



ITESO, Universidad
Jesuita de Guadalajara

Consejos para el autocuidado en escenarios con procesos de inserción

Los PAP en escenarios de inserción son:
aquellos que:

Implican que los estudiantes pasen en el escenario más de una noche, durante el desarrollo del PAP. Generalmente se realizan en procesos de inserción prolongada (ya sea de todo un verano, o de un semestre).

Consejos para el autocuidado durante PAP

Cuida tu comportamiento
Utiliza vestimenta acorde al escenario

Evita llevar objetos ostentosos



Tener siempre **saldo** suficiente y **batería cargada**

Lleva ropa adecuada para el clima y actividades



Credencial del ITESO y del INE **actualizadas**

Ficha de seguridad y **datos de contacto ITESO**



Datos de contacto de las personas con las que se convivirá durante el PAP



*Trata de siempre llevar **efectivo*** por cualquier eventualidad

*\$500 es la cantidad requerida por el seguro de gastos médicos para atenderte en hospital en caso de accidente

Consejos para el autocuidado en escenarios con procesos de inserción

Previo al Viaje



Es indispensable participar en el proceso de inducción al escenario para conocer las características del contexto, de la organización y el trabajo que se realizará.



Dar de alta el seguro de accidentes del ITESO (confirmar con la Oficina de Personal del ITESO lo referente al mismo) y contratar un seguro de gastos médicos que cubra enfermedades.



Revisa junto al profesor y al responsable dentro del escenario, el día y la hora de llegada al escenario, las condiciones de alojamiento y de alimentación durante la estancia, y los medios y estrategias para una comunicación constante.



Identificar los servicios de salud más cercanos al lugar donde se realizarán las actividades del PAP.



Elaborar un directorio con los datos de contacto de las personas con las que se trabajará, así como de los servicios de emergencia más cercanos.



Es importante informarse de los riesgos que existen en la zona para prever algunas medidas en caso de contingencia.

Al Llegar



Consejos para el autocuidado en escenarios con procesos de inserción

Trabajo en el escenario



Es indispensable que, para asistir al escenario, se haya revisado junto al profesor y referentes del proyecto, los acuerdos básicos de seguridad establecidos para el mismo.



Asiste en los días y el horario establecidos para el desarrollo de las actividades de PAP; por ningún motivo realices actividades extraoficiales que te pongan en riesgo. En caso de requerir un permiso especial, es importante dialogarlo antes con el profesor.



Revisa junto al profesor y al responsable dentro del escenario, los datos de contacto de las personas con quienes se convivirá durante el PAP.



Ten contigo siempre la credencial del ITESO y del INE actualizadas. *



Llevar ropa adecuada para el clima y contexto donde se trabajará. Cuida que tu comportamiento, actitudes, lenguaje sean adecuadas y respete sus costumbres y formas de convivencia. Evita llevar objetos ostentosos que sean susceptibles a robo o daño a tu persona.



Lleva siempre la ficha de seguridad y datos de contacto del ITESO, en caso de alguna eventualidad. Cuidar que la información que proporciones y recibas, sea únicamente para fines del proyecto.

*En caso de robo o extravío de documentos oficiales, deberás hacer la denuncia correspondiente.

Consejos para el autocuidado en escenarios con procesos de inserción

Traslados en el escenario



Cuando se deban hacer traslados durante la estancia, procurar viajar siempre de modo seguro y de ser posible, acompañado.



Se prioriza el uso de vehículos institucionales. Para el uso de vehículos oficiales, es necesario revisar las políticas para el uso de la flotilla de vehículos institucionales.



Siempre debes tener saldo suficiente y batería cargada en tu celular



En zonas de alto riesgo y cuando cualquier persona del ITESO realice algún traslado, se debe contar con una persona referente (monitor), es imprescindible avisarle:

Hora exacta de traslado.

Los medios en que se viajará.

Hora aproximada de llegada al destino. En cuanto se llegue al destino, hay que dar aviso.

