SONORA
TIERRA DE OPORTUNIDADES

SECRETARÍA DE SALUD PÚBLICA
GOBIERNO DE SONORA

Subsecretaría de Servicios de Salud
Dirección General de Promoción a la Salud y Prevención de Enfermedades
Dirección de Promoción de la Salud

PROTOCOLO
DÍA DE MUERTOS
DURANTE LA CONTINGENCIA POR COVID-19

PROMOCIÓN DE LA SALUD

CELEBRACIÓN DEL DÍA DE MUERTOS

DURANTE LA CONTINGENCIA POR COVID-19

En **México y Sonora** la celebración del **Día de Muertos** es una de las tradiciones populares más significativas del año, dicha celebración se lleva a cabo los días **1 y 2 de noviembre** ya que esta se divide en categorías:

- **De acuerdo con el calendario católico, el 1 de noviembre corresponde a Todos los Santos. Día dedicado a los niños.**
- **El día 2 de noviembre a los Fieles Difuntos, es decir, a los adultos.**

Año con año se propicia la convivencia familiar durante esta celebración no solo de los deudos que viven en la misma casa, sino que también, es motivo de reuniones familiares más grandes en diferentes escenarios como casas o panteones.

Dentro de las celebraciones, usos o costumbres más usuales, **cada año muchas familias colocan ofrendas y altares decorados con flores de cempasúchil, papel picado, calaveritas de azúcar, pan de muerto, mole o algún platillo que le gustaba a sus familiares a quien va dedicada la ofrenda, y al igual que en tiempos prehispánicos, se coloca incienso para aromatizar el lugar.**

Asimismo, las festividades incluyen adornar las tumbas con flores y muchas veces hacer altares sobre las lápidas, lo que para los indígenas tenía un gran significado porque se cree que ayuda a conducir a las ánimas a transitar por un buen camino tras la muerte. Lo antes mencionado no solo se realiza dentro de los hogares de las familias de los deudos, sino que también en algunos municipios del Estado, **se acostumbra que el 1ro de noviembre los familiares acudan a los cementerios a presentar dichas ofrendas.**

¿CÓMO CELEBRAR EL DÍA DE MUERTOS DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19?

La contingencia por COVID-19 ha venido a cambiar de manera radical actividades y tradiciones, pues puede aumentar el riesgo de exposición del virus SARS-CoV-2, por lo que existen diferentes alternativas que ayudarán a recordar a nuestros familiares en la celebración del **Día de Muertos** de manera segura para todos los miembros de la familia como se describen a continuación:

- El primero y el más importante, **"Quédate en Casa"** en esta ocasión busca nuevas opciones para recordar a tus seres queridos.
- **Promueve la celebración de manera individual** o con los miembros de tu familia con los que convives a diario.
- **Evita reunirte en espacios cerrados** como criptas o habitaciones de tu casa con personas con las que no convives a diario.

Aun cuando apliques las medidas antes mencionadas siguiendo la estrategia de **"Quédate en Casa"** para celebrar este día festivo, sigue estas recomendaciones:

- Lavarse las manos con agua y jabón o usar gel antibacterial al 70% alcohol.
- Evita tocarse los ojos, nariz y boca.
- **Vacunarse contra la Influenza estacional, la vacuna es gratuita y está disponible en todas las unidades de salud.**
- **Contar con el esquema completo de vacunación contra el COVID-19.**
- Recuerda utilizar lo menos posible floreros que almacenan agua.

Sin embargo, es de vital importancia evitar acudir a lugares concurridos como lo son tiendas, florerías, puestos de comida, panaderías, etc., por ello es recomendable de manera segura y con medidas precautorias comprar con anticipación, por vía telefónica o internet.

SI DECIDES ACUDIR AL PANTEÓN, NICHOS O CRIPTAS, DEBES ACEPTAR LA RESPONSABILIDAD DE TU ACTO, Y ES NECESARIO QUE CUMPLAS TOTALMENTE EL SIGUIENTE PROTOCOLO:

Uso correcto del Equipo de Protección Personal (EPP) que incluye cubreboca, careta facial protectora y en algunas ocasiones guantes. Para más información revisa el protocolo, (Servicios de Salud Sonora, 2020)

Aplique la sana distancia de 1.5 metros entre personas.

Lavarse las manos con agua y jabón o usar gel antibacterial al 70% de alcohol.

Evita tocarse los ojos, nariz y boca.

Contar con el **esquema completo de vacunación** contra el COVID-19.

Vacunarse contra la Influenza estacional, la vacuna es gratuita y está disponible en todas las unidades de salud.

Evita lugares con gran aglomeración de personas.

No saludar de mano, beso o abrazo.

Al toser o estornudar usa un pañuelo o el ángulo interno del codo (estornudo de etiqueta).

Limpia y desinfecta cualquier objeto de uso común antes y después de usarlo.

Evita los lugares de menú estilo buffet o barras de alimentos que promueven la aglomeración de personas y el contacto con las superficies por muchas personas.

Se recomienda llevar su propia comida y bebida de manera individual y no compartirlas con nadie.

Al terminar tu celebración, no olvides desechar y vaciar recipientes con agua como floreros, vasos o botellas, para evitar criaderos de mosquitos transmisor del dengue.

RECUERDA:

La apertura de Cementerios o Panteones dependerá de las disposiciones de las autoridades municipales acorde a lo estipulado en las sesiones de gobierno y el semáforo epidemiológico a nivel estatal, consulta en http://covid19.saludsonora.gob.mx/

Las siguientes actividades son alternativas para celebrar de una manera segura y precautoria el **Día de Muertos:**

Actividades de Menor Riesgo.

Estas actividades pueden ser **actividades o alternativas seguras:**

- Prepara recetas familiares tradicionales para la familia, hazlas llegar de manera segura y se evite el contacto especialmente con personas de mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa de COVID-19, como lo son adultos mayores, embarazadas, personas inmunodeprimidas como cáncer, vih/sida, además personas fumadoras, personas que padecen enfermedades respiratorias, diabetes mellitus, hipertensión arterial, sobrepeso u obesidad.

- Poner música en casa que disfrutaban sus seres queridos fallecidos.

- Crear y decorar un altar para honrar a los muertos.

- Sumarse a una celebración virtual con familiares y amigos.

Actividades con Mayor Riesgo.

Evita realizar estas actividades de mayor riesgo para ayudar a prevenir la propagación del virus:

- **Participar o asistir a celebraciones grandes** y eventos concurridos en espacios cerrados.
- **Organizar una reunión social o familiar con más de 10 invitados.**
- Durante la celebración del Día de Muertos es común encontrar puestos de comida, venta de flores, veladoras y otros productos que pueden aglomerar a una gran cantidad de personas. Si en tu municipio se permite la visita a los panteones, **procura llevar lo necesario para celebrar esta tradición, y así, evites la aglomeración de personas.**

BIBLIOGRAFÍA

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (Octubre de 2020). Celebracion de Festividades. Obtenido de https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/holidays.html#mexican-day-dead

Servicios de Salud Sonora. (13 de Octubre de 2020). Protocolo para Uso de Protección Personal (EPP) por COVID-19. Obtenido de http://covid19.saludsonora.gob.mx/wp-content/uploads/2020/08/PROTOCOLO-EPP-final.pdf