónimo #2625 Col. San Bernabé Ocoatepec C.P. 10300 Del. Magdalena Contreras

Jurisdicción Sanitaria Miguel Hidalgo

T-III	Dr. Manuel González Rivera	50381700 Ext. 7340,7341,7342,7343	Calle Plan De San Luis Esq. Salvador Díaz Mirón S/N Colonia Santo Tomas C.P. 11340
T-III	Dr. Ángel Briso Vasconcelos	50381700 Ext. 7330,7331,7332,7233	Calle Benjamin Hill No. 14 Colonia Condesa C.P. 06140
T-III	Lago Cardiel	50381700 Ext. 7360,7361,7362,7363	Calle Lago Cardiel (A Un Costado De La Iglesia Las Conchitas) No. 61 Colonia Argentina C.P. 11270



T-III	México-Spaña	50381700 Ext. 7370,7371,7372,7373	Ext	Calle Lago Iseo Casi Esquina Marina Nacional S/N Colonia Anáhuac C.P. 11320
T-II	Dr. Manuel Gutiérrez Zavala	50381700 Ext. 7350,7351,7352,7353	Ext	Calle Laguna De Términos No. 492 Colonia Anáhuac C.P. 11320

Jurisdicción Sanitaria Milpa Alta

T-III	Dr. Gastón Melo	50381700 Ext. 7410		Avenida Dr. Gastón Melo S/N Pueblo San Antonio Tecomitl C.P. 12100
T-III	San Pablo Oztotepec	50381700 Ext. 7440		Calle Matamoros y Rojo Gómez S/N Pueblo San Pablo Oztotepec C.P. 12400
T-II	Santa Ana Tlacotenco	50381700 Ext. 7430		Avenida José Ma. Morelos y Favón esquina Ignacio Zaragoza S/N Pueblo Santa Ana Tlacotenco C.P. 12900
T-II	Dr. Luis Brown León	50381700 Ext. 7420		Avenida Hidalgo S/N Barrio San Pedro Actopán C.P. 12200
T-II	San Salvador Cuauhtenco	50381700 Ext. 7450		Calle Chapultepec S/N Pueblo San Salvador Cuauhtenco C.P. 12300

Jurisdicción Sanitaria Tláhuac

T-III	San Francisco Tlaltemco	50381700 Ext. 7561		Calle Andrés Quintana Roo y General Carlos A. Vidal S/N Pueblo San Francisco Tlaltemco C.P. 13400
T-III	Miguel Hidalgo	50381700 Ext. 7551		Calle Fidelio esquina Deodato S/N Colonia Miguel Hidalgo C.P. 13200
T-II	Santa Catarina Yecahuizotl	50381700 Ext. 7591		Calle Rafael Oropeza y José Gabriel Mar S/N Pueblo Santa Catarina Yecahuizotl C.P. 13100



T-II	13 de Septiembre	50381700 Ext. 7521	Calle Osme entre Adalberto y Tejeda S/N Colonia Los Olivos C.P. 13210
T-II	Zapotitla	50381700 Ext. 7490	Calle Cecilio Acosta esq. Alma Fuerte S/N Colonia Zapotitla C.P. 13310
T-II	San José	50381700 Ext. 7571	Calle Agustín Lara entre Juventino Rosas y Farolito Lote 5 Manzana 50 zona 2 Colonia San José C.P. 13020
T-II	San Juan Ixtayopan	50381700 Ext. 7580	Calle Emiliano Zapata esquina José María Morelos 1-A Manzana 46 zona 70 Barrio San Juan Ixtayopan C.P. 13500
T-II	Ampliación Selene	50381700 Ext. 7530	Calle Mar de los Vapores esquina Cráter de Platón Lote 1 Manzana 181 zona 2 Colonia Ampliación Selene C.P. 13430
T-II	Del Mar	50381700 Ext. 7540 7541	Av. La Turba S/N, Entre Abulón Y Cangrejo, Col. Del Mar C.P. 13270, Del. Tláhuac
Clinica Consultoria	Clinica Consultoria Mixquic	50381700 Ext. 7510 7511	Carretera Mixquic Chalco Kilómetro 8 S/N, Barrio Sta. Cruz Mixquic, Del. Tláhuac, C.P. 13600

Jurisdicción Sanitaria Tlalpan

T-III	Cultura Maya	5038 1700 EXT 7620 7622	Calle Itamal entre Tepicán y Hopelichén S/N Colonia Cultura Maya C.P. 14230
T-III	Dr. José Castro Villagran	5038 1700 EXT 7650 7652	Calle Carrasco esquina Coapa S/N Colonia Toriello Guerra C.P. 14050
T-III	Dr. Gerardo Varela Mariscal	5038 1700 EXT 7640 7642	Calle Mariano Matamoros esquina Ignacio Allende S/N Pueblo Santo Tomas Ajasco C.P. 14710
T-III	Dr. David Fragono Lizalde	5038 1700 EXT 7630 7632	Calle Central esquina David Fragono Lizalde S/N Colonia San Pedro Martir C.P. 14650



T-III	Ampliación Hidalgo	5038 1700 EXT 7610 7612	Calle Adolfo Ruiz Cortines esquina Francisco I Madero zona 2 Mx 124-A Lote 2 Colonia Ampliación Miguel Hidalgo C.P. 14250
T-III	Pedregal De Las Águilas	5038 1700 EXT 7660 7662	Calle Mixtecos esquina Nahuas S/N Colonia Pedregal de las Águilas C.P. 14439
T-II	San Andrés Tototlapec	50381700 EXT 7670 7672	Avenida Camino Real al Ajusco esquina 3ra Cerrada de Tlaqueopa S/N Pueblo San Andrés Tototlapec C.P. 14400
T-II	Topilejo	S/N	Toma de muestra en domicilio
T-II	Hortencia	5038 1700 EXT. 7680 7684	Calle Sacalam esquina Cacalchen zona 574 Manzana 9 Lote 3 Colonia Lomas de Padriera C.P. 14240

Jurisdicción Sanitaria Venustiano Carranza

T-III	Beatriz Velasco De Alencón	50381700 Ext. 7720	Avenida Eduardo M Olina S/N Esquina Pelayos S/N Colonia 20 De Noviembre C.P. 15300
T-III	Rosero Rubio	50381700 Ext. 7790	Calle Manchuria Esq. Tramoal, 8 Colonia Aquiles Serdán C.P. 15430
T-III	Dr. Juan Duque De Estrada	50381700 Ext 7740	Calle Oriente 170 No. 154 Esq. 4a Cerrada De Oriente 168 154 Colonia Moctezuma 2a. Sección C.P. 15500
T-III	Dr. Luis E. Ruiz	50381700 Ext 7750	Avenida H. Congreso De La Unión 148, Colonia Merced Balbuena (Antes Del Parque) C.P. 15811
T-III	Arenal 4a Sección	50381700 Ext. 7711	Avenida Xocoyotl Xaltocan Y Xanicho S/N Colonia Arenal 4a Sección C.P. 15610
T-II	José María Morelos Y Pardo	50381700 Ext 7770	Calle Mineros Esq. Av. Ferrocarril De Cintura 59 Colonia Morelos C.P. 15270



T-II	Pedro De Los Baños	50381700 Ext. 7780 Y 7782	Boulevard Puerto Aéreo S/N Colonia Pedón De Los Baños C.P. 15520
T-II	Cuchilla Pantitlán	7734	Calle Privada De Estadio 43 Colonia Cuchilla Pantitlán C.P. 15610
T-II	Imahuatlango	50381700 Ext. 7760 Y 7762	Calle Ferrocarril Industrial Esq. Cuauhtlaxac S/N Colonia Marced Balbuena C.P. 15810

Jurisdicción Sanitaria Xochimilco

T-III	Xochimilco	50381700 Ext. 7810	Avenida Juárez esq. Calle Pino, entre pino y Josefa Ortiz de Domínguez 2 Barrio San Juan C.P. 16070
T-III	Tulyehualco	50381700 Ext. 7850	Avenida Av. Tláhuac -Tulyehualco, entre Isidro Tapia y División del Norte, Lote 2 Mz. 324 Zona 357 Barrio San Sebastián C.P. 16730
T-III	San Gregorio Atlapulco	50381700 Ext. 7870	Calle Gustavo Díaz Ordaz entre Emiliano Zapata y Av. Chapultepec Zona 371 Mz 91 lote 1 Pueblo San Gregorio Atlapulco C.P. 16700
T-II	San Mateo Xalpa	50381700 Ext. 7840	Carretera Xochimilco-Topilejo entre Matamoros y Cuauhtémoc 255 Colonia San Mateo Xalpa C.P. 16800
T-II	Santa Cruz Acaápitca	50381700 Ext. 7820	Calle Ahualaga entre calle San Vicente y calle Pino S/N Pueblo Santa Cruz Acaápitca C.P. 16500
T-II	Santa María Nativitas	50381700 Ext. 7830	Carretera Vieja a Tulyehualco-Xochimilco esq. los Pinos, entre Avenida Juárez y callejón Pino S/N Pueblo Nativitas C.P. 16450
T-II	Santiago Tepalcatlapan	50381700 Ext. 7860	Calle Carretera Vieja a Tulyehualco-Xochimilco esq. los Pinos, entre Avenida Juárez y callejón Pino S/N Pueblo de Santiago C.P. 16200

IV. El Gobierno de la Ciudad de México publicó el 2 de enero de 2021 a través de su cuenta oficial de twitter lo siguiente:

Cuando usas correctamente cubrebocas, no solo te proteges tú y cuidas a los demás, también respetas la labor del personal médico que lucha todos los días por salvar vidas.

Juntas y #JuntosVamosASalirAdelante



V. La **Agencia Digital de Innovación Pública**, publicó el 2 de enero de 2021 a través de su cuenta oficial de twitter, la información que a continuación se señala:

¿Cómo está tu salud últimamente?

Envía un mensaje con la palabra **Cúdate** al 51515 y contesta el test.

Nosotros te ayudamos a detectar riesgos de enfermedades como diabetes o hipertensión.



Hoy más que nunca vale prevenir

Si tienes o estás en riesgo de tener **obesidad, diabetes o hipertensión** y no estás en control médico el Gobierno de la Ciudad de México y el Gobierno de México te apoyan

Envía un SMS con la palabra "Cuidate" al 51515

Llama a Locatel 55 5658 1111

SALUD EN TU VIDA

A qué unidad médica te corresponde acudir
Recordatorios de citas y control médico
Recomendaciones generales de acuerdo a tu caso

INSS GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO ISSSTE SALUD | saludentuvida.cdmx.gob.mx

VI. La **Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México**, dio a conocer el 2 de enero de 2021 a través de su cuenta oficial de twitter, la siguiente información:

En caso de que seas víctima de discriminación o algún tipo de agresión, durante esta contingencia, la #FGJCDMX pone a tu disposición la Agencia de Denuncia Digital: <http://denunciadigital.cdmx.gob.mx>

En caso de que seas víctima de discriminación o algún tipo de agresión, durante esta contingencia, la Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México pone a tu disposición la **Agencia de Denuncia Digital**: www.denunciadigital.cdmx.gob.mx

Puedes solicitar asesoría en: gestion_fiscal@fgjcdmx.gob.mx

O a los teléfonos:

55 5200 9000
800 745 2369

#QuédateEnCasa

Fiscalía General de Justicia
Ciudad de México

La Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México, te protege



VII. La **Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México** a través de su cuenta oficial de twitter, informó el 2 de enero de 2021 lo siguiente:

La **Coordinación Territorial Benito Juárez- 5** suspende actividades hasta nuevo aviso, a fin de controlar y prevenir contagios por **#COVID-19**. Dejamos a su disposición los teléfonos de atención.

A fin de cuidar tu salud y la de los tuyos, si requieres de algún servicio de parte de esta Fiscalía, ponemos a tu disposición el teléfono del Centro de Atención, donde con gusto te orientará sobre el procedimiento a seguir.

**FISCAL
MTRO. DIEGO FLORES MEJÍA**

 **55 6301 9834
55 5200 9543**

diego_flores@fgjcdmx.gob.mx

Para cualquier duda comunícate a los teléfonos:

 **55 5200 9000**

Las 24 horas del día los 365 días del año

Además, ponemos a tu disposición la plataforma de **"Denuncia Digital"**, que es un sistema que permite realizar tu denuncia en pocos minutos, mediante el cual la ciudadanía cuenta con herramientas más ágiles para denunciar delitos cometidos sin violencia, generar constancias generales de extravío de documentos u objetos y generar citas con un agente del Ministerio Público.

Puedes ingresar desde la seguridad de tu hogar, mediante tu computadora, tableta, teléfono celular o algún dispositivo electrónico con acceso a internet a través de la liga:

<https://www.denunciadigital.cdmx.gob.mx>

En esta liga también podrás consultar los delitos que puedes denunciar.

La atención de las personas usuarias que acudan directamente o que les corresponda acudir a alguna de las coordinaciones que se encuentran cerradas al público, será proporcionada por cualquiera de las coordinaciones territoriales de la misma alcaldía, quienes estarán obligados a recibir las denuncias o quejas respectivas.



VIII. La **Fiscalía de la Ciudad de México** el 3 de enero de 2021 publicó en su cuenta oficial de twitter:

Prevenamos el COVID-19, protégete y protege a los demás. Estornuda o tose en el ángulo interior del brazo
#QuédateEnCasaCDMX
#TeCuidasTúNosCuidamosTodos

Fiscalía
General
de **Justicia**
Ciudad de México

MEDIDAS DE PREVENCIÓN
ante el **COVID-19**

**Estornuda
y/o tose por
dentro del
antebrazo
y brazo**

**Si te cuidas,
nos cuidamos todos**
ATENDAMOS LAS RECOMENDACIONES
PARA EVITAR CONTAGIOS



IX. El Gobierno de la Ciudad de México a través de su cuenta oficial de twitter publicó el 3 de enero de 2021 la información siguiente:

Las noticias falsas nos afectan a todas y a todos.

Antes de compartir una noticia, audio, video, o cadena de dudosa procedencia, toma unos segundos y checa los siguientes consejos para evitar la circulación de falsos rumores.

#ProtégeteYProtegeALosDemás

Cuidado
con las
noticias falsas
NO las divulgues

- 1 No sólo lees el titular,** lee toda la nota.
- 2 Busca** cuál es la **fuentes**.
- Si alguien te la envió, **pregunta en dónde la obtuvo.**
- Utiliza un buscador en línea para **verificar si es fiable** y si otros medios la reproducen.
- 5 Busca los datos citados.** Si son reales, los encontrarás en varias fuentes.
- 6 Verifica la fecha de publicación** y su contexto
- Si es un audio o video, **busca las palabras clave** para verificar su veracidad.
- Si recibiste una imagen, **utiliza un buscador para conocer su origen** o autenticidad

GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO | COVID-19 | CIUDAD INNOVADORA Y DE DERECHOS / NUESTRA CASA

X. La **Secretaría de Salud México**, publicó el 3 de enero de 2021 a través de su cuenta oficial de Twitter, lo siguiente:

Para usar #Cubre bocas es importante hacerlo bien.

Sigue las recomendaciones de @SusanaDistancia y #QuédateEnCasa.

Infórmate en <https://coronavirus.gob.mx>

#MeCuido #PorAmorALaVida



PARA USAR CUBREBOCAS... Es importante hacerlo bien:

Susana Distancia

- 1** LÁVATE LAS MANOS AL PONERLO Y AL QUITARLO
- 2** TÓMALO POR LOS RESORTES Y PONLOS EN LA OREJA
- 3** CUBRE BIEN NARIZ Y BOCA CON EL FILTRO

¡NUNCA LO PONGAS SOBRE EL CUELLO O EL PELO!

CÁMBIALO CUANDO ESTÉ HÚMEDO, QUITÁNDOLO POR LOS RESORTES

DESÉCHALO DENTRO DE UNA BOLSA CERRADA

RECUERDA, CUANDO LO USES, SIGUE LAS REGLAS DE HIGIENE Y PREVENCIÓN

Y, POR FAVOR, ¡QUÉDATE EN CASA!
VISITA : [CORONAVIRUS.GOB.MX](https://www.coronavirus.gob.mx)

MATERIAL GRÁFICO ELABORADO: DOMINGO 13 DE DICIEMBRE DE 2020

GOBIERNO DE MÉXICO

gob.mx

XI. El Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS publicó el 3 de enero de 2021 el Comunicado no. 004 Mantiene IMSS atención de enfermedades crónico degenerativas durante pandemia por COVID-19 en el cual señala:

El Seguro Social ha reforzado la expedición de recetas resurtibles, contacto telefónico diario del Médico Familiar, dotación de oxígeno domiciliario, entre otras estrategias.



El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) ha mantenido la atención médica a derechohabientes con enfermedades crónico degenerativas a través de diversas estrategias durante la pandemia por COVID-19, con ello se ha protegido de una forma más estrecha a estos grupos vulnerables, aseguró el doctor Juan Carlos Tomás López, coordinador de Programas Médicos de la División de Medicina Familiar.

Manifestó que es fundamental vigilar y controlar estos padecimientos para disminuir los riesgos de contagio del coronavirus, porque esta población tiene mayor riesgo de sufrir complicaciones en caso de que se lleguen a infectar.

“Durante la contingencia por COVID-19 en el IMSS se han creado diferentes estrategias para cuidar la salud de los derechohabientes, y principalmente aquellos pacientes que se consideran grupos de alto riesgo o grupos vulnerables, específicamente pacientes con enfermedades crónico degenerativas, como diabetes mellitus e hipertensión arterial”, agregó.

Tomás López aclaró que entre las distintas estrategias que se han llevado a cabo es reforzar la expedición de recetas resurtibles, para aquellos pacientes con estas enfermedades crónicas pero que se encuentren bien controlados, programa que inició antes de la contingencia y durante la misma se ha potencializado su expedición.

El Coordinador de Programas Médicos de la División de Medicina Familiar abundó que otro de los puntos que se ha favorecido recientemente, a partir del mes de octubre, es el seguimiento a distancia de los pacientes con sospecha o confirmados de COVID-19 través de llamadas telefónicas que hace el Médico Familiar principalmente a los pacientes con enfermedades crónico degenerativas.

“A través de este contacto telefónico diario, el Médico Familiar interroga sobre el estado de salud del paciente, y explora de forma muy puntual y muy particular algunos datos de alarmas que pudieran agravar el cuadro de coronavirus en los pacientes principalmente, insisto, con enfermedades crónico degenerativas”, explicó.

Además, dijo, se han dotado también de los pacientes que utilizan oxígeno domiciliario, de una receta trimestral para la dotación del oxígeno domiciliario para favorecer el aislamiento social y evitar que el paciente tenga que ir de forma mensual a la Unidad de Medicina Familiar.

El doctor Juan Carlos Tomás López subrayó que el Seguro Social ofrece a sus derechohabientes que viven con alguna de estas enfermedades crónico degenerativas tratamientos farmacológicos, a través de medicamentos, y



tratamientos no farmacológicos junto con acciones de promoción a la salud, para motivar cambios en sus estilos de vida.

“Los tratamientos no farmacológicos se llevan a cabo a través de algunas pláticas y estrategias educativas de promoción a la salud, principalmente por nuestro personal de trabajo social así como también el NUTRIIMSS, que la lleva nuestro personal de nutrición”, expuso.

El doctor Tomás López aclaró que la promoción a la salud en el contexto de la pandemia es realizar actividad física dentro de casa, una actividad física leve o moderada, para evitar exponerse a riesgos de infección por COVID-19, además de mantener una dieta balanceada y lo más saludable posible.

Señaló que es muy importante evitar alimentos ricos en grasas y azúcares refinadas, aumentar la ingesta de verduras, líquidos, especialmente agua natural, lo que ayuda a mantener una cifras de presión arterial y de glucosa lo más controladas posible.

El doctor Juan Carlos Tomás López remarcó que en los pacientes que viven con alguna enfermedad crónico degenerativa y que por alguna circunstancia se infectan del virus SARS-CoV-2, lo más importante es mantener las medidas de protección en casa, estar aislados si salud se lo permite, no suspender el tratamiento médico y vigilar estrechamente datos de alarma.

XII. El Gobierno de la Ciudad de México publicó el 3 de enero de 2021 a través de su cuenta oficial de Twitter, lo siguiente:

Si padeces una comorbilidad, atender síntomas de #COVID19 de manera inmediata puede salvar tu vida.

No olvides acudir al Módulo Triage más cercano para que te puedan canalizar.

Consulta su ubicación <https://bit.ly/3qjMz9k>

Juntas y #JuntosVamosASalirAdelante



La atención a tiempo puede salvar tu vida

Recuerda, los síntomas de COVID-19 son:



Los síntomas de COVID-19 se muestran rodeando a un adulto mayor con mascarilla. Los síntomas listados son: Fiebre mayor a 38°, Tos seca, Dolor de cabeza, Dolor de articulaciones, Oxigenación menor a 90, Pérdida del olfato y Pérdida del gusto.

¿Qué hacer si padeces síntomas?

- Enviar un SMS con la palabra "covid19" al 51515 o llamar a Locatel (55-5658-1111).
- Acudir a los Módulos de Atención Triage para ser valorado.

La atención temprana es vital para:

- Evitar complicaciones.

#ProtégeteYProtegeALosDemás

GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO COVID-19 CIUDAD INNOVADORA Y DE DERECHOS / NUESTRA CASA

XIII.- El Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS, publicó el 3 de enero de 2021 a través de su página web el **Comunicado no. 005 La vitamina D actúa como protector de enfermedades respiratorias como la influenza y, probablemente, contra COVID-19** que indica:

El IMSS realiza un ensayo clínico en personal que atiende a pacientes COVID-19 para conocer si este nutriente brinda protección ante esta enfermedad.

La principal fuente para obtener la vitamina D es la luz del sol sobre la piel.

Se recomiendan 15-20 minutos al día de "baños de sol" en el patio, jardín o desde la ventana, conservando en todo momento las medidas de higiene.

Contar con niveles adecuados de vitamina D ha demostrado ser de importancia para que el organismo brinde adecuada respuesta inmunológica contra enfermedades respiratorias, incluida la influenza, por lo que a nivel mundial y en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) se llevan a cabo investigaciones para conocer el papel de este nutriente y su relación como factor de protección ante el COVID-19.



La doctora Mardia López Alarcón, jefa de la Unidad de Investigación Médica en Nutrición del Hospital de Pediatría del Centro Médico Nacional Siglo XXI, destacó que hay estudios publicados en la literatura internacional que han mostrado una relación entre la deficiencia de la vitamina D y un riesgo elevado de adquirir esta enfermedad.

“También aumenta el riesgo de que si se enferman, les dé la forma más grave de la enfermedad, por ejemplo mayor probabilidad de estar inconscientes y de tener elevadas algunas sustancias que hablan de la gravedad del padecimiento”, afirmó la investigadora del IMSS, que presentó una ponencia sobre este tema durante el XXIX Foro Nacional de Investigación en Salud del Seguro Social.

En este sentido, destacó que aún no existe un estudio con resultados concluyentes respecto a que la suplementación con vitamina D module la respuesta ante el virus SARS-CoV-2 y no se adquiera la forma grave de la enfermedad, por lo que Unidad de Investigación Médica en Nutrición del IMSS lleva a cabo un ensayo clínico controlado.

Explicó que se está en la última fase del reclutamiento de personal que atiende a pacientes con COVID-19 (médicos, enfermería, choferes de ambulancia, químicos, personal de limpieza) en dos hospitales del Seguro Social del Centro Médico Nacional Siglo XXI y uno del sector salud.

Agregó que al momento son 250 trabajadores, a la mitad se le suministraron cuatro mil unidades diarias de vitamina D y al resto un placebo durante un mes, “a fin de conocer si un grupo se infectó más, si a quienes enfermaron fue de forma grave, si fueron hospitalizados, y cuántos días duraron en el hospital, o si no hubo diferencia”.

La doctora López Alarcón detalló que 70 por ciento de la población mexicana tiene deficiencia de este nutriente, según datos de la Encuesta Nacional de Nutrición 2016 y que es posible que el confinamiento por la emergencia sanitaria haya incrementado este porcentaje, debido a que la principal fuente para obtener la vitamina D son los rayos ultravioleta que emite la luz solar.

Por ello, recomendó tomar un momento entre las 11:00 y 16:00 horas a fin de tomar “baños de sol” durante 15 o 20 minutos para estimular la síntesis de la vitamina.



“Para que nos dé la luz del sol no tenemos que ir necesariamente a la playa, ni irnos a pasear a un parque, puede ser desde la ventana del domicilio o salir a la puerta o patio es suficiente” subrayó y dijo que en caso de salir, se debe hacer con medidas de higiene como conservar sana distancia, utilizar cubrebocas y lavado de manos.

Agregó que también se puede adquirir la vitamina D en alimentos ricos en grasa, por ejemplo pescado, carne no magra, leche, huevo y cereales fortificados, y en menor medida por ser más difícil su disponibilidad, en alimentos de origen vegetal como aguacate y leguminosas; en el caso de los suplementos, estos deben ser indicados por un médico.

La investigadora del IMSS dijo que en particular las personas con obesidad requieren de una mayor cantidad de vitamina D, ya que ésta se deposita en el tejido adiposo en exceso, lo que impide que circule de manera adecuada en el organismo hacia las células que la requieren, por lo que es conveniente perder peso, así como procurar la producción constante del nutriente a través de la exposición a los rayos del sol y de los alimentos descritos.

XIV. La **Secretaría de Salud México** a través de su cuenta de twitter publicó el 4 de enero de 2021 lo siguiente:

¡La #Vacuna contra #COVID19 está lista!
Cuando sea tu momento, vacúnate. Reforzará tu sistema inmunológico.
La mejor vacuna es cuidarnos mutuamente.
Conoce más en <http://bit.ly/2WJTW2m>
#MeCuido #PorAmorALaVida

¿Sabías qué?

- La nueva vacuna enseña a nuestro sistema inmunológico a combatir el virus que causa la COVID-19

La vacuna **contra COVID-19** está lista

Por ti, por mí,
por todo México,
¡Vacúnate cuando sea tu momento!

#MeCuido #PorAmorALaVida

coronavirus.gob.mx

GOBIERNO DE MÉXICO | SALUD

gob.mx/salud



XV. La **Secretaría de Salud México** dio a conocer el 4 de enero de 2021 a través de su página web, la siguiente información:

Comunicado Técnico Diario: Nuevo Coronavirus en el Mundo #COVID19 | 4 de enero de 2021

Dicho comunicado está disponible en la liga:

<https://www.gob.mx/salud/prensa/nuevo-coronavirus-en-el-mundo-covid-19-comunicado-tecnico-diario-260424>

XVI. El **Instituto Nacional de las Personas Adultas mayores INAPAM**, dio a conocer el 4 de enero de 2021 a través de su cuenta oficial de Twitter:

Te compartimos algunas actividades físicas que pueden realizar las #PersonasMayores en casa durante la pandemia.

Si no tienes a qué salir. #QuédateEnCasa



 Actividades físicas que pueden realizar las personas mayores en casa durante la pandemia.



 Ejercicios aeróbicos en silla.	 Caminatas dentro de la vivienda.
 Actividades domésticas.	 Ejercicios de bajo impacto.
 Actividades culinarias.	 Actividades de jardinería.
 Bailar	Nota: Las actividades deben ser acordes a la funcionalidad de la persona mayor.

Referencias: Dirección de Atención Geriátrica del INAPAM, coronavirus.gob.mx, imss.gob.mx, www.gob.mx/conapo, www.inegi.org.mx

 BIENESTAR |  INAPAM

gob.mx/inapam

XVII. El Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS el 4 de enero de 2021, a través de su página web, publicó el Comunicado no. 006 Personas que han perdido su empleo durante la emergencia sanitaria pueden tramitar Retiro Parcial por Desempleo: IMSS que señala:

La persona interesada podrá disponer de los recursos bajo dos modalidades, después de validarse los requisitos para acceder a este beneficio.



Entre los beneficios que ofrece el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) en materia de seguridad social, se encuentra el Retiro Parcial por Desempleo, una protección que tiene el trabajador formal, particularmente importante en momentos de emergencia sanitaria, ya que en el caso de pérdida del empleo, puede hacerse uso de los recursos de la cuenta individual del trabajador.

Los requisitos para acceder a este beneficio son: tener 46 días naturales de estar desempleado, haber estado registrado al menos durante tres años con una AFORE, tener dos o más años cotizados en el Seguro Social y no haber efectuado retiros de su cuenta individual en los últimos cinco años.

Una vez cumplidos los requisitos, es necesario presentarse en la AFORE y solicitar la realización del trámite; hecho esto, la AFORE validará que se cumpla con las condiciones del trámite y el IMSS certificará en su caso el derecho al Retiro Parcial por Desempleo.

La disposición parcial de los recursos de la cuenta individual se podrá realizar con base en dos modalidades: en la primera, si la cuenta individual tiene al menos tres años de haber sido abierta y la persona tiene un mínimo de dos años de cotización al IMSS, entonces se puede retirar en una sola exhibición un monto equivalente a 30 días del último Salario Base de Cotización registrado con un límite de 10 veces el valor de la Unidad de Medida y Actualización (UMA).

La segunda modalidad es aplicable cuando la cuenta individual tiene más de cinco años de haber sido abierta; en estos casos, el monto a retirar corresponde a lo que resulte menor entre el importe correspondiente a 90 días del Salario Base de Cotización de las últimas 250 semanas o el 11.5 por ciento de los recursos acumulados en la subcuenta de Retiro, Cesantía en Edad Avanzada y Vejez (RCV).

Lo recomendable es acceder al Retiro Parcial por Desempleo sólo en caso de emergencias, ya que al retirar los recursos de sus ahorros también se disminuyen las semanas cotizadas. No obstante, para no afectar la posibilidad de pensionarse, los recursos retirados pueden ser repuestos posteriormente e ingresados a la cuenta individual, con lo que se reintegrarán las semanas que hubieran sido descontadas.

Es posible consultar las semanas cotizadas de manera muy sencilla, con lo cual las personas pueden conocer su situación afiliatoria con el Instituto, es decir, qué patrones las han dado de alta, y con qué periodos y salarios las han registrado.

Este trámite se puede realizar a través de la página www.imss.gob.mx en el apartado de servicios digitales. Lo único que se requiere es contar con un correo



electrónico, CURP, Número de Seguridad Social y de manera automática el sistema generará el resultado de la consulta.

Es importante que las personas se cercioren de que en los registros del IMSS se cuenten con sus datos correctos y actualizados, para acceder a realizar tanto estos trámites digitales como para recibir todos los servicios que ofrece el Instituto.

Para mayor información de los trámites antes señalados se ha puesto a disposición de la población el número 800 623 2323, opción 1, de lunes a viernes en un horario de 8:00 a 20:00 horas, y los sábados y domingos de 8:00 a 14:00 horas.

XVIII. La **Secretaría de Educación Pública SEP** publicó a través de su página web el 4 de enero de 2021:

Boletín SEP no. 2 Se prepara un regreso seguro a las aulas que brinde certeza a la comunidad escolar: SEP

Se prepara un regreso seguro a las aulas que brinde certeza a la comunidad escolar: SEP

- Dentro de la Nueva Escuela Mexicana, las imposiciones y las ocurrencias no caben en el ejercicio horizontal de la educación pública: Esteban Moctezuma Barragán.
- Aprobó el 94 por ciento de maestras y maestros que la SEP haya iniciado el ciclo escolar 2020-2021 con Aprende en Casa II.

De acuerdo con una encuesta, la comunicación entre padres y docentes creció; el 80 por ciento de madres y padres de familia se comunican más de tres veces a la semana con los docentes.

Las grandes decisiones educativas en la Nueva Escuela Mexicana son producto de los acuerdos entre autoridades, docentes y agentes educativos, afirmó el Titular de la Secretaría de Educación Pública (SEP), Esteban Moctezuma Barragán, ya que la Nueva Escuela Mexicana es diferente y flexible, donde las imposiciones y las ocurrencias no caben en el ejercicio horizontal de la educación pública.

De esta manera, es que se respondió con rapidez a la emergencia sanitaria de COVID-19 que sorprendió al planeta, salvando de la parálisis al Sistema Educativo Nacional, lo que dio a México el reconocimiento de organismos internacionales como la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la



Cultura (UNESCO) y la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE).

Ahora se trabaja por un nuevo logro, se prepara un regreso a las aulas, seguro y prudente, sin titubeos ni riesgos, que brinde certeza en lugar de incertidumbre e inestabilidad, como ha ocurrido en otros países, ante un virus impredecible, apuntó Moctezuma Barragán.

Así lo expresó al conocer los resultados de evaluación de la Encuesta sobre Aprende en Casa II, al cumplirse la mitad del ciclo escolar vigente 2020-2021, en la cual participaron, de manera virtual, casi 300 mil docentes de Educación Básica de todo el país, entre ellos directores, supervisores y asesores técnicos pedagógicos, lo que representó 25 por ciento del padrón total de 1.2 millones.

Esta encuesta, que se realizó en respuesta a los acuerdos emanados del Consejo Nacional de Autoridades Educativas (CONAEDU), también se llevó a cabo con niñas, niños y adolescentes, así como con madres y padres de familia, pues forma parte de un seguimiento y evaluación que la SEP aplica para verificar el cumplimiento de metas de los programas y acciones educativas sustantivas, sin que esto represente una carga administrativa o trabajo adicional para el docente y el educando.

Por su parte, el Subsecretario de Educación Básica, Marcos Bucio Mújica, explicó que el programa Aprende en Casa II, inédito en su tipo hasta la llegada de la pandemia, requiere de una retroalimentación sistemática a partir del desempeño de los estudiantes, a fin de tomar decisiones oportunas ante las necesidades diagnosticadas, para modificar y fortalecer las condiciones del proceso de enseñanza-aprendizaje, así como el uso adecuado y eficiente de la tecnología en la educación pública.

De acuerdo con los resultados, el 94 por ciento de las maestras y maestros estimaron que es “positivo e incuestionable” que la SEP haya iniciado el ciclo escolar 2020-2021, con el sistema de educación a distancia Aprende en Casa II y más del 90 por ciento calificó de “correcta la decisión” de difundir, en lo general, las clases por la televisión, mientras que el 70 por ciento prefirió a la radio, específicamente en contextos más alejados.

Asimismo, a los teléfonos celulares se les ve con posibilidades de servir a la educación a distancia, siempre y cuando se piense en estrategias enfocadas a las características de estos dispositivos.



Los docentes encuestados señalaron que Aprende en Casa II tiene una gran aceptación y es un programa muy bien calificado como apoyo didáctico fuera de las aulas, en el que más del 80 por ciento de sus alumnos atienden sus clases virtuales tres veces, o más, por la semana.

En tanto que 88 por ciento de maestras y maestros aprobaron los programas educativos de televisión y radio con una calificación superior al 8. El 80 por ciento destacó la participación de los docentes en las emisiones de radio y televisión.

El 29 por ciento de los encuestados sugirió “no cambiar nada a las emisiones”, excepto adecuar algunos horarios, ya que la didáctica y los temas fueron correctos, además de que se pueden generar actividades más retadoras para el educando, precisaron.

La mitad de los docentes consideró que, la estrategia mantuvo el avance de los aprendizajes, en esta segunda parte de Aprende en Casa.

Los docentes también asumieron que la contingencia generó un amplio compromiso de las familias con el aprendizaje de sus hijos, en donde son las madres de familia quienes más los acompañan, según se reveló por más del 80 por ciento de los consultados.

La comunicación entre padres y docentes es alta, se manifestó por el 68 por ciento de las respuestas de los docentes, quienes aseguraron además que las madres y padres de familia se comunican más de tres veces a la semana con los docentes de sus hijos, de acuerdo al 80 por ciento de los cuestionarios.

Además, el Consejo Técnico Escolar (CTE) fue bien calificado por el 65 por ciento de los docentes, quienes destacaron su función y las guías que se emitieron para acompañarlos en el proceso de aprendizaje.

De esta manera, Aprende en Casa II se consolidó como la estrategia principal para dar continuidad a la educación en casos de emergencia que, aunado a las estrategias locales de docentes, ofrece posibilidades para brindar este servicio educativo en sus modalidades a distancia y de manera híbrida.

Finalmente, Bucio Mújica explicó que dicha encuesta se realizó por el Consejo Técnico Escolar (CTE) de la SEP, como parte del Programa Escolar de Mejora Continua (PEMC), en respuesta a los acuerdos emanados del Consejo Nacional de Autoridades Educativas (CONAEDU).



XIX. La **Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México**, anunció el 4 de enero de 2021, a través de su cuenta oficial de twitter lo siguiente:

¡Cuidémonos todos! Sigue las medidas de higiene y quédate en casa para evitar el contagio de COVID-19
#QuédateEnCasaCDMX
#TeCuidasTúNosCuidamosTodos

Fiscalía General de Justicia Ciudad de México

La #FGJCDMX pone a disposición los teléfonos

(55) 52 00 9000
y 800 745 2369

así como el correo gestion_fiscal@fgjcdmx.gob.mx para atender consultas relativas al curso de las denuncias o avances en los procesos, con la finalidad de que te quedes en casa y protejamos todos ante esta situación de **Covid-19**

COVID-19 EL RETO ES NO CONTAGIAR Y NO CONTAGIARSE

QUÉDATE EN CASA



Si tienes los siguientes síntomas:

- Fiebre
 - Tos
 - Dolor de garganta
 - Dificultad para respirar
- No satures los hospitales ni centros de salud**

Sigue las medidas de higiene:

- Lava tus manos o usa gel antibacterial
- Estornuda o tose en el ángulo interior del brazo
- No toques tu cara
- Limpia y desinfecta superficies de uso común

XX. El **Instituto Nacional de Geriátria INGER**, publicó el 4 de enero de 2021 a través de su cuenta oficial de twitter, la siguiente información:

¡Iniciamos este 2021 con los siguientes curso en línea! #ComunidadINGER
Registro disponible a partir del 11 de enero.

Para más información de los curso visita:

http://bit.ly/INGER_EducacionContinua

Aprende con nuestros cursos en línea INGER

El registro a los siguientes cursos estará disponible a partir del **11 de enero**

Más información en: www.geriatria.salud.gob.mx

- Envejecimiento Saludable**
Impartición: Del 3 al 16 de febrero
- Nutrición en las personas mayores**
Impartición: Del 3 al 16 de febrero
- Prevención de la discriminación y maltrato en las personas mayores**
Impartición: Del 3 de febrero al 2 de marzo
- ICOPE Atención Integrada para un Envejecimiento Saludable***
Impartición: Del 3 de febrero al 2 de marzo

*Curso avalado por el Consejo Mexicano de Geriatria A.C.





XXI. El **Gobierno de la Ciudad de México**, anunció el 4 de enero de 2021 a través de cuenta oficial de Twitter, lo que a continuación se cita:

Si no es necesario que salgas a la calle, mejor #QuédateEnCasa; es muy importante que evites los lugares cerrados, concurridos y aquellos con contacto sin sana distancia para que no te contagies de #COVID19.



Video: <https://twitter.com/GobCDMX/status/1346109129589460999>

XXII. El **Gobierno de la Ciudad de México** publicó el 5 de enero de 2021 a través de su página web el **Comunicado diario 5 de enero**, el cual puede ser consultado en la liga:

http://covid19.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Reportes%20CSP/CS_5_ENERO_compressed.pdf

XXIII. La **Secretaría de Salud de la Ciudad de México** el 5 de enero de 2021 publicó mediante su cuenta oficial de twitter lo siguiente:

Vacúnate cuando sea tu momento.

La #Vacuna contra #COVID19 en México NO está en venta.
#VacunaUniversalYGratuita



XXIV. El Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores INAPAM, el 5 de enero de 2021 publicó en su cuenta oficial de twitter:

Hoy más que nunca es momento de fortalecer las relaciones intergeneracionales. Pequeñas acciones significan mucho.
#MéxicoSolidario



Hoy más que nunca es tiempo de fortalecer las relaciones intergeneracionales.

Las personas mayores de tu comunidad
te necesitan, muestra tu solidaridad
con sencillas acciones a distancia como:

**Monitorear
que se
encuentren bien.**



Un sencillo gesto puede hacer más llevadera
la pandemia para ti y para las personas mayores.

#MéxicoSolidario



BIENESTAR
SECRETARÍA DE BIENESTAR



INAPAM
INSTITUTO NACIONAL DE LAS
PERSONAS ADULTAS MAYORES

gob.mx/inapam

XXV. El **Gobierno de la Ciudad de México** dio a conocer el 5 de enero de 2021 en su cuenta oficial de twitter la información siguiente:

Si saliste positivo en una prueba rápida, es importante que avises a las personas con las que tuviste contacto para que tomen precauciones.

También, aíslate y llama a @locatel_mx para seguimiento médico.

Juntas y #JuntosVamosASalirAdelante



CRÓNICA DE UN RASTREO

Fernando presenta algunos síntomas y sospecha que tiene COVID-19. Manda un mensaje al 51515 para responder el cuestionario.



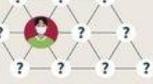
Después del cuestionario, se determina que es un caso sospechoso y se le hace una prueba de COVID-19. En lo que salen los resultados, Fernando debe permanecer en confinamiento.



Fernando dio positivo en un test de COVID-19.



A partir del resultado, se inicia el proceso de rastreo de contactos.



Esto significa crear un mapa de todas las personas con las que la persona que dio positivo tuvo contacto 3 días antes de que empezaran los síntomas.

Fernando es entrevistado por LOCATEL. La información que se recaba es: el nombre, teléfono y dirección de las personas con las que estuvo en contacto.



Esto permite evitar cadena de contagios y detectar zonas de riesgo.



"Usted ha estado en contacto con una persona infectada con COVID-19. Debe permanecer en aislamiento y lo rediregimos a una prueba"




GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO | COVID-19

CIUDAD INNOVADORA Y DE DERECHOS / NUESTRA CASA

XXVI. El **Gobierno de la Ciudad de México**, anunció el 5 de enero de 2021 a través de cuenta oficial de Twitter:

La solución para disminuir contagios está en todas y todos. Sigue estas 5 reglas:

#QuédateEnCasa

Si sales, #SanaDistancia y cubrebocas

#NoEsTiempoDeFiestas

Que una sola persona realice las compras del hogar

Si eres positivo, aíslate y llama al @locatel_mx

5 REGLAS

que todas y todos debemos cumplir para bajar contagios

- 1. Quédate en casa**, si no tienes que salir no salgas
- 2.** Si es indispensable que salgas usa cubrebocas y mantén **sana distancia SIEMPRE**
- 3. NO fiestas**, ni posadas ni reuniones con amigos y familiares
- 4.** Las compras las deberá realizar **solamente una persona del hogar**
- 5. Si eres positivo a Covid-19** aíslate 15 días y llama a Locatel al 55 5658 1111 para seguimiento médico



PROTÉGETE Y PROTEGE A LOS DEMÁS



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO | COVID-19

CIUDAD INNOVADORA Y DE DERECHOS / NUESTRA CASA



XXVII. La **Secretaría de Salud de México**, publicó el 6 de enero de 2021 a través de cuenta oficial de Twitter, lo que a continuación se cita:

Consume bebidas calientes en #TemporadaInvernal.

#QuédateEnCasa. Si tienes que salir, abrígate y refuerza las #MedidasSanitarias:

#SuSanaDistancia

#LávateLasManos

#UsaCubrebocas correctamente

Flecha hacia la derecha <https://coronavirus.gob.mx>

#MeCuido #PorAmorALaVida

Temporada
INVERNAL

En esta temporada
abrígate,
consume bebidas
calientes, usa correctamente
el cubrebocas y lávate
las manos con frecuencia

Evita acudir a fiestas y reuniones
Abracemos desde #SuSanaDistancia,
protejamos la salud y la vida

#QuédateEnCasa
#PorAmorALaVida

GOBIERNO DE
MÉXICO | **SALUD**
SECRETARÍA DE SALUD

f t i g y gob.mx/salud

XXVIII. El **Instituto Nacional de las Personas Mayores INAPAM**, publicó el 6 de enero de 2021 a través de cuenta oficial de Twitter:

La pandemia sigue. ¡Mantengamos en todo momento las medidas preventivas contra el #COVID19!



Lavado de manos durante al menos 20 segundos con agua y jabón, en caso de no contar con agua y jabón se pueden usar soluciones alcoholadas al 60%.



Limpiar y desinfectar las superficies y objetos de uso común. (Con agua y jabón o con una solución clorada)

Medidas preventivas contra el COVID-19

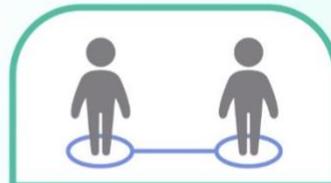
En todos los niveles de riesgo se recomienda:



Uso de cubrebocas.



Etiqueta respiratoria (cubrir nariz y boca con el ángulo interno del codo o con un pañuelo desechable)



Mantener una sana distancia entre personas (de 1.5 metros a 2 metros)



En caso de presentar síntomas compatibles y no formar parte de un grupo vulnerable ni tener indicios de dificultad respiratoria, recuperarse en casa, de lo contrario acudir al médico.

Referencias:

- <https://politica.expansion.mx/mexico/2020/10/23/semaforo-covid-1-estado-regresa-a-rojo-19-quedan-en-naranja-y-11-en-amarillo>
- <https://coronavirus.gob.mx/semaforo/>
- <https://covid19.cdmx.gob.mx/huevanormalidad>
- <https://www.milenio.com/estados/semaforo-coronavirus-en-amarillo-que-significa>
- <https://www.milenio.com/politica/comunidad/plan-regreso-normalidad-cdmx-lineamientos-coronavirus>



BIENESTAR
SECRETARÍA DE BIENESTAR



INAPAM
INSTITUTO NACIONAL DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES



XXIX. El Instituto Nacional de las Personas Mayores INAPAM, publicó el 7 de enero de 2021 a través de cuenta oficial de Twitter, lo que a continuación se indica:

¿Qué actividades cognitivas pueden realizar las #PersonasMayores durante la pandemia. Aquí te decimos:
Si puedes, #QuédateEnCasa

Recomendaciones de actividades cognitivas para las personas mayores durante la pandemia.

	Jugar ajedrez		Jugar basta		Jugar dominó
	Armar rompecabezas		Colorear mandalas		Dibujar
	Jugar memorama		Ver películas		Jugar baraja
	Organizar fotos en álbumes		Leer libros, revistas, cuentos, etc.		Resolver crucigramas, sopas de letras, etc.

Referencias: Dirección de Atención Geriátrica del INAPAM, coronavirus.gob.mx, imss.gob.mx, www.gob.mx/conapo, www.inegi.org.mx

BIENESTAR |
 INAPAM

[gob.mx/inapam](https://www.gob.mx/inapam)



XXX. La **Secretaría de Salud de México**, publicó el 7 de enero de 2021 a través de cuenta oficial de Twitter:

AVISO IMPORTANTE a todo el #PersonalDeSalud

Si recibiste notificación o tienes cita para recibir la #Vacuna contra #COVID19, realiza estos pasos.



AVISO IMPORTANTE A TODO EL PERSONAL DE SALUD



XXXI. La Secretaría de Salud publicó el 7 de enero de 2021, el documento **Guía Técnica de aplicación de vacuna BNT162b2 contra el virus SARS-CoV-2**, a través del Portal de Internet COVID-19, el cual manifiesta que:

Descripción de la vacuna

La vacuna está compuesta por ácido ribonucleico mensajero (ARNm) de una sola cadena, producido por transcripción (in vitro) libre de células a partir de plantillas de ácido desoxirribonucleico (ADN) que tiene la información que codifica la producción de la proteína viral S (“Spike”) del SARS-CoV-2, agente causal de la COVID-19. La proteína S, también es conocida como proteína de pico, de espiga o de espiga. El ARNm está introducido en nanopartículas de lípidos (ácidos grasos) purificados.

La vacuna faculta a las células de las personas vacunadas, para producir la proteína S, en ausencia del virus SARS-CoV-2, activando así al sistema inmune de las personas vacunadas, para la producción de anticuerpos neutralizantes específicos



contra este virus, que al unirse a la proteína S viral, impiden que él virus se acople a los receptores ACE2 de las células de las personas vacunadas, dificultando su entrada a las células.

De acuerdo con la información para prescribir, la vacuna contiene menos de 1 mmol (39 mg) de potasio y menos de 1 mmol de sodio (23 mg) por dosis, por lo que puede considerarse libre de potasio y libre de sodio.

Presentación

La vacuna se presenta en frasco ampola de 0.45 mL que, una vez reconstituido, contiene 5 dosis de 30 microgramos (μg) cada una, de la vacuna mRNA BNT162b2.

Conservación

Los frascos ampola de la vacuna congelada, pueden mantenerse hasta por 6 meses a una temperatura de $-80\text{ }^{\circ}\text{C}$ a $-60\text{ }^{\circ}\text{C}$. Durante el almacenamiento se debe minimizar la exposición a la luz de la habitación y evitar la exposición a la luz solar directa y ultravioleta.

Una vez descongelada, la vacuna sin diluir puede almacenarse hasta por 5 días (120 horas) entre 2°C y 8°C .

Eficacia

La eficacia general a los 7 días posteriores a la aplicación de la segunda dosis de la vacuna, comparada con las personas que recibieron placebo (sustancia inocua diferente a la vacuna), fue de 95% (IC 95% 90.3%-97.6%) en los participantes sin evidencia de infección previa con SARS-CoV-2, en el ensayo clínico de Fase III.

El efecto protector de la vacuna puede verse afectado por factores como el manejo no adecuado de la cadena de frío, técnicas inadecuadas de dilución y de aplicación.

El análisis de los resultados hasta ahora disponibles, no permiten establecer la duración del efecto protector.

Esquema, dosificación, vía y sitio de administración

No. Dosis	Dosis	Vía de aplicación	Sitio de aplicación
1ª dosis (Considérese día 0)	0.3 mL	Intramuscular	Músculo deltoides del brazo de menor uso



2ª dosis (21 días después de aplicada la primera dosis)			
---	--	--	--

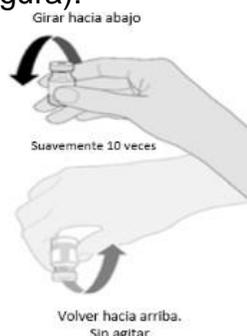
La vacuna está indicada para ser aplicada a personas a partir de los 16 años cumplidos. Como se observa en el cuadro, el esquema de vacunación es de dos dosis de 0.3 mL aplicadas por vía intramuscular en el músculo deltoides del brazo de menor uso, con un intervalo entre ambas de 21 días.

Procedimientos para la descongelación de los frascos ampula de vacuna

- Una vez abierta la caja térmica que contiene los paquetes (charolas) de 195 frascos ampula de vacuna congelados (975 dosis), los frascos ampula congelados deben introducirse al refrigerador para que se descongelen a una temperatura de entre +2°C y +8°C, procedimiento que tardará aproximadamente 3 horas cuando se introduce la charola completa de 195 frascos ampula.
- Si la vacunación iniciará en forma prácticamente inmediata a la recepción de la caja térmica por la empresa productora, los frascos ampula deben descongelarse a una temperatura ambiental de hasta 25°C, el procedimiento tardará 30 minutos.
- Una vez descongelada, la vacuna sin diluir se puede almacenar hasta por 5 días (120 horas) entre +2°C y +8°C.

Procedimientos para la preparación y aplicación de la vacuna

1. Antes de la dilución. Por cada frasco ampula de vacuna, se recomienda hacer la dilución, cuando se tengan 5 personas esperando turno para ser vacunadas.
 - Realice higiene de manos con agua y jabón.
 - Vigile que la vacuna se presente en forma blanquecina sin partículas visibles no blanquecinas.
 - Deberá invertir suavemente el frasco ampula descongelado 10 veces sin agitarlo (como muestra la figura).

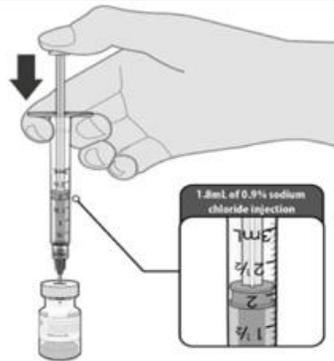




- En cualquier etapa de su preparación, el frasco ampula NO debe sacudirse o agitarse.
- Si la vacuna presenta partículas no blanquecinas o decoloración, debe desecharse.

2. Dilución.

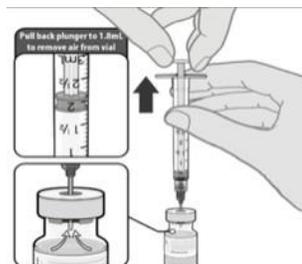
- Antes de realizar este procedimiento, deberá realizar la higiene de manos con alcohol-gel al 60% o 70%.
- Verifique que la ampolleta del diluyente, es de cloruro de sodio al 0.9% y que se mantiene a temperatura ambiente entre **+2 °C y +25 °C**.
- Limpie el cuello de la ampolleta del diluyente con una almohadilla o torunda alcoholada, a continuación, lime con una “sierrita” y retire los residuos del polvo, cubra con una almohadilla seca y rómpala con cuidado para evitar accidentes.
- **Aspire 1.8 mL del diluyente**, con una jeringa desechable de 3 ml y aguja 20 X 32 mm, por ningún motivo se obtendrá más volumen de la misma ampolleta, por lo que deberá desecharse el resto del diluyente.
- Retire la tapa del frasco ampula de la vacuna y limpie con una torunda alcoholada la parte del hule del frasco, deje secar, a continuación, introduzca la jeringa cargada con 1.8 ml de cloruro de sodio al 0.9% en el frasco ampula.



Advertencia:

El cloruro de sodio debe ser sin conservantes. La solución de 0.9 % es el único diluyente que debe utilizarse.

- Equilibre la presión del frasco ampula antes de retirar la aguja del vial, extrayendo 1,8 ml de aire en la jeringa de diluyente vacía.
- Nuevamente invierta suavemente el frasco ampula con la dilución 10 veces. NO sacudir ni agitar (como se muestra en la figura).

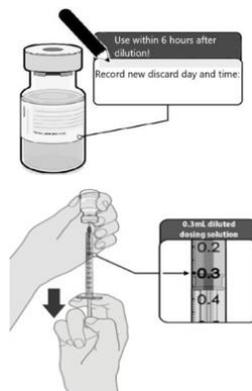




- La vacuna diluida debe presentarse como una solución blanquecina y homogénea sin partículas visibles. Se debe desechar la vacuna diluida si hay partículas o decoloración, al terminar la dilución.

3. Después de realizada la dilución.

- El frasco ámpula deberá marcarse con una etiqueta que indique la fecha y la hora en que la vacuna fue diluida. A partir de ese momento se deben contar las 6 horas en las que podrá usarse ésta, manteniéndola a temperatura ambiente de entre +2 °C y +25 °C.
- El frasco ámpula conteniendo 5 dosis diluidas de 0.3 ml, se colocará sobre un campo de papel de estraza o manila en la mesa de trabajo a temperatura ambiente.



4. Ningún frasco ámpula podrá usarse por más de 6 horas posteriores a la hora exacta en que se hizo la dilución.

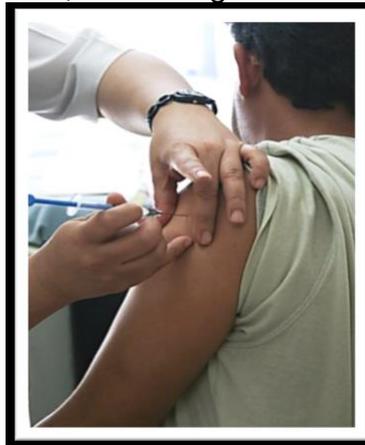


Técnica para preparar la vacuna

- Realice la higiene de manos
- Tome el envase que contiene la vacuna, verifique que se trata de la vacuna mRNA/BioNTech BNT162b2
- Observe el aspecto, consistencia y color de la vacuna debe de ser blanquecino y homogéneo, sin partículas ni decoloración.
- Limpie el tapón de hule del frasco ámpula con una almohadilla o torunda alcoholada y deje secar.
- Cargue la jeringa de 0.5 mL con aguja de 20 X 32 mm exactamente con 0.3 ml de la vacuna.
- Cambie la aguja 20 X 32 mm por otra de calibre 22 X 32 mm, para aplicar la vacuna.

Técnica para aplicar la vacuna

- Descubra el sitio de aplicación.
- Realice limpieza de arriba hacia abajo o en forma circular del centro a la periferia con una torunda alcoholada, sin pasar por el mismo sitio.
- Deje secar el sitio donde se aplicará la vacuna.
- Retire la funda protectora o capuchón de la aguja para aplicar la vacuna.
- Con una mano estire la piel con los dedos pulgar e índice.
- Con la otra mano tome la jeringa, con el bisel de la aguja hacia arriba en un ángulo de 90° sobre el plano de la piel.
- Introduzca la aguja por vía intramuscular.
- Presione el émbolo para que penetre la vacuna.
- Fije ligeramente la piel con una torunda seca, cerca del sitio donde está inserta la aguja, y retire la jeringa inmediatamente después de haber introducido el líquido.
- Estire la piel para perder la luz del orificio que dejó la aguja.
- Presione por 30 a 60 segundos con la torunda, sin dar masaje.
- Al concluir el procedimiento, realice higiene de manos.



Observación post-vacunación



- Indicar a la persona vacunada, que pase al área de observación del módulo de vacunación, donde permanecerá por 30 minutos.
- En esta área, personal de salud debe informarle que reacciones podrían presentarse principalmente en los dos días siguientes a la vacunación, las que se describen en la sección de eventos supuestamente atribuibles a vacunación o inmunización (ESAVI).
- Si durante su estancia de 30 minutos en el área de observación, alguna persona vacunada presentara alguna reacción alérgica ya sea leve o de mayor magnitud, fuera del módulo, se contará disponible una ambulancia con personal de salud capacitado para su atención y en caso de requerir tratamiento adicional, le trasladaran a una unidad de salud previamente identificada para la atención debida.
- La probabilidad de que se presente una reacción alérgica grave es muy baja a nivel mundial y en México, la misma fluctúa entre 1 en cada 100,000 a 1 en cada millón de personas vacunadas con biológicos diferentes a éste.
- Al terminar la estancia de 30 minutos en el área de observación, la persona saldrá del módulo de vacunación. La plataforma de registro de la dosis aplicada enviará un comprobante en forma automática a su correo electrónico o a su teléfono celular. En el comprobante automatizado, se indicará la fecha en que se aplicó la primera dosis de la vacuna y el día, hora y mes en que deberá acudir 21 días después a la cita para la aplicación en el mismo módulo, de la 2ª dosis de esta misma vacuna (si llevó la Cartilla Nacional de Salud, se le devolverá ésta, con el registro de la dosis aplicada).

Contraindicaciones

Contraindicaciones absolutas. La vacuna está contraindicada en personas que recientemente hayan presentado COVID-19 y aun no se recuperen, personas con antecedente de alergia grave (tipo reacción anafiláctica), personas que han recibido transfusión sanguínea o aplicación de hemoderivados conteniendo anticuerpos, o tratamiento con plasma o anticuerpos monoclonales contra COVID-19 en los 3 meses previos al día de la vacunación y en las personas con hipersensibilidad conocida a los componentes de la vacuna (en especial al polietilenglicol o PEG).

Personas en estado de embarazo y menores de 16 años. Debido a que en los ensayos clínicos Fase III no fueron incluidos personas menores de 16 años, ni en estado de embarazo, la aplicación de la vacuna mRNA/BioNTech BNT162b2 está contraindicada en esta población.

Personas que viven con inmunosupresión. La inmunosupresión no es una contraindicación absoluta, ya que, al considerar que la vacuna mRNA/BioNTech



BNT_{162b2} no se desarrolló bajo la plataforma de virus vivos atenuados, potencialmente se trata de una vacunación segura, sin embargo, la respuesta inmune a la vacunación podría ser diferente a la presentada por personas inmunocompetentes.

Énfasis en situaciones específicas

Considerando que la vacuna BNT162b2

- No contiene virus atenuados ni inactivados en su composición
- Que la OMS ha recomendado mantener la lactancia materna aun en los casos en que la madre tiene un cuadro clínico activo de COVID-19
- Que la Autoridad Regulatoria Nacional de México (COFEPRIS) no incluye a la lactancia como una contraindicación para la vacunación contra COVID-19
- Que la lactancia materna es fundamental para el desarrollo saludable físico y emocional de las y los lactantes y para el contacto piel con piel de las niñas y niños con su madre, en beneficio del binomio madre-hijo
- Se subraya, que pueden vacunarse las mujeres que lactan a su bebé y no se recomienda suspender la lactancia al bebé ni antes, ni después de que se aplique este biológico a sus madres.

Precauciones por considerar para posponer y reprogramar la aplicación de la vacuna

Deben reprogramar la aplicación de la vacuna las personas que presenten temperatura corporal mayor a 38°C, trastornos de tipo hemorrágico, menos de 30 días de haber recibido la vacuna contra la influenza, y que recientemente han tenido COVID-19 y aún continúan con síntomas de este padecimiento.

Vivir con inmunosupresión, no se considera una contraindicación absoluta como se refirió anteriormente, por lo que las personas que presentan esta situación y después de ser advertidas que podrían presentar una respuesta inmune inferior a la presentada por personas inmunocompetentes, podrían vacunarse si no presentan las condiciones descritas en el párrafo anterior.

Eventos supuestamente atribuibles a la vacunación o inmunización (ESAVI)

Entre los participantes del ensayo clínico de Fase III que recibieron vacuna, los resultados de los eventos adversos hasta ahora analizados, muestran que cuando se presentaron, los eventos más frecuentes fueron dolor en el sitio de inyección, fatiga, dolor de cabeza, mialgia, artralgia y fiebre, los cuales fueron de intensidad leve a moderada y se resolvieron espontáneamente o cedieron a los analgésicos de tipo paracetamol, dentro de las 48 horas posteriores a la vacunación.



En caso de presentar dolor en el sitio de inyección, no se recomienda la aplicación de compresas húmedas (ni frías, ni tibias, ni calientes), y tampoco el consumo de analgésicos del tipo salicilatos, cuyos efectos secundarios podrían relacionarse erróneamente con la vacunación.

En caso de presentar alergia grave después de los 30 minutos de observación en el módulo de vacunación, indicar a la persona vacunada, que solicite o sea llevada para atención médica inmediata al hospital más cercano al sitio donde se encuentre.

Los ESAVI graves ya sea que ocurran durante los 30 minutos de observación, o posteriormente, deberán notificarse en forma inmediata a su detección por los servicios de salud públicos y privados, a la jurisdicción sanitaria respectiva y al nivel jerárquico superior de la institución de salud, para que cuanto antes se inicie el registro, investigación y seguimiento del caso.

El personal de los servicios de salud públicos y privados que atiende los casos de ESAVI no graves (como los referidos anteriormente o diferentes pero que el paciente sospecha que están relacionados con la vacunación), deberá notificarlos al área de epidemiología de la jurisdicción sanitaria, para su registro, y en caso de requerirse, estudio y seguimiento, de acuerdo con los niveles normativos de la vigilancia epidemiológica establecidos en el Sistema Nacional de Vigilancia Epidemiológica.

En cualquier situación, de presentarse ESAVI no graves en los días siguientes a la vacunación, debe recomendarse a los vacunados evitar la automedicación y solicitar atención médica en la unidad de salud más cercana a su domicilio.

Registro de dosis aplicadas

La plataforma automatizada de registro emitirá un comprobante que será enviado a su correo electrónico y/o teléfono celular. Las dosis aplicadas se podrán registrar también en el apartado de “otras vacunas” de la Cartilla Nacional de Salud, si la persona, lleva consigo este documento.

Figura 1. Hoja para el registro de la vacuna contra el SARS-CoV-2 en la Cartilla Nacional de Salud.



ESQUEMA DE VACUNACIÓN					
VACUNA	ENFERMEDAD QUE PREVIENE	DOSIS		EDAD Y FRECUENCIA	FECHA DE VACUNACIÓN
SR (Los que no han sido vacunados o tienen esquema incompleto, hasta los 39 años de edad)	SARAMPIÓN Y RUBÉOLA	SIN ANTECEDENTE VACUNAL	PRIMERA	AL PRIMER CONTACTO	
			SEGUNDA	4 SEMANAS DESPUÉS DE LA PRIMERA	
Td	TÉTANOS Y DIFTERIA	CON ESQUEMA INCOMPLETO	DOSIS ÚNICA	AL PRIMER CONTACTO	
		CON ESQUEMA COMPLETO	REFUERZO	CADA 10 AÑOS	
		CON ESQUEMA INCOMPLETO O NO DOCUMENTADO	PRIMERA	DOSIS INICIAL	
		SEGUNDA	1 MES DESPUÉS DE LA PRIMERA DOSIS		
		TERCERA	12 MESES POSTERIORES A LA PRIMERA DOSIS		
INFLUENZA ESTACIONAL	INFLUENZA	PERSONAS CON FACTORES DE RIESGO		ANUAL	
OTRAS VACUNAS					

Ejemplo de registro de 2 dosis aplicadas en la CNS:

Enfermedad que previene (agregar en el segundo renglón el nombre de la vacuna).

Primer renglón: COVID-19

Segundo renglón: mRNA BNT162b2

Tercer renglón: Pfizer/BioNTech

Dosis. Dejar sin llenar la primera sub-columna.

- 1ª sub-columna: dejarla sin llenar
- 2ª sub-columna:

Primer renglón: Escribir "1" que corresponde a primera dosis.

Segundo renglón: Escribir "2" que corresponde a segunda dosis.

Edad y Frecuencia.

Primer renglón: Escribir "Primer contacto".

Segundo renglón: Escribir "21 días después de la primera dosis".

Fecha de vacunación.

Primer renglón: Escribir la fecha de la aplicación de la primera dosis.

Segundo renglón: Escribir la fecha de la aplicación de la segunda dosis.

Figura 2. Ejemplo de llenado del apartado "otras vacunas" de la Cartilla Nacional de Vacunación.



OTRAS VACUNAS	COVID-19		Primera	Primer contacto	24/12/2020
			Segunda	21 días después	14/01/2021
	Pfizer/BioNTech			de la primera dosis	

6

Desecho de frascos ampula de la vacuna y de residuos de la vacunación

Los frascos ampula utilizados deben marcarse con la fecha y hora de desecho. Cualquier frasco con sobrante no utilizado dentro de las primeras 6 horas posteriores al inicio de la dilución, deberá ser desechado.

Opciones de manejo y disposición final de residuos de vacuna contra el virus SARS-CoV-2.

Residuos generados	Contenedor (Envasado)	Color	Clasificación	Disposición final
Jeringas sin agujas, torundas, funda protectora	Bolsa de polietileno	Transparente	Residuos sólidos urbanos	Basurero municipal

Residuos generados	Contenedor (Envasado)	Color	Clasificación	Disposición final
de la aguja y envoltura de papel de la jeringa				
Frascos ampula de vacuna	Bolsa de polietileno (Viales sin etiqueta)	Transparente	Residuos sólidos urbanos	Basurero municipal, una vez inactivados los frascos sin etiqueta
	Contenedor recolector rígido con cierre hermético	Rojo	RPBI No anatómico	



<p>1. Abiertos sin* y con residuo** 2. Cerrados***</p>	<p>Frascos ampula sin etiqueta se colocan en cajas vacías de jeringas</p>	<p>Caja marcada con la leyenda: "Residuos de manejo especial"</p>	<p>RPBI No anatómico Previamente se inactivan por exposición a calor seco en la autoclave a una temperatura de 121°C durante 30-45 minutos</p>	<p>Recolección, transporte externo y disposición final por empresa autorizada por SEMARNAT</p>
<p>Agujas de reconstitución y de aplicación de la vacuna</p>	<p>Contenedor rígido para objetos punzocortantes</p>	<p>Rojo</p>	<p>RPBI Punzocortante</p>	

*Frascos ampula en los que se hizo la dilución de su contenido y se usaron las 5 dosis en su totalidad.

** Frascos ampula en los que se hizo la dilución de su contenido y no se usaron las 5 dosis quedando un residuo de vacuna sin haberse aplicado, por haber pasado más de 6 horas desde el momento en que se hizo la dilución.

***Frascos ampula descongelados que permanecieron cerrados, pero que pasaron más tiempo del permitido para su uso: más de 5 días a temperatura de refrigeración de 2°C a 8°C.

Manejo de Residuos de la vacunación.

En el cuadro anterior, pueden verse los procedimientos y disposición final de los residuos producidos durante la aplicación de la vacuna mRNA BNT162b2 contra COVID-19, los que deberán ser identificados y separados de acuerdo con sus características físicas y de riesgo.

Los frascos ampula de vacuna con y sin residuos, no son Residuos Peligrosos Biológico Infeccioso (RPBI) de acuerdo con Norma Oficial Mexicana NOM-087-SEMARNAT/SS1- 2002, que establece la clasificación y especificaciones de manejo de los RPBI; sin embargo, como medida preventiva para evitar el mal uso de los frascos ampula, serán clasificados como RPBI no anatómicos y permanecerán temporalmente en los módulos de aplicación, hasta su recolección, transporte externo y disposición final por una empresa contratada por las instituciones del sector salud del catálogo de empresas autorizadas por la SEMARNAT.



XXXII. La Secretaría de Salud a través de su página web publicó el 7 de enero de 2021 el **Boletín No. 005. Vacunas contra COVID-19 son gratuitas, no se pueden comercializar: Ricardo Cortés Alcalá**, en el que señala lo siguiente:

- Las vacunas se irán aplicando por fases, conforme lleguen las dosis a nuestro país, afirmó el director general de Promoción de la Salud.

El Director General de Promoción de la Salud, Ricardo Cortés Alcalá, exhortó a la población a evitar caer en engaños y falsas promesas con la venta de supuestas vacunas contra COVID-19, pues el mayor riesgo de esto es perder la vida.

Durante la conferencia de prensa para dar a conocer la actualización del informe técnico sobre la pandemia, Cortés Alcalá dijo que en el mejor de los casos, quienes engañan con la venta y aplicación de supuestas vacunas podrían inyectar agua destilada, o podrían usar sustancias tóxicas que puedan causar la muerte.

Ante ello reiteró que el plan nacional de vacunación está en marcha, es universal, gratuito y su aplicación es voluntaria. La meta es vacunar a 116 millones de mexicanos y mexicanas y en el logro de este objetivo los gobiernos estatales juegan un papel fundamental ante las 32 realidades distintas que tiene cada región del país.

Al presentar el avance de la vacunación, el Director General de Promoción de la Salud dio a conocer que este 7 de enero, cuatro mil 444 profesionales de la salud recibieron la vacuna contra COVID-19, para sumar un total de 58 mil 402 personas inmunizadas desde el pasado 24 de diciembre.

Asimismo, indicó que ya se aplicaron todas las vacunas de los embarques del 23, 26 y 30 de diciembre y hoy comenzó a utilizarse el 9 por ciento de las que llegaron el 5 de enero.

Durante la conferencia de prensa, el funcionario presentó también el Comunicado Técnico Diario COVID-19 en México, que se encuentra disponible en <https://coronavirus.gob.mx/>.

La mejor vacuna es cuidarnos mutuamente

XXXIII. Instituto Mexicano del Seguro Social el 7 de enero de 2021, a través de su página web publicó el **Comunicado No. 012/2021 Para evitar salir de casa y prevenir contagios por COVID-19, los pagos de aseguramientos voluntarios se pueden realizar vía SPEI**, en donde señala lo siguiente:



- El pago vía SPEI de la renovación de modalidades de aseguramiento voluntarias se habilitó al inicio de la pandemia, además de la obtención del formato de pago de la renovación o inscripción a estos esquemas a través de los servicios de IMSS Digital.

Con el semáforo epidemiológico en rojo o naranja, colores que prevalecen en todo el país ante el repunte de contagios por COVID-19, los ciudadanos deben mantenerse en casa para evitar riesgos de contagio, por lo que el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) promueve la realización vía remota de diversos trámites, entre ellos, el pago de esquemas de aseguramiento voluntario a través del Sistema de Pagos Electrónicos Interbancarios (SPEI).

Este servicio de pago por SPEI, que se puso a disposición de la población desde el inicio de la pandemia, permite cubrir el pago de los seguros correspondientes a las siguientes modalidades de aseguramiento:

- Seguro de Salud para la Familia.
- Trabajadores independientes.
- Patrón persona física con trabajadores a su servicio.
- Continuación Voluntaria al Régimen Obligatorio.
- Seguro Facultativo.
- Personas trabajadoras del hogar.

El pago de estos esquemas vía SPEI se habilitó con el objetivo de inhibir el desplazamiento de los derechohabientes, principalmente a lugares concurridos, y este servicio permanece para beneficio de los asegurados.

Para acceder a este mecanismo, los asegurados sólo tienen que generar previamente su formato de pago a través de los servicios de IMSS Digital, realizar el pago vía SPEI del monto exacto a pagar –a través del portal o la APP de su banco-, a la cuenta CLABE 044180001068672782 o cuenta 00106867278, ambas del banco Scotiabank, indicando como nombre del beneficiario al IMSS y como referencia, concepto o motivo de pago el número de seguridad social correspondiente al aseguramiento. Una vez concluido el pago, deberán remitir un correo electrónico a coordinacion.afil@imss.gob.mx indicando como asunto el número de seguridad social y anexando el comprobante y formato de pago.

El trámite de contratación de estas incorporaciones al Seguro Social se realiza de manera digital, en el portal del IMSS y el monto indicado en el formato de pago también se puede cubrir mediante la transferencia bancaria en línea.

En el número telefónico 800 623 2323 opción 1 los derechohabientes pueden obtener orientación y mayor información sobre el pago vía SPEI o los



procedimientos de inscripción a los esquemas voluntarios. Este número telefónico ofrece atención de lunes a viernes de 8:00 a 20:00 horas, y sábados y domingos de 8:00 a 14:00 horas.

XXXIV. El **Instituto Nacional de las Personas Mayores INAPAM**, dio a conocer el 8 de enero de 2021 a través de cuenta oficial de Twitter, la siguiente información:

#SabíasQue... Respetar las rutinas de alimentación de las Personas Mayores durante la pandemia, los ayudará a estar sanos física y emocionalmente.
¡No bajes la guardia. La pandemia aún no termina!



Rutina de alimentación para personas mayores durante la pandemia.



Respetar los horarios cotidianos de ingesta de alimentos.



Consumir agua, té y aguas de frutas.



Respetar las horas de descanso de la persona mayor y de la familia.



Cuidar que la alimentación sea balanceada, que incluya frutas, verduras, huevo, frutos secos, cereales, carnes y pescado.

Referencias: Dirección de Atención Geriátrica del INAPAM, [coronavirus.gob.mx](https://www.coronavirus.gob.mx), [imss.gob.mx](https://www.imss.gob.mx), www.gob.mx/conapo, www.inegi.org.mx





XXXV. La **Secretaría de Salud de México**, publicó el 8 de enero de 2021 a través de cuenta oficial de Twitter:

Protege la salud y la vida de tus seres queridos.

Evita las reuniones y aplica las #MedidasSanitarias:

- ✓ @SusanaDistancia
- ✓ #LavadoDeManos frecuente
- ✓ #UsaCubre bocas correctamente

Conoce más en Flecha hacia la derecha <https://coronavirus.gob.mx>

#MeCuido #PorAmorALaVida

Protejamos la salud y
la vida con
#SuSanaDistancia

#MeCuido
#PorAmorALaVida

#LavadoDeManos frecuente y uso correcto de #Cubre bocas

GOBIERNO DE MÉXICO | SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

f t @ gov.mx/salud

XXXVI. La **Secretaría de Salud de México**, publicó el 8 de enero de 2021 a través de cuenta oficial de Twitter, la información siguiente:

Si tienes que salir a comprar comida o medicinas, abrigate y refuerza las #MedidasSanitarias:

- ✓ @SusanaDistancia
- ✓ #LávateLasManos
- ✓ #UsaCubre bocas correctamente



#QuédateEnCasa e infórmate en Flecha hacia la derecha <https://coronavirus.gob.mx>

#MeCuido #PorAmorALaVida

Susana Distancia

SALIR A COMPRAR
PARTE I

SI NO TIENES ALGO INDISPENSABLE QUE HACER, POR FAVOR QUÉDATE EN CASA.

PERO SI LO NECESITAS, TOMA ESTO EN CUENTA:

- QUE SÓLO VAYA UNA PERSONA A COMPRAR COMIDA O MEDICINAS
- SIEMPRE HAY QUE MANTENERSE A METRO Y MEDIO DE LOS DEMÁS.
- RECUERDA: SÓLO ABREN NEGOCIOS INDISPENSABLES.

¡QUÉDATE EN CASA!

VISITA
CORONAVIRUS.GOB.MX

MATERIAL GRÁFICO ELABORADO: DOMINGO 13 DE DICIEMBRE DE 2020





XXXVII. El Gobierno de la Ciudad de México anunció el 8 de enero de 2021 a través de una nota publicada en el Portal de Internet COVID-19 CDMX, en el que señala **semáforo Rojo en la CDMX:**

COVID 19

SEMÁFORO ROJO EN LA CDMX

Ciudad de México, 8 de enero de 2021

GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO



SEGUIMOS EN SEMÁFORO ROJO CON LAS MISMAS RESTRICCIONES

Los cambios a futuro dependerán de la evaluación de los indicadores epidemiológicos



Indicadores del semáforo epidemiológico Secretaría de Salud del Gobierno de México

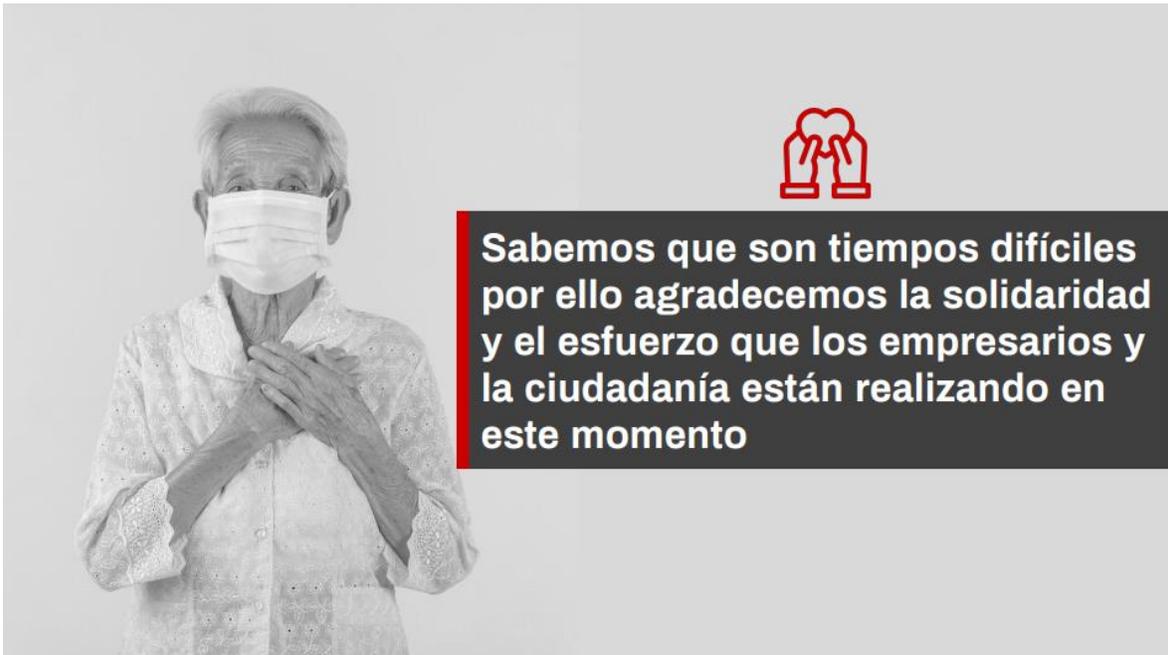
El Gobierno de México ha determinado los siguientes indicadores epidemiológicos por la Ciudad de México

Resultados de los indicadores

- Tasa de reproducción efectiva (Rt) de COVID-19
 - 1.00
- Tasa de incidencia de casos estimados activos por 100 mil habitantes
 - 256
- Tasa de mortalidad por 100 mil habitantes
 - 15.6
- Tasa de casos hospitalizados por 100 mil habitantes
 - 55.2
- Porcentaje de camas generales ocupadas en los hospitales de la Red IRAG
 - 86%
- Porcentaje de camas con ventilador ocupadas en los hospitales de la Red IRAG
 - 82%
- Porcentaje semanal de positividad al virus SARS-CoV-2
 - 35%
- Tendencia de síndrome COVID-19 por 100 mil habitantes
 - -4,701
- Tendencia de la mortalidad IRAG por 100 mil habitantes
 - 0.0253
- Tendencia de casos hospitalizados por 100 mil habitantes
 - 0.4242

Resultados de la estimación final

- Puntos totales para semáforo
 - 35
- Nivel de riesgo epidémico
 - Riesgo Máximo (Rojo)





Ciudad de México, 8 de enero de 2021

APOYOS ECONÓMICOS

Apoyos económicos ante semáforo rojo



10,011 solicitudes de microcréditos



69,210 registros del programa de apoyo
emergente para trabajadores de restaurantes
14,555 dispersados



1,180,384 apoyos del Programa Mi
Beca para empezar



Más información de cómo solicitar algún apoyo
en: covid19.cdmx.gob.mx



5 reglas de cumplimiento urgente para toda la población

- 1 Quédate en casa
- 2 Si es indispensable que salgas usa cubrebocas y mantén sana distancia SIEMPRE
- 3 No fiestas ni reuniones con amigos y familiares
- 4 Las compras las deberá realizar solamente una persona del hogar
- 5 Si eres positivo a Covid-19 aíslate 15 días y llama a Locatel al 55 56 58 11 11 para seguimiento médico



**ES TU VIDA Y LA DE TU FAMILIA
LA QUE ESTÁ EN JUEGO**

No habrá esfuerzo humano de personal médico ni infraestructura de atención suficiente que logre hacerle frente a la pandemia **sin la colaboración y la responsabilidad de todos**



XXXVIII. El Gobierno de la Ciudad de México anunció el 8 de enero de 2021 a través de una nota publicada en el Portal de Internet COVID-19 CDMX, en el que señala **se mantienen Semáforo Rojo y suspensión de actividades no esenciales en la Ciudad de México:**

- ******Autoridades capitalinas anunciaron la condonación total para enero del impuesto sobre nóminas a negocios con giro de restaurantes, giros mixtos que incluyan restaurantes y comercios del Centro Histórico
- La Jefa de Gobierno informó que se trabaja en la ampliación de camas en el Hospital General de Tláhuac, Topilejo, de la SEDENA, SEDESA y hospitales privados; también que se han aplicado 41 mil 130 dosis de la vacuna contra COVID-19 a trabajadores de la salud******

El Gobierno capitalino anunció que se mantiene el Semáforo Epidemiológico color Rojo en la Ciudad de México, así como la suspensión temporal de todas las actividades económicas no esenciales, con el objetivo de disminuir contagios y hospitalizaciones por Coronavirus (COVID-19), por lo que las medidas y cambios a futuro dependerán de la evaluación de los indicadores epidemiológicos.

La Jefa de Gobierno, Claudia Sheinbaum Pardo, resaltó que actualmente la Ciudad de México está el más alto nivel de hospitalización registrado desde el inicio de la pandemia, por lo que es fundamental la responsabilidad de la ciudadanía para mantener las restricciones y medidas sanitarias, con el propósito de disminuir los contagios y hospitalizaciones por COVID-19.

“La ciudad está en Semáforo Rojo y se mantiene con las medidas para los siguientes días, con las mismas restricciones (...) sabemos que son tiempos difíciles y por eso, agradecemos la solidaridad y el esfuerzo que empresarios y ciudadanía en general están realizando en este momento. Es indispensable mantener esta situación de disminución de movilidad en la ciudad, es responsable hacerlo”, expresó.

Sheinbaum Pardo informó que para enero se llevará a cabo la condonación total del impuesto sobre nóminas a negocios con giro de restaurantes, giros mixtos que incluyan restaurantes y a comercios con actividades no esenciales del Polígono A y B del Centro Histórico. Con estas acciones, se estima apoyar a 2 mil 925 contribuyentes con un monto aproximado de condonación del 40.5 millones de pesos.

Con la condonación del impuesto sobre nóminas a negocios con giro de restaurantes y giros mixtos que incluyan restaurantes, se tiene el objetivo de apoyar a 2 mil 267 contribuyentes y grupos empresariales con un monto aproximado de



condonación de 20 millones de pesos, por lo que se beneficiará también a 62 mil 104 trabajadores ocupados. Esto se aplicará automáticamente al momento de presentar la declaración del impuesto a más tardar el 17 de febrero de 2021.

La condonación del impuesto sobre nóminas a comercios con actividades económicas no esenciales en el Polígono A y B del Centro Histórico, representa un costo fiscal total aproximado de 20.5 millones de pesos y apoyará a 658 contribuyentes de hoteles; industria de la madera y productos de la madera (incluye muebles); industrias metálicas básicas; otras industrias; papel y productos de papel, imprentas y editoriales; restaurantes; servicio de alquiler de bienes muebles; servicios profesionales, técnicos especializados y personales; servicios de esparcimiento, culturales, recreativos y deportivos; servicios de reparación y mantenimiento; textiles, prendas de vestir e industrias de cuero.

Asimismo, desde la Jefatura de Gobierno; la Secretaría de Desarrollo Económico, y la Autoridad del Centro Histórico, se hizo un llamado solidario a los principales empresarios inmobiliarios del Centro Histórico, por lo que se llegó a un acuerdo para que puedan otorgar un descuento del 50 por ciento en rentas para sus inquilinos durante la pandemia.

En cuanto a los apoyos durante la emergencia sanitaria por parte del Gobierno capitalino, este año se han recibido 10 mil 11 solicitudes de micro y pequeñas empresas; el objetivo es entregar 50 mil microcréditos por un monto único de 10 mil pesos, a un plazo de pago de 24 meses con periodo de gracia de cuatro meses, tasa de interés ordinaria del 0 por ciento y una forma de pago mensual.

A la fecha, se han realizado 69 mil 210 registros del programa de apoyo emergente a personas que trabajan en restaurantes formales y no formales, donde se otorga un beneficio por 2 mil 200 pesos. Además, ya fueron entregados 1 millón 180 mil 384 apoyos del programa “Mi Beca para Empezar” que incluyen la beca mensual más un adelanto de “Útiles y Uniformes Escolares”.

Sheinbaum Pardo precisó que en la Ciudad de México se han aplicado 41 mil 130 dosis de la vacuna contra COVID-19 a trabajadores de la salud que se encuentran en la primera línea de combate contra la enfermedad. El personal médico inoculado pertenece al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS); Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE); Secretaría de la Defensa Nacional (SEDENA); Secretaría de Marina (SEMAR); Comisión Coordinadora de los Institutos Nacionales de Salud y Hospitales de Alta Especialidad (CCINSHAE); Secretaría de Salud capitalina (SEDESA); y hospitales de Petróleos Mexicanos (PEMEX).



En los Hospitales COVID-19 de la capital se tiene una ocupación hospitalaria total del 86.31 por ciento y 6 mil 681 pacientes hospitalizados: 5 mil 07 sin intubación (86.23 por ciento) y mil 674 con intubación (86.54 por ciento). En la Zona Metropolitana del Valle de México se registran 9 mil 212 pacientes hospitalizados: 7 mil 40 sin intubación y 2 mil 172 con intubación.

Al momento, se tienen 771 camas de hospitalización general disponibles y 246 camas para intubación. Asimismo, el Hospital General de Tláhuac crece a 100 camas más, de las cuales 75 contarán con ventiladores y apoyará un nuevo equipo de médicos cubanos; también 20 camas más que está incorporando la SEDENA en el Hospital de Chivatito y 10 camas más adicionales de SEDESA en el Hospital General Villa.

“Estamos haciendo trabajos para terminar el equipamiento del Hospital Topilejo, esperemos que esté listo hacia finales de semana lo cual representará 100 camas generales y 20 de cuidados intensivos; y un convenio que se está terminando (...) con hospitales privados en caso de que haga falta mayor número de camas. Es decir, 100 camas que pagaría el INSABI y que estarían disponibles de manera gratuita para algún paciente que lo requiriera en la ciudad en caso de no haber por alguna razón espacio en los hospitales públicos”, añadió Sheinbaum Pardo.

La residencia de las personas hospitalizadas por COVID-19 reportada por el Sistema de Vigilancia Epidemiológica de Enfermedades Respiratorias corresponde: entre 72.2 por ciento a habitantes de la capital del país; 24.8 por ciento al Estado de México y 3 por ciento a otros estados.

En tanto que la residencia de personas hospitalizadas por COVID-19 en unidades médicas temporales de la Secretaría de la Defensa Militar (SEDENA), Secretaría de Marina (SEMAR), del Autódromo Hermanos Rodríguez que opera el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), la Unidad Temporal COVID-19 del Centro Citibanamex, corresponde: 49 por ciento a habitantes de la Ciudad de México, 49 por ciento al Estado de México y 2 por ciento a otros estados.

Del 29 de diciembre de 2020 al 7 de enero de 2021, se tuvo registro de 3 mil 694 ingresos hospitalarios, mil 692 altas hospitalarias y mil 794 defunciones. Asimismo, se realizaron 21 mil 277 pruebas COVID-19 en la Ciudad de México y el porcentaje de positividad está en 25.2 por ciento.

El Director General de Gobierno Digital de la Agencia Digital de Innovación Pública (ADIP), Eduardo Clark García Dobarganes, explicó que los 10 indicadores del semáforo epidemiológico establecidos por la Secretaría de Salud del Gobierno de México -donde cada uno tiene cuatro categorías: 1 (menor riesgo) 2, 3 y 4 (mayor riesgo)- determinaron que la Ciudad de México se ubica en un puntaje total de 35



puntos de 40, lo que mantiene a la capital en riesgo máximo, es decir, en Semáforo Rojo.

“Para pasar al Semáforo Naranja, el umbral de cambio es pasar a 31 puntos o menos, es decir, que por lo menos en cuatro de los 10 indicadores, viéramos mejorías que nos bajaran de categoría”, detalló.

García Dobarganes explicó que la Zona Metropolitana del Valle de México (ZMVM) se ubica entre el escenario medio y alto que proyectó el Modelo Epidemiológico elaborado el 18 de diciembre de 2020. Abundó que, en caso de que hubiera continuado la tasa reproductiva de COVID-19 cercana al 1.15 que se tenía antes de la implementación del Semáforo Rojo, actualmente se presentaría un escenario en donde 100 personas infectadas contagiarían a 115 personas, lo que significaría proyecciones de crecimiento a mediano y corto plazo mucho mayores a las que se tienen en este momento.

Por ello, al reducir la movilidad y el contacto entre personas se estimó una tasa de reproducción menor a uno, lo que se traduce en menos personas con la enfermedad, es decir, de 100 infectados se contagian alrededor de 99 en el siguiente corte.

El Gobierno capitalino llama a la población a ser responsable y seguir las siguientes cinco reglas con el objetivo de disminuir los contagios:

Quédate en casa. Si no tienes que salir, no salgas, no te expongas, evita contagiarte o contagiar a tu familia.

Si es indispensable que salgas, usa cubrebocas y mantén la sana distancia SIEMPRE.

No fiestas, ni posadas ni reuniones con amigos y familiares. Se hace un llamado a pasar las fiestas decembrinas solo con personas que viven en la misma casa.

Las compras las deberá realizar solamente una persona del hogar.

Si eres positivo a COVID-19, aíslate 15 días y llama a Locatel (55-5658-1111) para recibir apoyo y seguimiento médico



XXXIX. La Jefatura de Gobierno publicó el 8 de enero de 2021 en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el **Trigésimo Octavo Aviso por el que se da a conocer el color del Semáforo Epidemiológico de la Ciudad de México, así como la continuidad de las medidas extraordinarias establecidas**, en el que se señala lo siguiente:

PRIMERO. El Comité de Monitoreo de la Ciudad de México, con base en los indicadores epidemiológicos de las autoridades sanitarias de los ámbitos federal y local, principalmente por los índices de ocupación hospitalaria y los casos sospechosos o confirmados de COVID-19 en la Ciudad de México, así como los altos niveles de contagios, ha determinado que el color del Semáforo Epidemiológico en la Ciudad de México permanece en **ROJO** hasta en tanto emita otra determinación.

SEGUNDO. Durante la vigencia del color del semáforo rojo deberán observarse las medidas extraordinarias de protección a la salud establecidas en el **Trigésimo Séptimo Aviso por el que el Comité de Monitoreo establece Medidas Extraordinarias de Protección a la Salud para disminuir la curva de contagios, derivado de que la Ciudad se encuentra en Semáforo Rojo de Máxima Alerta por la Emergencia de COVID-19**, publicado en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 21 de diciembre de 2020.



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 página www.jap.org.mx, así como, en el correo atencion@jap.org.mx y en el teléfono 55 5279 7270.

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



REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Secretaría de Salud de México [@SSalud_mx]. (2021) 2 de enero de 2021. ¡Evita reuniones! La tecnología nos puede acercar a quienes más queremos. Recuperado de https://twitter.com/SSalud_mx/status/1345339058776539136
2. Secretaría de Salud México. (2021). 2 de enero de 2021. AVISO IMPORTANTE a todo el #PersonalDeSalud. Recuperado de https://twitter.com/SSalud_mx/status/1345384358367145984
3. Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (2021) 2 de enero de 2021. Conoce los horarios de operación de Quioscos, Macro Quioscos y Centros de Salud durante este fin de semana. Recuperado de <https://twitter.com/GobCDMX/status/1345369257702514689>
4. Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (2021) 2 de enero de 2021. Cuando usas correctamente cubrebocas. Recuperado de <https://twitter.com/GobCDMX/status/1345520252646526982>
5. Agencia Digital de Innovación Pública [@LaAgenciaCDMX]. (2021) 2 de enero de 2021. ¿Cómo está tu salud últimamente?, Recuperado de <https://twitter.com/LaAgenciaCDMX/status/1345522305460367361>
6. Fiscalía de la Ciudad de México [@FiscalíaCDMX]. (2021) 2 de enero de 2021. En caso de que seas víctima de discriminación o algún tipo de agresión, durante esta contingencia. Recuperado de <https://twitter.com/FiscaliaCDMX/status/1345380577633947649>
7. Fiscalía de la Ciudad de México [@FiscalíaCDMX]. (2021) 2 de enero de 2021. La Coordinación Territorial Benito Juárez- 5 suspende actividades hasta nuevo aviso, a fin de controlar y prevenir contagios por #COVID-19. Recuperado de <https://twitter.com/FiscaliaCDMX/status/1345452299989221382>
8. Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México [@FiscalíaCDMX]. (2021) 3 de enero de 2021. Prevengamos el COVID-19, protégete y protege a los demás. Recuperado de <https://twitter.com/FiscaliaCDMX/status/1345837340430745600>



9. Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (2021) 3 de enero de 2021. Las noticias falsas nos afectan a todas y a todos. Recuperado de <https://twitter.com/GobCDMX/status/1345897737401806849>
10. Secretaría de Salud de México [@SSalud_mx]. (2021) 3 de enero de 2021. Para usar #Cubrebocas es importante hacerlo bien. Recuperado de https://twitter.com/SSalud_mx/status/1345769390155964418
11. Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS (2021) 3 de enero de 2021. Comunicado no. 004 Mantiene IMSS atención de enfermedades crónico degenerativas durante pandemia por COVID-19. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/202101/004>
12. Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (2021) 3 de enero de 2021. Si padeces una comorbilidad, atender síntomas de #COVID19 de manera inmediata puede salvar tu vida. Recuperado de <https://twitter.com/gobcdmx/status/1345927933936865281?s=24>
13. Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS (2021) 3 de enero de 2021. Comunicado 005. La vitamina D actúa como protector de enfermedades respiratorias como la influenza y, probablemente, contra COVID-19. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/202101>
14. Secretaría de Salud de México [@SSalud_mx]. (2021) 4 de enero de 2021. ¡La #Vacuna contra #COVID19 está lista! Recuperado de https://twitter.com/SSalud_mx/status/1346248798155272193
15. Secretaría de Salud México (2021) 4 de enero de 2021. Secretaría de Salud México Comunicado Técnico Diario: Nuevo Coronavirus en el Mundo #COVID19. Recuperado de <https://www.gob.mx/salud/videos/reporte-diario-de-covid-19-4-de-enero-2021?idiom=es>
16. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [@INAPAM]. (2021). 4 de enero de 2021. Te compartimos algunas actividades físicas que pueden realizar las #PersonasMayores en casa durante la pandemia. Recuperado de <https://twitter.com/INAPAM/status/1346245030072131586>
17. Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS (2021) 4 de enero de 2021. Comunicado 006. Personas que han perdido su empleo durante la emergencia sanitaria pueden tramitar Retiro Parcial por Desempleo: IMSS. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/202101/006>



18. Secretaría de educación Pública (2021). 4 de enero de 2021. Boletín SEP no. 2 Se prepara un regreso seguro a las aulas que brinde certeza a la comunidad escolar: SEP. Recuperado de <https://www.gob.mx/sep/articulos/boletin-sep-no-2-se-prepara-un-regreso-seguro-a-las-aulas-que-brinde-certeza-a-la-comunidad-escolar-sep?idiom=es>
19. Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México [@FiscalíaCDMX]. (2021) 4 de enero de 2021. ¡Cuidémonos todos! Sigue las medidas de higiene y quédate en casa para evitar el contagio de COVID-19. Recuperado de <https://twitter.com/FiscaliaCDMX/status/1346301646301769728>
20. Instituto Nacional de Geriátría INGER [@Geriatruiamexico]. (4 de enero, 2021). ¡Iniciamos este 2021 con los siguientes curso en línea! #ComunidadINGER. Twitter. <https://twitter.com/Geriatruiamexico/status/1346128002174877696>
21. Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (4 de enero, 2021). Si no es necesario que salgas a la calle, mejor #QuédateEnCasa; es muy importante que evites los lugares cerrados, concurridos y aquellos con contacto sin sana distancia para que no te contagies de #COVID19. Twitter. <https://twitter.com/GobCDMX/status/1346109129589460999>
22. Gobierno de la Ciudad de México (2021) 5 de enero de 2021. Comunicado diario. Recuperado de http://covid19.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Reportes%20CSP/CS_5_ENERO_compressed.pdf
23. Secretaría de Salud de México [@SSalud_mx]. (5 de enero, 2021). Vacúnate cuando sea tu momento. Recuperado de https://twitter.com/SSalud_mx/status/1346613497237409792
24. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [@INAPAM]. (5 de enero de 2021). Hoy más que nunca es momento de fortalecer las relaciones intergeneracionales. Recuperado de <https://twitter.com/INAPAM/status/1346486617234571265>
25. Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (5 de enero de 2021). Si saliste positivo en una prueba rápida, Recuperado de <https://twitter.com/LaAgenciaCDMX/status/1343031334264979458>
26. Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (5 de enero, 2021). La solución para disminuir contagios está en todas y todos. Twitter. <https://twitter.com/GobCDMX/status/1346471516221935616>



27. Secretaría de Salud de México [@SSalud_mx]. (6 de enero, 2021). Consume bebidas calientes en #TemporadaInvernal. Twitter. https://twitter.com/SSalud_mx/status/1346947150723362819
28. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [@INAPAM]. (6 de enero, 2021). La pandemia sigue. ¡Mantengamos en todo momento las medidas preventivas contra el #COVID19!. <https://twitter.com/INAPAM/status/1346969802087100418>
29. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [@INAPAM]. (7 de enero, 2021). ¿Qué actividades cognitivas pueden realizar las #PersonasMayores durante la pandemia. Aquí te decimos: Si puedes, #QuédateEnCasa. Twitter. <https://twitter.com/INAPAM/status/1347271793854218242>
30. Secretaría de Salud de México [@SSalud_mx]. (7 de enero, 2021). AVISO IMPORTANTE a todo el #PersonalDeSalud. Twitter. https://twitter.com/SSalud_mx/status/1347317090294763520
31. Secretaría de Salud.(2021). Guía Técnica de aplicación de vacuna BNT162b2 contra el virus SARS-CoV-2. 2021. [Archivo en PDF]. Recuperado de https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2021/01/GuiaAplicacionVx_BNT162b_01Ene2021.pdf
32. Secretaría de Salud. (7 de enero, 2021). Boletín No. 005. Vacunas contra COVID-19 son gratuitas, no se pueden comercializar: Ricardo Cortés Alcalá. Recuperado de <https://www.gob.mx/salud/prensa/005-vacunas-contra-covid-19-son-gratuitas-no-se-pueden-comercializar-ricardo-cortes-alcala>
33. Instituto Mexicano del Seguro Social. (7 de enero, 2021). Comunicado No. 012/2021 Para evitar salir de casa y prevenir contagios por COVID-19, los pagos de aseguramientos voluntarios se pueden realizar vía SPEI. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/202101/012>
34. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [@INAPAM]. (8 de enero, 2021). #SabíasQue... Respetar las rutinas de alimentación de las Personas Mayores durante la pandemia, los ayudará a estar sanos física y emocionalmente. Twitter. <https://twitter.com/INAPAM/status/1347573781997387778>



35. Secretaría de Salud de México [@SSalud_mx]. (8 de enero, 2021). Protege la salud y la vida de tus seres queridos. Twitter. https://twitter.com/SSalud_mx/status/1347588883274485765
36. Secretaría de Salud de México [@SSalud_mx]. (8 de enero, 2021). Si tienes que salir a comprar comida o medicinas, abrígate y refuerza las #MedidasSanitarias. Twitter. https://twitter.com/SSalud_mx/status/1347573786384732162
37. Gobierno de la Ciudad de México Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (8 de enero, 2021). Semáforo Rojo en la CDMX. Recuperado de: <https://covid19.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/semaforo-rojo-en-la-cdmx>
38. Gobierno de la Ciudad de México (8 de enero, 2021) Se mantienen Semáforo Rojo y suspensión de actividades no esenciales en la Ciudad de México. Recuperado de <https://covid19.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/se-mantienen-semaforo-rojo-y-suspension-de-actividades-no-esenciales-en-la-ciudad-de-mexico>
39. Jefatura de Gobierno (2021) Trigésimo Octavo Aviso por el que se da a conocer el color del Semáforo Epidemiológico de la Ciudad de México, así como la continuidad de las medidas extraordinarias establecidas. Publicado el 8 de enero de 2021 en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México. Recuperado de https://data.consejeria.cdmx.gob.mx/portal_old/uploads/gacetas/237dfaf80c24127a6dace718106f9cbb.pdf