



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

9 de marzo de 2021

NOTA

Las medidas incluidas en el presente documento están en continua revisión.



ÍNDICE

	Página
Introducción	4
I. Secretaría de Salud. La vacuna contra COVID está lista.	4
II. Secretaría de Salud. Comunicado No. 092. Secretaría de Salud llama a mantener medidas preventivas contra COVID-19 ante próxima temporada vacacional.	5
III. Gobierno de la Ciudad de México. 5 puntos de recarga gratuitos de oxígeno de uso médico.	5
IV. Instituto Nacional de Geriátría. Recomendaciones de ejercicios respiratorios para Personas Mayores en recuperación de COVID19.	6
V. Instituto Nacional de Geriátría. Ejercicios para la readaptación a las actividades de la vida diaria para Personas Mayores en recuperación de COVID19.	7
VI. Agencia Digital de Innovación Pública. Aumento de pruebas gratuitas de COVID-19 en la Ciudad	7
VII. Comisión Nacional de los Derechos Humanos. ¿Sabes cómo utilizar correctamente un cubrebocas?	10
VIII. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. Prevención del abandono social en personas adultas mayores durante la pandemia por COVID-19	10
IX. Secretaría de Salud. Laboratorios con reconocimiento por parte del InDRE, para realizar el diagnóstico de COVID 19, con fines de Vigilancia Epidemiológica.	13



X. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. Recomendaciones en pandemia para apoyar de forma comunitaria a Personas Mayores que viven solas.	15
XI. Secretaría de Salud. Evita las reuniones y aplica las Medidas Sanitarias.	16
XII. Gobierno de la Ciudad de México. Herramientas que puedes usar si tienes síntomas, si enfermas, o si estás en la recuperación por COVID19.	16
XIII. Gobierno de la Ciudad de México. Se mantienen las restricciones de actividades y hacemos un llamado a la ciudadanía a no bajar la guardia.	17
XIV. Jefatura de Gobierno. Cuadragésimo Octavo Aviso por el que se da a conocer el color del Semáforo Epidemiológico de la Ciudad de México, así como las Medidas de Protección a la Salud que deberán observarse derivado de la Emergencia Sanitaria por COVID-19	20
XV. Gobierno de la Ciudad de México. Continuación del Programa Nacional de Vacunación en Alcaldías Azcapotzalco y Miguel Hidalgo.	21
XVI. Gobierno de la Ciudad de México. Fechas de vacunación para personas mayores de 60 años en Alcaldías Azcapotzalco y Miguel Hidalgo.	22
Consideraciones Generales	24
Referencias Bibliográficas	25



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** publicó el 1 de marzo de 2021 a través de su cuenta oficial de Twitter, la información 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 que...?

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



II. La **Secretaría de Salud** a través de su página web publicó el 2 de marzo de 2021 el **Comunicado No. 092. Secretaría de Salud llama a mantener medidas preventivas contra COVID-19 ante próxima temporada vacacional**, en el que señala lo siguiente:

- A menor riesgo de contagio, mayor probabilidad de salir y abrir más actividades.

Ante el reinicio de actividades económicas con el Semáforo de Riesgo Epidémico vigente y la cercanía del periodo vacacional de Semana Santa, el director general de Promoción de la Salud, Ricardo Cortés Alcalá, invitó a la población a mantener el autocuidado de la salud para reducir el riesgo de COVID-19.

La interrupción de las cadenas de contagio inicia con la responsabilidad de cada persona al continuar con el lavado frecuente de manos, uso de cubrebocas, sana distancia y el cuidado y vigilancia de cualquier síntoma asociado con COVID-19: “A menor riesgo de contagio, mayor probabilidad de salir y abrir más actividades económicas, sociales y hasta de entretenimiento”, comentó.

Además de las medidas de mitigación, también se debe vigilar cualquier síntoma como flujo nasal, dolor de cabeza, fiebre o tos, para acudir a revisión médica de inmediato.

Al hablar del regreso a clases, Ricardo Cortés Alcalá aseguró que debe darse cuando el riesgo sea menor.

III. El **Gobierno de la Ciudad de México**, publicó el 2 de marzo de 2021, a través de su cuenta oficial de Twitter, la siguiente información:

Cada uno de los 5 puntos de recarga gratuitos de oxígeno de uso médico, ayuda a las familias de quienes se recuperan de #COVID19 Cara con máscara médica para que no realicen un gasto extra.

Ubica el más cercano:




Si necesitas rellenar tanques de oxígeno
para atender a personas convalecientes de COVID-19, **puedes hacerlo de forma gratuita en:**

- Centro de Rehabilitación Infantil, Alcaldía Gustavo A. Madero.
- Macro Plaza Cuitláhuac, Alcaldía Iztapalapa.
- Centro de Salud Minas de Cristo, Alcaldía Álvaro Obregón.
- Centro de Salud San Salvador Cuauhtenco, Alcaldía Milpa Alta.
- Sala de Armas, Alcaldía Iztacalco.

Los **horarios** son: lunes a viernes de **9:00 a 18:00 horas**

Si acudes, usa cubrebocas y guarda sana distancia #LaCDMXTeApoya

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

IV. El **Instituto Nacional de Geriátría** publicó el 2 de marzo de 2021 a través de su cuenta oficial de Twitter, lo siguiente:

#ComunidadINGER

Te invitamos a consultar y compartir nuestra guía: Recomendaciones de ejercicios respiratorios para #PersonasMayores en recuperación de #COVID19

Descarga Flecha hacia la derecha

<https://bit.ly/RecuperacionRespiratoria-COVID-19> INGER



Te invitamos a descargar y compartir nuestra guía:

Recomendaciones de ejercicios respiratorios
para personas mayores en recuperación de COVID-19

Más información sobre prevención y cuidados en personas mayores:
www.geriatria.salud.gob.mx



SALUD SECRETARÍA DE SALUD INSTITUTO NACIONAL DE GERIATRÍA

f t i geriatria.salud.gob.mx



V. El **Instituto Nacional de Geriátría** publicó el 2 de marzo de 2021 a través de su cuenta oficial de Twitter, la información que a continuación se cita:

#ComunidadINGER

Te invitamos a consultar y compartir los Ejercicios para la readaptación a las actividades de la vida diaria para #PersonasMayores en recuperación de #COVID19

Descarga Flecha hacia la derecha

https://bit.ly/EjerciciosReadaptacion-COVID-19_INGER

Te invitamos a descargar y compartir nuestra guía:

Ejercicios para la readaptación a las actividades de la vida diaria
para personas mayores en recuperación de COVID-19

Más información sobre prevención y cuidados para personas mayores:
www.geriatria.salud.gob.mx

 **SALUD** SECRETARÍA DE SALUD |  INSTITUTO NACIONAL DE GERIATRÍA

 geriatria.salud.gob.mx

VI. La **Agencia Digital de Innovación Pública**, publicó el 2 de marzo de 2021, a través de su cuenta oficial de Twitter, la siguiente información:

En estrategia conjunta con farmacias y centros comerciales, aumentamos las pruebas gratuitas que se realizan en la Ciudad (extras a las de kioscos, macrokioscos y Centros de Salud).

Consulta la ubicación en:

<http://test.covid19.cdmx.gob.mx>, o envía por sms la palabra "prueba" al 51515.



PUNTOS DE TOMA DE PRUEBAS GRATUITAS DE COVID19



Punto de toma de prueba	Dirección y horario
	<p>Santa Úrsula #195 Colonia Santa Úrsula C.P. 04910 / HORARIO 09:00 - 12:00 Y 15:00 A 18:00</p> <p>Av. Imán esq. 3era Cda Lote 2 M7 Col. Pedregal de la Zorra CP 4660 / HORARIO 09:00 - 12:00 Y 15:00 A 18:00</p> <p>Porfirio Díaz No. 69 Barrio San Lucas, C.P.09000 / HORARIO 15:00 A 18:00</p> <p>Ejido San Lorenzo Tezonco No. 509 Col. Ex Ejido de San Francisco, C.P. 04420 / HORARIO 11:00 - 14:00</p> <p>Calle Río Balsas 32, Cuauhtémoc, 06500 Ciudad de México, CDMX / HORARIO 09:00 - 12:00</p> <p>Av. Tlahuac No. 324-3 local A Col. Ampliación los Reyes CP 9849 / HORARIO 15:00 A 18:00</p> <p>De las Minas It 21 Col. Reforma Política CP 9730 / HORARIO 09:00 - 12:00</p> <p>Mz. 26 Lt. 1, Calz de la Virgen esquina con Ma. Tomasa E., Carmen Serdán, Coyoacán, 04480 Ciudad de México, CDMX / HORARIO 11:00 - 14:00</p> <p>Joselito Huerta Zn 3 Mz 19 Lt 13, San Miguel Teotongo, Iztapalapa, 09630 Ciudad de México / HORARIO 08:00 - 11:00</p>
	<p>Miguel Bernard 577, Gustavo A. Madero / HORARIO 07:00 - 13:45</p> <p>Taxqueña 1801, Coyoacán / HORARIO 07:00 - 13:45</p> <p>Insurgentes 4044, Tlalpan / HORARIO 07:00 - 13:45</p> <p>Insurgentes Sur 3741, Tlalpan / HORARIO 07:00 - 13:45</p> <p>Av. Zaragoza No. 2623 Col. Santa Martha Acatitla, C.P. 09860, Alcaldía Iztapalapa / HORARIO 07:00 - 13:45</p> <p>Calle Cabo de Buena Esperanza No. 3, Col. Ampliación Gabriel Hdez, C.P. 07089 Alcaldía GAM / HORARIO 07:00 - 13:45</p> <p>De los Misterios 808, Cuauhtémoc / HORARIO 07:00 - 13:45</p> <p>Sor Juana Inés de la Cruz 75, Cuauhtémoc / HORARIO 07:00 - 13:45</p>
	<p>Anillo Perif. 4690, Insurgentes Cuicuilco, Coyoacán, 04500 Ciudad de México, CDMX / HORARIO 10:00 - 16:00</p>
	<p>Av. Canal de Tezontle 1512, Dr Alfonso Ortiz Tirado, Iztapalapa, 09020 Ciudad de México, CDMX / HORARIO 10:00 - 16:00</p>
	<p>Pabellón Del Valle - Av. Universidad 740, Colina Sta. Cruz Atoyac, Alcaldía Benito Juárez, CP 03310 / HORARIO 09:00 - 14:30</p> <p>Aragón - Constitución de la República 221, Col. Pradera I Sección, Del. Gustavo A. Madero, C.P. 07500 / HORARIO 10:00 - 16:00</p> <p>Tenayuca - Av. La Ventisca No. 100, Col. Solidaridad Nacional Alcaldía Gustavo A. Madero, C.P. 07268, Mexico / Horario 11:00-16:00</p>



PUNTOS DE TOMA DE PRUEBAS GRATUITAS DE COVID19



ADIP

Punto de toma de prueba	Dirección y horario
 PARQUES PLAZA Nuevo Polanco®	Lago Alberto 442, Anáhuac 1 Secc. Alcaldía Miguel Hidalgo / HORARIO 10:00 - 16:00
 Farmacias del Ahorro	Vasco de Quiroga 53, San Juan Joya, Iztapalapa / HORARIO 09:00 - 14:30
	Javier Rojo Gómez 210, Agrícola Oriental, Iztacalco / HORARIO 09:00 - 14:30
	Mezquital 81, Valle Gómez, Cuauhtémoc / HORARIO 09:00 - 14:30
	Av. Tezontle MZ2 LT 01A , Central de Abasto, Iztapalapa / HORARIO 09:00 - 14:30
	Eje 10 Sur, Av. Pedro Henríquez Ureña 374, Pedregal de Santo Domingo, Coyoacán, 04369 CDMX / HORARIO 09:00 - 14:30
	San Bosco 2, San Lorenzo Huipulco, Tlalpan / HORARIO 09:00 - 14:30
	Trabajadores Sociales 587, Barrio San Ignacio, Iztapalapa / HORARIO 09:00 - 14:30
	Av. Insurgentes Sur 2047, San Ángel, Álvaro Obregón / HORARIO 09:00 - 14:30
	Av. Cuauhtémoc 53, Barrio San Pedro, Xochimilco / HORARIO 09:00 - 14:30
	De los Juárez 8, San José Insurgentes, Benito Juárez / HORARIO 09:00 - 14:30
Calle 11 ,117, Olivar del Conde, Alvaro Obregón / HORARIO 09:00- 14:30	
Calzada de Tlalpan 1770, Country Club , Coyoacán / HORARIO 09:00- 14:30	
Av. Desierto de los Leones 4991, La Peñita del Pueblo Tetelpan, Álvaro Obregón / HORARIO 09:00-14:30	
 PARQUE VIAVALLEJO GRANDE POR NATURALEZA	Calz. Vallejo 1090, Sta Cruz de las Salinas, Azcapotzalco, 02300 Ciudad de México, CDMX / HORARIO 11:00-16:00
 SANTA FE	Vasco de Quiroga 3800, Lomas de Santa Fe, Contadero, Cuajimalpa de Morelos, 05348 Ciudad de México, CDMX / Horario 11:00-16:00
 LAS ANTENAS	Periférico #3278, Col. La Esperanza. Del. Iztapalapa. CDMX CP 09910 / HORARIO 11:00-16:00





VII. La **Comisión Nacional de los Derechos Humanos** publicó el 2 de marzo de 2021 a través de su cuenta oficial de Twitter, lo siguiente:

¿Sabes cómo utilizar específicamente un cubrebocas?
Aquí te decimos cómo usarlo y retirarlo



VIII. El **Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores** publicó el 3 de marzo de 2021 a través de su Portal de Internet, el artículo denominado **Prevención del abandono social en personas adultas mayores durante la pandemia por COVID-19**, en el que señala lo siguiente:

Ha pasado cerca de un año desde que la pandemia originada por el virus SARS-CoV-2 llegó a México. Desde entonces esta enfermedad ha impactado a la población sin distinción de edad, género o condiciones socioeconómicas.





No obstante, las personas adultas mayores han sido particularmente afectadas debido a elementos como la comorbilidad y la presencia de otros padecimientos asociados con esta etapa etaria. Estos factores, en su conjunto, las colocan en un mayor riesgo de sufrir complicaciones que ponen en riesgo su bienestar.

A estas circunstancias se añade que algunas personas mayores viven solas[1] y pueden presentar situaciones que las hacen más vulnerables, como: sentimientos de soledad, debido a que sus familiares viven lejos o carecen de ellos y no cuentan con redes de apoyo social; sus recursos económicos son limitados y no están insertas al mercado laboral.

Además, pueden presentar dependencia económica o alguna discapacidad funcional y/o movilidad limitada que les impide realizar las actividades de su vida diaria de manera independiente.

Estos elementos, en suma, pueden originar que la persona se sitúe en una condición de soledad y abandono social, que limite sus posibilidades para afrontar esta emergencia sanitaria, afectando severamente su salud física y mental y poniendo en riesgo su integridad.

De esta forma, es primordial visibilizar las necesidades de las personas adultas mayores en situación de vulnerabilidad durante esta pandemia y siempre, con el objetivo de generar un entorno saludable y seguro, que contribuya al desarrollo de su bienestar integral y al disfrute pleno de sus derechos humanos.

Con este fin, se debe crear un **plan de atención comunitario** que proporcione apoyo y cuidado a las personas adultas mayores que así lo requieran. En él se debe incluir a las personas mayores, sus familiares, vecinas, vecinos y personas de confianza.

Hay que evaluar su condición de salud, física y mental y las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria que realizan, esto es, qué grado de independencia tienen dentro y fuera de su hogar.

Cada persona mayor manifestará si está de acuerdo con el apoyo que se le ofrece e informará sobre sus necesidades y la manera en que le gustaría que éstas fuesen atendidas. Es importante saber si cuentan con una pensión y con seguridad social, que les brinde servicios médicos.



PLAN DE ATENCIÓN COMUNITARIO PARA PERSONAS ADULTAS MAYORES EN RIESGO DE VIVIR ABANDONO SOCIAL

Si usted es familiar o cercano/a de un adulto mayor que está en riesgo de vivir o vive una situación de soledad o abandono social, se recomienda:

- Evaluar si requiere asistencia de cuidados en domicilio y determinar cuál es la mejor opción. Actualmente hay una gran variedad de servicios gerontogeriátricos que se adecuan a las condiciones de cada persona y familia.
- Verificar que tenga una vivienda con acceso a los servicios básicos (agua potable, drenaje, electricidad, gas), que le permitan satisfacer sus necesidades cotidianas.
- Verificar si la persona puede preparar sus alimentos. De ser así, se recomienda proporcionarle una despensa semanal para que pueda disponer de ellos de la forma que más le agrade; en caso contrario, se recomienda llevarle alimentos preparados diariamente o cada tercer día, según sus necesidades. Es importante que en esta labor participen varias personas, para evitar sobrecarga de trabajo.
- Generar una agenda de contactos telefónicos de personas que puedan apoyarla y especificar el tipo de ayuda que cada una le puede brindar. Ante cualquier situación o emergencia esta agenda es de gran utilidad.
- Si la persona padece alguna enfermedad, es necesario saber qué medicamentos toma y si cuenta con acceso a servicios de salud, para que reciba atención médica, tratamiento y medicinas.
- Localizar los servicios de salud más cercanos, para acompañarla durante alguna emergencia médica.
- Reforzar el acompañamiento social y emocional con llamadas telefónicas, mensajes de texto, videollamadas o visitas breves (con las medidas de higiene necesarias).
- Este acompañamiento es fundamental para cuidar la salud física y mental de las personas adultas mayores durante la pandemia, porque les ayuda a disminuir el sentimiento de soledad, que pudiera generar un cuadro depresivo. Además, es importante incentivar el uso de las nuevas tecnologías, así como su acceso a ellas, para que se mantengan comunicadas.
- Mantener la higiene (limpieza y desinfección) de su hábitat, así como su higiene personal, de forma constante, para reducir el riesgo de contagios.

Cabe recordar que el distanciamiento social durante esta emergencia sanitaria no debe ser sinónimo de abandono, aislamiento o soledad, por el contrario, es en estos momentos cuando las redes de apoyo familiar y comunitario se deben reforzar, para



que las personas adultas mayores puedan sobrellevar esta situación y hacer valer su derecho a la salud, los cuidados y el bienestar integral.

El apoyo comunitario y la solidaridad son esenciales para afrontar esta situación dignamente.

IX. La Dirección General de Epidemiología, de la Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud, a través del Instituto de Diagnóstico y Referencia Epidemiológicos “Dr. Manuel Martínez Báez” (InDRE), publica la actualización al 3 de marzo de 2021, de los Laboratorios con reconocimiento por parte del InDRE, para realizar el diagnóstico de COVID 19, con fines de Vigilancia Epidemiológica:

1. LABORATORIOS ESTATALES DE SALUD PÚBLICA

- 1 Laboratorio Estatal de Salud Pública de Ciudad de México
- 2 Laboratorio Estatal de Salud Pública de Edo. México

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

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

3. LABORATORIOS PARTICULARES.

1. Centro Médico ABC, Campus Observatorio
2. Hospital Ángeles Interlomas
3. Olartey Akle, Bacteriólogos, S.A de C.V.
4. Laboratorios Lister, (Lister Laboratorios de Referencia, S.A de C.V)
5. LABIOMOLA, S.A de C.V
6. Hospital Español de la Ciudad de México.
7. Médica Sur, S.A.B de C.V
8. Grupo Diagnóstico Aries.
9. Laboratorio CARPERMOR, (Grupo Diagnóstico Médico PROA, S.A. de C.V)
10. ORTHIN Referencia Especializada, S.A de C.V.
11. Unidad de Patología Clínica,
12. Salud Digna A.C.
13. LANS, Laboratorios de Referencia.
14. Laboratorio de Diagnóstico Molecular AL Genós.
15. GENOLIFE, Información de vida SAPI de CV



16. Desarrollos Especializados en Biotecnología y Diagnóstico Molecular S.A. de C.V. (Denatbio)
17. Laboratorio de Análisis Genéticos Especializados México, S de RL de CV (LAGEM)
18. Laboratorios DIAGNOMOL S.A. DE C.V.
19. SERVACARE SA. de C.V.
20. Laboratorios de Especialidades Inmunológicas S. A. de C. V.
21. Hospital San Ángel Inn Universidad.
22. Referencia de Micro-técnicas de laboratorio S.A. de C.V (Micro-Tec)
23. GD Technologies S.A. de C.V
24. Huella Génica, S.A. de C.V.
25. BIOMEDICA DE REFERENCIA
26. Laboratorios San Angel, S.A. (www.laboratoriossanangel.com)
27. Técnicas Genéticas Aplicadas a la Clínica S.A. de C.V. (TGAC)
28. Corporativo Hospital Satélite S.A de C.V.
29. Laboratorios de Inmunología e Inmunogenética de la Fundación Comparte Vida, A.C.
30. Lapi, S.A. de C.V.
31. QUEST DIAGNOSTICS MÉXICO, S. DE R.L. DE C.V
32. Laboratorios Clínicos Oliver.
33. Biofleming Laboratorios

4. LABORATORIOS DE LA ACADEMIA.

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



5. HOSPITALES PÚBLICOS.

1. Hospital Infantil de México. "Federico Gómez"
2. Hospital Central Sur Alta Especialidad PEMEX
3. Laboratorio de Biología Molecular y Bioseguridad 3 del Centro Médico Naval (CEMENA).
4. Laboratorio de Microbiología y Diagnóstico Molecular del Departamento de Inmunobioquímica, Instituto Nacional de Perinatología INPER
5. Hospital Regional de Alta Especialidad de Ixtapaluca.
6. Laboratorio de Virología del Instituto Nacional de Pediatría (INP).
7. Laboratorio de Infectología del Instituto Nacional de Rehabilitación "Luis Guillermo Ibarra Ibarra".
8. Hospital Central Militar Dependiente de la Dirección General de Sanidad Militar y de la Secretaría de la Defensa Nacional.
9. Hospital Juárez de México.
10. Hospital Militar de Especialidades de la Mujer y Neonatología Dependiente de la Dirección General de Sanidad Militar y de la Secretaría de la Defensa Nacional.
11. Laboratorio de Microbiología del Servicio de Infectología y Microbiología Clínica del Instituto Nacional de Cardiología "Ignacio Chávez".

X. El **Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores INAPAM** publicó el 4 de marzo de 2021 a través de su cuenta oficial de Twitter, lo siguiente:

Recomendaciones en pandemia para apoyar de forma comunitaria a #PersonasMayores que viven solas.
¡Toma nota!

Lee más del tema en nuestro blog: <https://bit.ly/3bW5dEa>

Recomendaciones en pandemia para apoyar de forma comunitaria a personas mayores que viven solas (parte 1)

Apoyemos en la realización de sus actividades cotidianas.

Hay que evitarles sentimientos de soledad y abandono social.

Es primordial evaluar tanto su estado de salud, como su situación socioeconómica.

Estar en permanente contacto y pendientes de sus necesidades.

Fuente: Blog INAPAM "Prevención del abandono social en personas adultas mayores durante la pandemia por COVID-19: recomendaciones para la elaboración de un plan de atención comunitaria".



XI. La **Secretaría de Salud** publicó el 4 de marzo de 2021 a través de su cuenta oficial de Twitter, la información siguiente:

Protege la salud y la vida de tus seres queridos.

Evita las reuniones y aplica las #MedidasSanitarias:

@SusanaDistancia
#LavadoDeManos frecuente
#UsaCubrebocas correctamente

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



XII. El **Gobierno de la Ciudad de México**, publicó el 4 de marzo de 2021, a través de su cuenta oficial de Twitter, la siguiente información:

Desde nuestro Gobierno, ofrecemos varias herramientas que puedes usar si tienes síntomas, si enfermas, o si estás en la recuperación por #COVID19.

Conócelas: Dorso de la mano con el dedo índice señalando hacia abajo

Juntas y #JuntosVamosASalirAdelante.



XIII. El **Gobierno de la Ciudad de México**, publicó el 5 de marzo de 2021, a través de su cuenta oficial de Twitter, la siguiente información:

Las hospitalizaciones en la ciudad han tenido una estabilización en la última semana. Para prevenir una posible alza, continuaremos en Semáforo naranja.

Se mantienen las restricciones de actividades y hacemos un llamado a la ciudadanía a no bajar la guardia.



SEMÁFORO NARANJA

REACTIVAR SIN ARRIESGAR

Actividades permitidas con estrictas medidas sanitarias:

Cines y teatros



- 20% de aforo al interior
- Última función a las 20:00 hrs.
- Uso de cubrebocas todo el tiempo
- Medidas adecuadas de ventilación y filtros en el aire acondicionado

Museos



- 20% de aforo al interior
- Operación hasta las 19:00 hrs.
- Uso de cubrebocas todo el tiempo

Restaurantes



- 30% de aforo al interior hasta las 19:00 hrs.



- Servicio en exterior hasta las 22:00 hrs.



Uso obligatorio de QR

Consulta: medidassanitarias.covid19.cdmx.gob.mx



SEMÁFORO NARANJA

ACTIVIDADES QUE CONTINÚAN SIN AUTORIZACIÓN

- Casinos y casas de apuesta
- Boliches
- Casas de cultura
- Centros de convenciones y exposiciones
- Parques de diversiones
- Circos tradicionales
- Espectáculos y eventos masivos
- Eventos deportivos
- Eventos sociales
- Antros, bares y cantinas
- Oficinas y corporativos
- Masajes y spas
- Baños públicos
- Centros educativos

Juntas y #JuntosVamosASalirAdelante





GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO



JUNTA DE ASISTENCIA PRIVADA

SEMÁFORO NARANJA

NO HAGAS NI ASISTAS A REUNIONES EN CASA CON FAMILIARES Y AMIGOS.

Son los lugares donde ocurren más contagios

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

EVITA “LAS TRES C” PARA PREVENIR CONTAGIOS DE COVID-19

Espacios CERRADOS poco ventilados

Lugares CONCURRIDOS

CONTACTO sin sana distancia

GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO CIUDAD DE MÉXICO — nuestra casa



XIV. La **Jefatura de Gobierno** publicó el 5 de marzo de 2021, en la versión vespertina de la Gaceta Oficial de la Ciudad de México, el Cuadragésimo Octavo Aviso por el que se da a conocer el color del Semáforo Epidemiológico de la Ciudad de México, así como las Medidas de Protección a la Salud que deberán observarse derivado de la Emergencia Sanitaria por COVID-19, que señala:

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, ha determinado que el color del Semáforo Epidemiológico en la Ciudad de México permanece en **NARANJA**.

SEGUNDO. A partir del lunes 08 de marzo de 2021 los zoológicos y acuarios de la Ciudad de México podrán brindar servicio al público, con un aforo máximo del 20% de su capacidad, en un horario de 9:00 a 17:00 horas, debiendo cumplir las medidas específicas de protección a la salud para dichos sectores, disponibles para su consulta en el siguiente enlace electrónico: <http://medidassanitarias.covid19.cdmx.gob.mx>, así como las siguientes medidas generales:

- I. Uso obligatorio de cubrebocas durante toda la permanencia en las instalaciones;
- II. Colocación de filtros sanitarios para la detección de síntomas y toma de temperatura al ingreso del personal y usuarios. No se permitirá la entrada a quienes presenten temperatura mayor a 37.5° C;
- III. Uso de ventilación natural. De no ser posible, el sistema de ventilación sólo podrá operar con recirculación de un mínimo de 40% hacia el exterior. La recirculación del aire al interior está prohibida. El sistema y los filtros deberán desinfectarse y limpiarse constantemente;
- IV. Colocación de dispensadores de gel antibacterial con 70% del alcohol en la entrada y en espacios de uso común;
- V. Habilitación de sentidos de circulación para la entrada y salida, así como señalamientos para el recorrido;
- VI. Se prohíbe la entrega de trípticos, folletos o volantes impresos;
- VII. Deberá garantizarse la sana distancia en filas al exterior y al interior de las instalaciones; y
- VIII. Deberá fomentarse la compra de boletos por internet.

TERCERO. El Instituto de Verificación Administrativa, en coordinación con las demás autoridades competentes de la Ciudad de México, realizarán las actividades de supervisión y vigilancia a las actividades que se encuentren operando, a efecto



de comprobar el cumplimiento de las medidas sanitarias generales y específicas de protección a la salud establecida para cada sector.

En caso de que en las visitas de supervisión y vigilancia se constate algún incumplimiento, la autoridad verificadora ordenará la suspensión temporal total o parcial de la actividad hasta por 15 días naturales, sin perjuicio de cualquier otra sanción que corresponda.

XV. El **Gobierno de la Ciudad de México**, publicó el 6 de marzo de 2021, a través de su cuenta oficial de Twitter, la siguiente información:

En coordinación con el @GobiernoMX, anunciamos la continuación del Programa Nacional de Vacunación en:

📍 @AlcaldiaMHmx del 8 al 14 de marzo

📍 @AzcapotzalcoMx del 10 al 16 de marzo

Verifica día y hora de cita en: <http://vacunacion.cdmx.gob.mx> o llama a @locatel_mx 55 5658-1111.



Programa Nacional de Vacunación COVID-19

A partir del 8 de marzo 2021, personas adultas mayores con 60 años en adelante de las alcaldías:

MIGUEL HIDALGO

Macro Unidades Vacunadoras:

- Campo Marte
- Benemérita Escuela Nacional de Maestros

Si tu apellido comienza con la letra:

<ul style="list-style-type: none"> A y B - 8 de marzo C, D y E - 9 de marzo F, G y H - 10 de marzo I, J, K, L y M - 11 de marzo 	<ul style="list-style-type: none"> N, Ñ, O, P, Q y R - 12 de marzo S, T, U y V - 13 de marzo W, X, Y, Z, Sin Apellido Paterno y Rezagos - 14 de marzo
---	--

Si no has recibido un mensaje con el día y hora de tu cita, consulta: vacunacion.cdmx.gob.mx o llama a Locatel 55 5658-1111

Si aún no te registras, hazlo en: mivacuna.salud.gob.mx

Cuando vayas a tu cita, presenta CURP e identificación (que muestre edad y residencia)



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO

CIUDAD INNOVADORA Y DE DERECHOS / NUESTRA CASA



PLAN NACIONAL DE VACUNACIÓN CONTRA EL COVID-19

Para que tu vacunación contra COVID-19 sea **segura, rápida y ágil,**

encuentra la Unidad Vacunadora, el día y la hora que te corresponde en:

www.vacunacion.cdmx.gob.mx

o marca a **Locatel al 55 5658 1111**

AZCAPOTZALCO	Primer letra del Apellido Paterno	Día asignado
	A, B	10 Mar
	C, D, E	11 Mar
	F, G, H	12 Mar
	I, J, K, L, M	13 Mar
	N, Ñ, O, P, Q, R	14 Mar
	S, T, U, V	15 Mar
	V, W, X, Y, Z, Sin apellido paterno y rezagos	16 Mar
	Sede	Ubicación
	Arena Ciudad de México	Av. de las Grapas 800, Santa Bárbara, Azcapotzalco 02230, CDMX
UAM Azcapotzalco	Av. San Pablo Xalpa 180, Reynosa Tamoullipas, Azcapotzalco, 02200, CDMX	



Requisitos para ser vacunado:

Acreditar tu edad (60 años o más):

lleva identificación oficial o acta de nacimiento

Acreditar tu alcaldía:

lleva una identificación oficial que muestre tu residencia (INE, INAPAM u otro)

Lleva tu CURP para agilizar el proceso





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 [@SSalud_mx]. (1 de marzo, 2021). ¡La #Vacuna contra #COVID19 está lista!. Twitter.
https://twitter.com/SSalud_mx/status/1366523648295723017
2. Secretaría de Salud (2021). 2 de marzo de 2021. Comunicado No. 092. Secretaría de Salud llama a mantener medidas preventivas contra COVID-19 ante próxima temporada vacacional. Recuperado de
<https://www.gob.mx/salud/prensa/092-secretaria-de-salud-llama-a-mantener-medidas-preventivas-contr-covid-19-ante-proxima-temporada-vacacional?idiom=es>
3. Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (2 de marzo, 2021). 5 puntos de recarga gratuitos de oxígeno de uso médico. Twitter.
<https://twitter.com/GobCDMX/status/1366946435778936833>
4. Instituto Nacional de Geriátría [@Geriatrïamexico]. (2 de marzo, 2021). #ComunidadINGER Te invitamos a consultar y compartir nuestra guía: Recomendaciones de ejercicios respiratorios para #PersonasMayores en recuperación de #COVID19. Twitter.
<https://twitter.com/Geriatrïamexico/status/1366862627952091137>
5. Instituto Nacional de Geriátría [@Geriatrïamexico]. (2 de marzo, 2021). #ComunidadINGER Te invitamos a consultar y compartir los Ejercicios para la readaptación a las actividades de la vida diaria para #PersonasMayores en recuperación de #COVID19. Twitter.
<https://twitter.com/Geriatrïamexico/status/1366898615009034243>
6. Agencia Digital de Innovación Pública [@LaAgenciaCDMX]. (2 de marzo, 2021). Aumento de pruebas gratuitas de COVID-19 en la Ciudad. Twitter.
<https://twitter.com/LaAgenciaCDMX/status/1366852396505313280>
7. Comisión Nacional de los Derechos Humanos [@CNDH]. (02 de marzo, 2021). ¿Sabes cómo utilizar específicamente un cubrebocas? Twitter.
<https://twitter.com/CNDH/status/1366901382494769163>
8. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (03 de marzo, 2021). Prevención del abandono social en personas adultas mayores durante la pandemia por COVID-19. Recuperado de



<https://www.gob.mx/inapam/articulos/prevencion-del-abandono-social-en-personas-adultas-mayores-durante-la-pandemia-por-covid-19?idiom=es>

9. Secretaría de Salud. Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud. Dirección General de Epidemiología. Instituto de Diagnóstico y Referencia Epidemiológicos “Dr. Manuel Martínez Báez” (InDRE). (3 de marzo, 2021). Laboratorios con reconocimiento por parte del InDRE, para realizar el diagnóstico de COVID 19, con fines de Vigilancia Epidemiológica. [PDF]. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/619541/LISTADO_DE_LABORATORIOS_QUE_REALIZAN_EL_DIAGNOSTICO_DE_COVID-19_03032021.pdf
10. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [@INAPAM]. (04 de marzo, 2021). Recomendaciones en pandemia para apoyar de forma comunitaria a #PersonasMayores que viven solas. Twitter. <https://twitter.com/INAPAM/status/1367600741523849216>
11. Secretaría de Salud [@SSalud_mx]. (4 de marzo, 2021). Protege la salud y la vida de tus seres queridos. Twitter. https://twitter.com/SSalud_mx/status/1367550414137085953
12. Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (4 de marzo, 2021). Herramientas que puedes usar si tienes síntomas, si enfermas, o si estás en la recuperación por COVID19. Twitter. <https://twitter.com/GobCDMX/status/1367671205789130752>
13. Gobierno de la Ciudad de México [@GobCDMX]. (5 de marzo, 2021). Continuaremos en Semáforo naranja. Se mantienen las restricciones de actividades y hacemos un llamado a la ciudadanía a no bajar la guardia. Twitter. <https://twitter.com/GobCDMX/status/1367912342227456004>
14. Jefatura de Gobierno (2021). Cuadragésimo Octavo Aviso por el que se da a conocer el color del Semáforo Epidemiológico de la Ciudad de México, así como las Medidas de Protección a la Salud que deberán observarse derivado de la Emergencia Sanitaria por COVID-19. Publicado el 5 de marzo de 2021 en la versión vespertina de la Gaceta Oficial de la Ciudad de México Recuperado de https://data.consejeria.cdmx.gob.mx/portal_old/uploads/gacetas/cf9de279fbd0be661c5523c0ab05e646.pdf



15. Gobierno de la Ciudad de México. [@GobCDMX]. (6 de marzo, 2021). Continuación del Programa Nacional de Vacunación en Alcaldías Azcapotzalco y Miguel Hidalgo. Twitter.
<https://twitter.com/GobCDMX/status/1368303188927995909>

16. Gobierno de la Ciudad de México. [@GobCDMX]. (6 de marzo, 2021). Fechas de vacunación para personas mayores de 60 años en Alcaldías Azcapotzalco y Miguel Hidalgo. Twitter.
<https://twitter.com/GobCDMX/status/1368364494087479303>