



FUNDACIÓN DE EDUCACIÓN SUPERIOR

**SAN JOSÉ**

INSTITUCIÓN TECNOLÓGICA

Protocolo de Bioseguridad  
y Autocuidado COVID-19

**DEPENDEMOS  
DE TODOS,  
DEPENDEMOS DE  
TI**

¡Estamos Juntos en Esto!

# INTRODUCCIÓN

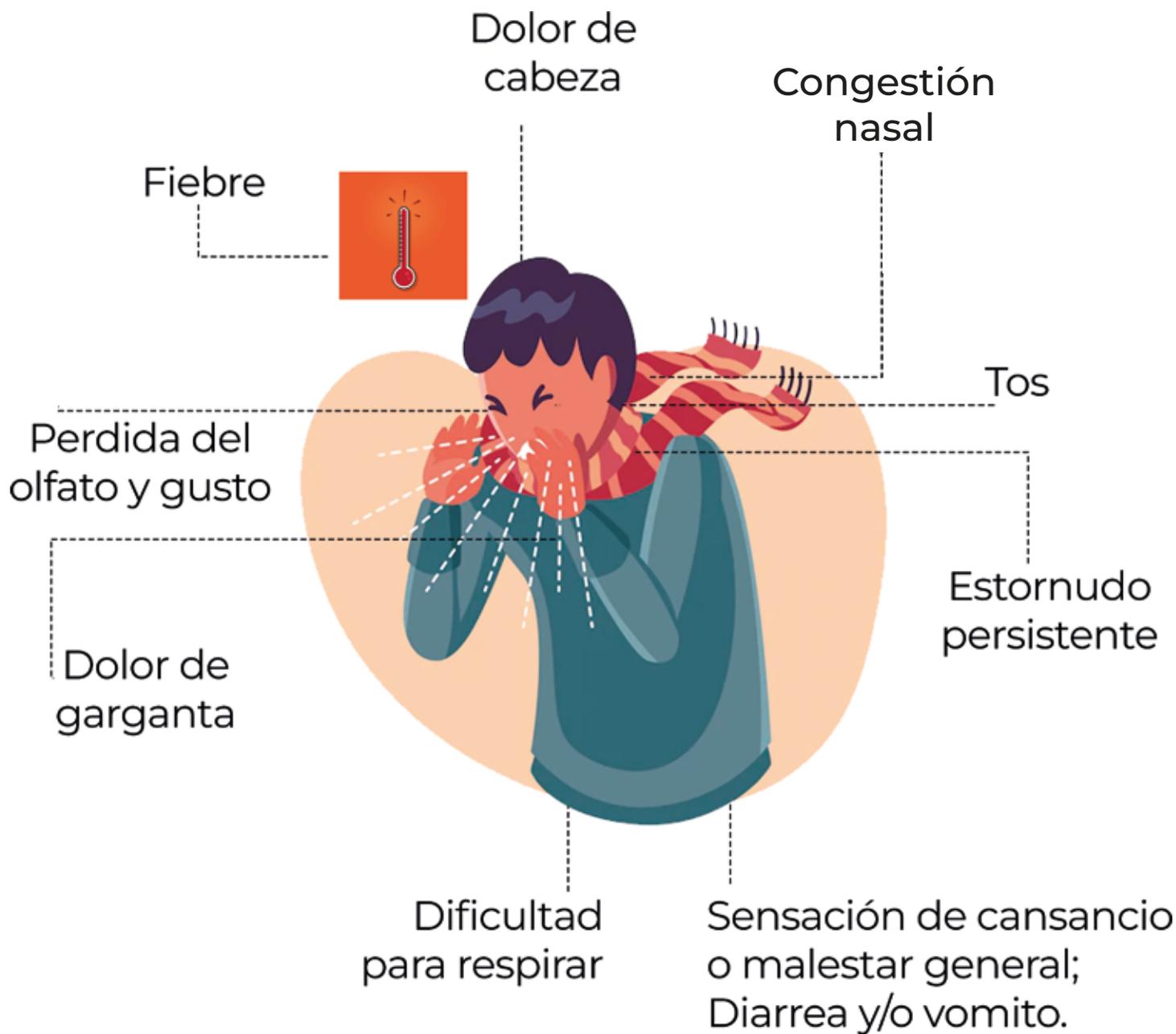
El coronavirus - COVID-19 ha sido considerado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una pandemia, así mismo mediante el Decreto se declaró el Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica en todo el territorio Nacional; en ese sentido es necesario impartir los lineamientos generales sobre medidas sanitarias preventivas y de mitigación que deberán implementarse en la FESSANJOSÉ para retomar la presencialidad en su funcionamiento, esto con el fin de prevenir, reducir la exposición y mitigar el riesgo de contagio.

Por lo anterior, la Fundación de Educación Superior San José ha generado los siguientes lineamientos para orientar a la comunidad San joseísta frente a las medidas que se requieren para mitigar la transmisión del virus.

# CONTENIDO

Síntomas de alerta para no asistir a la Institución.....	4
¿Qué hacer si presento síntomas?.....	5
Generalidades del autocuidado.....	7
Pasos para un adecuado lavado de manos.....	8
Uso del tapabocas.....	9
Manejo de residuos COVID-19.....	10
Kit de autocuidado.....	11
Para Ingresar a la Institución.....	13
En los salones de clase.....	14
Recomendaciones para ingresar a las oficinas.....	15
Para el uso laboratorios de cómputo.....	16

# SÍNTOMAS DE ALERTA PARA NO ASISTIR A LA INSTITUCIÓN



# ¿QUÉ HACER SI PRESENTO SÍNTOMAS?



## En la Institución

Se realizará aislamiento preventivo, garantizando que la persona use mascarilla quirúrgica y debe retirarse de la Institución, reportar a su EPS, y a el área de servicio medico.

## En la Casa

Abstenerse de ir a las sedes físicas de la Institución. Hacer un aislamiento obligatorio de 7 días e informar al jefe inmediato y Coordinador de programa. La comunidad de estudiantes deberá reportar al correo [serviciomedico@usanjose.edu.co](mailto:serviciomedico@usanjose.edu.co). Adicionalmente se debe informar a la EPS en las líneas de atención que esta disponga para que inicie el protocolo estipulado por el Ministerio de Salud y Protección Social.





# GENERALIDADES DEL AUTOCUIDADO

Lavado de manos frecuente



Uso obligatorio de tapabocas



Mantener una distancia mínima de 1 metro entre las personas, para evitar contacto directo.



Limitar las reuniones y aglomeraciones en zonas comunes como cafeterías, zonas de descanso y zonas de circulación.



Consumir alimentos solo en las áreas destinadas para tal fin.



Incrementar la frecuencia de limpieza y desinfección de celulares y herramientas de estudio y trabajo.



Al estornudar o toser debes cubrirte la nariz y boca con el antebrazo o con un pañuelo o toalla desechable



# PASOS PARA UN ADECUADO LAVADO DE MANOS

1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12



# USO DEL TAPABOCAS



**El tapabocas se debe mantener en su empaque original si no se va a utilizar o en bolsas selladas** porque se pueden contaminar, romper o dañar.



**No toques el tapabocas durante su uso.** Si lo debes hacer, recuerda lavarte las manos antes y después de su uso.



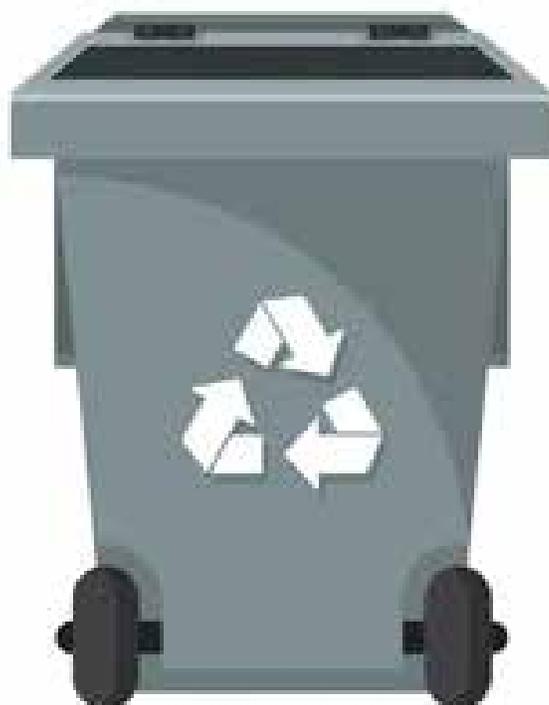
**El tapabocas desechable se puede usar durante un día de manera continua,** siempre y cuando no esté roto, sucio o húmedo, en cualquiera de esas condiciones debe retirarse y eliminarse.

Es obligatorio el **USO DEL TAPABOCAS DESECHABLE** al interior de la Institución.

Si desea usar el tapabocas de tela **DEBE HACERSE CON EL DESECHABLE DEBAJO**



# MANEJO DE RESIDUOS COVID-19



Para el manejo de los residuos de elementos de protección personal de COVID 19 (tapabocas) se dispone una caneca negra con pedal en puntos de las sedes institucionales.

Recuerda usar el pedal para abrir la caneca y lavar las manos después de haber desechado el material.

# KIT DE AUTOCUIDADO

Se recomienda como mínimo el siguiente kit personal:

**Gel antibacterial que contenga más de 60% de alcohol**



**Tapabocas desechable**

**Pañuelos desechables**





**PARA INGRESAR A LA  
INSTITUCIÓN**



# DEBES



Presentar tu carnet institucional



Presentar tu carnet de vacunación



Realizar limpieza de manos con alcohol glicerinado en los dispensadores, o ubicar el baño o el lavamanos más cercano donde debes realizar el lavado.

# EN LOS SALONES DE CLASE



Mantener el tapabocas todo el tiempo al interior de los salones.



Mantener ventanas y puertas abiertas todo el tiempo para una mejor ventilación.



Evitar consumir bebidas y alimentos en los salones



# RECOMENDACIONES PARA INGRESAR A LAS OFICINAS



**Usar el tapabocas a lo largo de toda la jornada.**



**Lavar las manos frecuentemente.**



**Realizar desinfección del puesto e implementos de trabajo.**



**Evitar la manipulación de documentos físicos.**



**Consumir alimentos únicamente en los espacios destinados para esto.**



**Seguir las señales implementadas en las instalaciones de la Institución**

# PARA EL USO DE LABORATORIOS DE CÓMPUTO

Cada usuario (estudiante, profesor o colaborador) tiene la responsabilidad de desinfectar con antibacterial el teclado y el mouse de su puesto de trabajo al inicio y al final de cada sesión.



