

**PROTOCOLO DE ACTUACIÓN
FRENTE AL COVID - 19**

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.
2. TÉRMINOS Y DEFINICIONES.
 - 2.1. Virus SARS-COV-2.
 - 2.2. Evaluación de la transmisión.
 - 2.3. Evaluación de transmisión por fómites.
3. MEDIDAS ADOPTADAS EN EL CENTRO LA SALLE.
 - 3.1 Comité de seguridad y salud.
 - 3.2. Medidas generales.
 - 3.3. Medidas de protección para el personal.
4. REQUISITOS DE SERVICIOS.
 - 4.1. Recepción y acogida.
 - 4.2. Zonas de uso común.
 - 4.3. Habitaciones y albergue.
 - 4.4. Lavandería.
 - 4.5. Comedor.
 - 4.6. Mantenimiento.

ANEXO I: Recomendaciones de la OMS para el Lavado de Manos.

ANEXO II: Uso adecuado de EPI (Mascarilla)

ANEXO III: Uso adecuado de EPI (Guantes)

ANEXO IV: Modo de actuación en caso de personal infectado o de riesgo.

1. INTRODUCCIÓN.

El turismo se configura como la principal industria en nuestro país. Sin embargo, el actual contexto COVID-19 obliga a establecer protocolos para que la reapertura de las instalaciones no aumente el riesgo de contagio comunitario, así como establecer las medidas de protección necesarias para las personas trabajadoras en este sector. Por este motivo, la Secretaría de Estado de Turismo ha acordado con las Comunidades Autónomas coordinar un protocolo sanitario único frente al COVID-19 para preparar la reapertura del sector turístico conforme se suavicen las medidas de confinamiento. Para la elaboración de este protocolo homogéneo que recoge los requisitos que cada subsector o actividad turística se ha contado con el Instituto para la Calidad Turística Española, que ha desarrollado esta herramienta para ayudar a los albergues turísticos a identificar y analizar los riesgos inherentes en sus establecimientos, así como a implementar las mejores prácticas en el servicio, en sus instalaciones y con su personal para hacer frente al virus.

La entrada en funcionamiento de los diferentes servicios se realizará conforme al calendario publicado por el gobierno o de acuerdo a las modificaciones que pueda haber en el futuro.

2. TÉRMINOS Y DEFINICIONES.

2.1 Virus SARS-COV-2.

La COVID-19 es la enfermedad respiratoria causada por el virus SARS-CoV-2, que todos conocemos como coronavirus.

Esta familia de virus tiene propiedades físicas y bioquímicas similares y rutas de transmisión comparables. El material genético viral se encuentra envuelto en estructuras proteicas, llamadas cápsides.

Los virus se dividen en grupos dependiendo de si están rodeados de una membrana lipídica externa (envueltos) o no (no envueltos). La dificultad de eliminar el virus depende del grupo al que pertenezcan. Los virus envueltos son más fáciles de eliminar:

El SARS-CoV-2, el virus responsable del COVID-19, es un virus envuelto y, por lo tanto, es de los más fáciles de eliminar.

Los dos principales riesgos son las interacciones interpersonales sin respetar las distancias mínimas de seguridad y no realizar una limpieza y desinfección adecuadas de las superficies de las zonas comunes.

¿Cómo se transmite el SAR-CoV-2?

- La vía de transmisión entre humanos se considera similar al descrito para otros coronavirus a través de las secreciones de personas infectadas, principalmente por contacto directo con gotas respiratorias de más de 5 micras (capaces de transmitirse a distancias de hasta 2 metros)
- Por las manos o los fómites contaminados con estas secreciones seguido del contacto con la mucosa de la boca, nariz u ojos (Información científica-técnica, Enfermedad por coronavirus, COVID-19, CCAES, abril 2020).

Según la Organización Mundial de la Salud también se podría dar una transmisión por aerosolización en espacios cerrados o en gotículas menores a 5 micras, como fuente de exposición secundaria.

2.2 Evaluación de la transmisión.

La transmisión de gotas ocurre cuando una persona se encuentra en contacto cercano (a menos de 2 metros) con alguien que presenta mayoritariamente síntomas respiratorios (por ejemplo, tos o estornudos) y, por lo tanto, corre el riesgo de tener sus mucosas (boca y nariz) o conjuntiva (ojos) expuestos a gotas respiratorias potencialmente infecciosas.

2.3 Evaluación de la transmisión por fómites.

Para prevenir la transmisión del virus por fómites hay que tener en cuenta los estudios sobre su supervivencia en diferentes materiales y los factores ambientales que pueden influir en ella, como son la radiación solar, temperatura ambiental, humedad, pH, etc.

En el contexto de los materiales que pueden encontrarse habitualmente en las piscinas, en diversos estudios realizados sobre la persistencia del SARS-CoV-2 se ha observado que:

- en acero inoxidable fue de 48 horas.
- en plástico de 72 horas mantenidas las condiciones a 21-23 °C y 40% de humedad relativa.

En condiciones controladas de laboratorio:

- no se detecta el virus después de 3 horas en superficie de papel,
- de 1 a 2 días en madera, ropa o vidrio
- más de 4 días en billetes de dinero.

En cuanto a la influencia de la temperatura, se observa que el virus es más termolábil a medida que aumenta la temperatura.

3. MEDIDAS ADOPTADAS EN EL CENTRO LA SALLE DE LLÍRIA.

El Centro La Salle de Llíria es un establecimiento privado que está diseñado para acoger a diferentes grupos para la formación, retiros espirituales, convivencias, encuentros, etc.

Ofrece servicio de alojamiento en habitaciones dobles o individuales y zona del albergue con habitaciones comunes.

El Centro dispone de salas de reuniones y una amplia zona ajardinada.

Nuestro servicio de comedor cuenta con cocina propia.

El Centro La Salle Llíria asume un compromiso firme con la gestión del riesgo, liderando la implementación sistemática de medidas dirigidas a minimizarlo.

La gestión del riesgo forma parte de todos los procesos de la organización; por ello, los distintos procesos deben estar coordinados entre sí.

3.1. Comité de Seguridad y Salud.

El Comité de Seguridad y Salud del Centro La Salle de Llíria, identificará y evaluará los riesgos de contagio y definirá las estrategias y toma de decisiones para la minimización de riesgos higiénico-sanitarios por COVID-19.

Las funciones de este Comité serán las siguientes:

- Establecer un plan de contingencia para minimizar el riesgo de contagio en el Centro.
- Desarrollar y actualizar el protocolo ante covid-19
- Informar a los trabajadores de las medidas adoptadas.
- Velar por la seguridad de los trabajadores y los clientes.
- La supervisión del cumplimiento de las recomendaciones y pautas dictadas por las autoridades sanitarias en relación a medidas especiales por COVID-19, tanto por parte de empleados como de clientes.
- La posibilidad de modificar los procesos dirigidos a la toma de decisiones, si fuera necesario.
- La asignación de recursos humanos y materiales, incluida la determinación el uso de Equipos de Protección Individual (EPI) atendiendo a las necesidades derivadas de la evaluación de riesgos laborales.

3.2. Medidas generales.

- Planificar las tareas y procesos de trabajo de tal forma que se garantice la distancia de seguridad establecida por las autoridades sanitarias.
- Evaluar la presencia en el entorno laboral de trabajadores vulnerables frente a la COVID-19.
- Asegurar la adecuada protección de los empleados, facilitando el lavado de manos con agua y jabón y, si esto no es posible, el uso de solución desinfectante.
- Facilitar tiempo y medios para la correcta higiene de manos.
- Disponer de un termómetro de frente infrarrojo sin contacto.
- En caso de que algún servicio se encuentre subcontratado, el Comité de Seguridad y Salud, supervisará que el personal cuenta con los equipos de protección individual necesarios.
- Establecer normas de uso de las instalaciones en la que se desarrolla el trabajo y los espacios compartidos para mantener la distancia de seguridad.
- En todas las actividades se deben respetar las distancias de seguridad interpersonal. Para ello y cuando sea necesario, se deberá realizar el correspondiente control de aforos. En caso de que no sea posible, deben garantizarse las medidas y equipos de protección necesarios.

- Debe formarse a los trabajadores sobre el correcto uso y mantenimiento de mascarillas, guantes y EPI que utilicen.
- Los productos utilizados para la desinfección se encuentran debidamente autorizados. Éstos deben utilizarse de acuerdo a las fichas de datos de seguridad de los productos.

3.3 Medidas de protección para el personal.

El personal conocerá el plan de contingencia diseñado y, de forma específica, sus responsabilidades en el marco de la gestión del riesgo.

Concretamente, el personal debe:

- Contar con una información clara y formación específica y actualizada sobre las medidas específicas que se implanten.
- Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano, tanto al resto de personal como a clientes. Se debe respetar la distancia de seguridad siempre que sea posible.
- Atender al resultado de la evaluación de riesgos de cada puesto de trabajo, que determinará la obligatoriedad o no de utilizar mascarilla y las características de ésta en función de la tarea a desarrollar (p.e higiénica, quirúrgica), así como el tiempo de uso de acuerdo a sus características.
- Tirar cualquier desecho de higiene personal –especialmente, los pañuelos desechables-, así como los EPI de forma inmediata a las papeleras o contenedores habilitados y con accionamiento no manual.
- Lavarse minuciosamente las manos tras estornudar, sonarse la nariz o toser o tocar superficies potencialmente contaminadas (dinero, cartas del establecimiento, etc.). No obstante, debe adaptarse el protocolo de limpieza de manos ateniendo a las características de la instalación, por ejemplo, cuando por las características físicas del edificio no sea posible que el personal se lave las manos periódicamente. En ese caso, se deberá asegurar el uso de solución desinfectante.
- Desinfectar frecuentemente, a lo largo de toda la jornada laboral, los objetos de uso personal (gafas, móviles, etc.) con una solución desinfectante o con agua y jabón cuando sea factible, y con el cambio de turno, los elementos del puesto de trabajo (pantalla, teclado, ratón, etc.). Para la desinfección de equipos electrónicos se deben utilizar productos específicos, aplicados con un paño, o toallitas desinfectantes especiales.
- No compartir equipos de trabajo o dispositivos de otros empleados. En caso de que exista alternancia en el uso de determinados equipos o dispositivos, el Centro debe establecer pautas de limpieza y desinfección entre uso y uso para la reducción del riesgo de contagio.
- Llevar diariamente la ropa de trabajo limpia.

Personal dirección y administración

La higiene de manos es la medida principal de prevención. Se lavarán con frecuencia con un gel antiséptico o con agua y jabón.

En contacto con el público será obligatorio el uso de mascarilla.

Personal de limpieza

El personal de limpieza debe utilizar el equipo de protección individual adecuado dependiendo del nivel de riesgo que se considere en cada situación. Como mínimo, el personal debe utilizar mascarilla y guantes. Se recomienda lavarse las manos con hidrogel para la limpieza de cada habitación.

Tras cada limpieza los materiales empleados y los equipos de protección utilizados se desecharán de forma segura.

Los guantes y mascarillas deben desecharse en función de su vida útil y de las condiciones en las que se utilicen.

Los carros de limpieza (en caso de que se disponga de éstos) se limpiarán y desinfectarán tras cada cambio de turno en el que se hayan utilizado. La recogida de papeleras de zonas de uso común debe realizarse de forma que las bolsas queden selladas y trasladadas al punto de recogida.

Personal de cocina

La higiene de manos es la medida principal de prevención. Se lavarán con frecuencia con un gel antiséptico o con agua y jabón.

El uso de la mascarilla es obligatorio durante toda la jornada laboral.

El uso de guantes será obligatorio en el servicio de comida (línea o buffet).

Tras cada limpieza los materiales empleados y los equipos de protección utilizados se desecharán de forma segura.

Los guantes y mascarillas deben desecharse en función de su vida útil y de las condiciones en las que se utilicen.

Personal de mantenimiento

Ante cualquier reparación o comprobación de las instalaciones, el personal se desinfectará las manos previamente y en la realización de dichas actividades llevará puesta mascarilla.

4. REQUISITOS DE SERVICIO.

4.1. Recepción y acogida.

- La zona de recepción y acogida contará con solución desinfectante para manos.
- Se han colocado mamparas de seguridad en el mostrador de recepción.
- Se han colgado carteles informativos para reducir el contagio coronavirus
- Debe fomentarse el pago por transferencia.
- Se evitará compartir bolígrafos si es posible o bien, disponer de bolígrafos para uso exclusivo de los clientes. Si se comparten, se deben desinfectar tras cada uso.
- Se retiran las tapas de las papeleras y folletos informativos.
- Los mostradores deben limpiarse y desinfectarse de forma periódica y al menos diariamente, considerando en todo caso la mayor o menor afluencia de clientes.
- El equipo informático y cualquier otro elemento de uso (p.e. teléfono, ordenador, etc.) debe limpiarse y desinfectarse al inicio y al finalizar el turno de trabajo.
- Se definirán los aforos de las distintas instalaciones atendiendo a la normativa aplicable al momento.
- Al responsable de cada grupo se le facilitará el protocolo de actuación del Centro La Salle de Liria ante el covid-19 para trasladar la información al grupo.
- El responsable de grupo se encargará de vigilar la salud de los participantes y de tomar la temperatura diariamente antes del servicio del desayuno.
El termómetro será facilitado por el Centro.
- En el caso de que se observen clientes con sintomatología compatible con COVID-19, El Centro La Salle llamará al 112 y atenderá a las actuaciones que le indiquen.
- Los clientes deberán traer sus propios equipos de protección, no obstante, si alguien precisa de estos suministros (mascarillas y guantes) pueden adquirirlos en recepción abonando su coste sin ningún beneficio adicional.
- Las llaves que se entreguen a los clientes estarán desinfectadas y el personal de recepción previamente se desinfectará las manos para entregarlas.
Al finalizar la estancia se devolverán en recepción depositandolas en un cubículo para desinfectarlas posteriormente antes de volver a colocarlas en el casillero de recepción.
- Los clientes deben ser informados de aquellas medidas del plan que les afecten directamente y deban aplicar (p.e. uso de mascarilla, lavado de manos, distancias de seguridad, etc.)

4.2. Zonas de uso común.

- Se han dispuesto de soluciones desinfectantes en los lugares de paso y en aquellas instalaciones de mayor uso por los clientes. Los dispensadores de papel, gel y jabón deben limpiarse periódicamente, atendiendo al nivel de uso.
- En las máquinas de *vending*, se informará con carteles informativos de la necesidad de lavarse las manos con gel desinfectante antes y después de su uso.
- En cada planta en el acceso al ascensor habrá dosificadores de gel y carteles informativos de cómo proceder a la desinfección de manos. También se informará a los clientes de su capacidad máxima. Se aplicará la norma de no compartirse entre personas de diferentes unidades familiares/grupos, salvo que se haga uso de mascarillas.
- Las salas donde se vaya a celebrar el evento u espacios cerrados para las reuniones o actividades de animación, se ventilarán 2 horas antes de su uso para garantizar la normativa vigente.
- Se incrementa las frecuencias de limpieza y desinfección, y repasos, especialmente en las zonas de mayor contacto (superficies, pomos, zonas comunes, lavabos, grifería, manivelas, mostrador de recepción, puertas, llaves de habitaciones, mandos a distancia, botón de descarga del wc, barreras de protección y control de climatización.
- El plan de limpieza debe incidir de forma específica en la limpieza e higiene de duchas y aseos de uso compartido (en su caso). Al menos en estas instalaciones deben aumentarse las frecuencias en función de su uso, asegurando la ausencia de humedades, vaciado de papeleras diario, desinfección de superficies, etc. El establecimiento debe prestar una especial atención a la limpieza y desinfección de las zonas de uso común.

4.3. Habitaciones y albergue.

- La limpieza y desinfección de habitaciones y albergue debe realizarse en condiciones de seguridad, evitando la presencia de clientes. El Centro La Salle determinará una franja horaria al día dedicada a las limpiezas en profundidad de las habitaciones sin presencia de clientes.
- La limpieza en el contexto COVID-19 contemplará de forma específica el aireado de la estancia.
- Además, se prestará especial atención a la limpieza de paredes, suelos, techos, espejos y ventanas, muebles, equipos, pomos y elementos decorativos y funcionales. Se facilitará un listado al personal de limpieza que contemplará la relación de dichos elementos.
- Si se precisa de mantas y/o almohadas adicionales se pedirán en recepción .
- Los aseos dispondrán de papeleras con bolsa en su interior y accionamiento no manual.

Habitaciones dobles o sencillas :

Una vez desinfectada la habitación se procederá a vestir la cama o camas dependiendo del número de huéspedes que la ocupen.

El remplazo de toallas y de lencería de cama se realizará al menos una vez cada tres días para un mismo cliente.

Habitaciones del albergue:

En habitaciones compartidas se debe instar a los clientes a hacer sus propias camas, así como a que no toquen camas o literas de otros clientes. El Centro facilitará la lencería.

En los aseos y duchas comunes del albergue se establecen las siguientes medidas:

- Contarán con dispensadores de gel y de papel de secado.
- No se dispone de alfombrillas en los aseos.
- Se dispondrá de un dispensador con solución desinfectante.
- Se recomienda el uso de calzado apropiado para el uso de duchas comunes.
- Los usuarios del albergue tienen que traer sus propias toallas.

4.4. Lavandería.

Se debe cumplir con los siguientes requisitos:

- El cliente depositará los textiles “sucios” (sábanas, toallas y colcha) en los carros de los pasillos de cada planta.
- El carro estará forrado con una bolsa de plástico que se encargará de cerrarla el personal de limpieza y lo llevará a lavandería hasta su tratamiento.
- Se debe evitar sacudir los textiles sucios.
- Tras la manipulación de textiles “sucios” el personal debe lavarse las manos.
- Todos los textiles “sucios” se lavarán a >60º además la ropa blanca se tratará con lejía.

4.5. Comedor.

Requisitos generales:

- En la zona de comedor se establecerá un aforo máximo de forma que se respete la distancia de seguridad entre clientes atendiendo a las normas vigentes de sanidad.
- Se indicará una puerta de entrada y otra de salida.
- La comida de la línea estará protegida por una mampara de cristal, los clientes a su paso serán servidos por el personal de comedor.
- En el comedor se pondrá a disposición de los clientes solución desinfectante para que se limpien las manos al entrar con carácter obligatorio.

- Cuando pasen por la línea o buffet se deberá de llevar mascarilla, con carácter obligatorio.
- El responsable de cada grupo avisará de que hay que entrar al comedor con mascarilla y manos desinfectadas. Una vez sentados en el comedor podrán retirarse la mascarilla.
- Antes de acceder al comedor en el servicio de desayuno el responsable de grupo habrá tomado la temperatura a cada participante.
- En las máquinas autoservicio de café y microondas del comedor se dispondrá de dispensadores de hidrogel para desinfectar las manos antes de su uso y será obligatorio llevar mascarilla.
- Al finalizar cada servicio de comida (desayuno, comida y cena) se ventilará el espacio y llevarse a cabo una limpieza y desinfección de las superficies de la mesa y sillas que entran en contacto con los clientes.
- El personal de comedor debe lavarse periódicamente las manos con agua y jabón y, cuando esto no sea posible, hacer uso de solución desinfectante.

4.6 Servicio de Mantenimiento.

- El personal de mantenimiento debe protegerse con los medios de protección personal mientras realiza el servicio de mantenimiento de la habitación.
- Una vez finalizada la asistencia o reparación, el personal desechará los EPI de acuerdo a lo definido en el plan de contingencia, y se lavará posteriormente las manos.
- Si el cliente se encuentra en la habitación porque sea necesaria su presencia, se debe instar al mismo a ponerse la mascarilla mientras el personal de mantenimiento permanezca en la habitación siempre que no se pueda asegurar la distancia mínima de seguridad. Se debe evitar cualquier contacto físico o el cliente desaloje la habitación.
- De forma específica, debe revisarse el sistema de aire acondicionado periódicamente, especialmente la limpieza de filtros y rejillas.
- Adicionalmente al resto de mantenimientos obligatorios del establecimiento se debe insistir en la importancia de contemplar de forma específica la revisión periódica el equipamiento utilizado para la prevención de COVID-19 (dispensadores de papel, gel desinfectante, mamparas etc.).

**ANEXO I:
RECOMENDACIONES DE LA OMS PARA EL LAVADO DE MANOS**

¿Cómo lavarse las manos?

0 Duración de todo el procedimiento: **40-60 segundos**



0 Mójese las manos con agua;



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



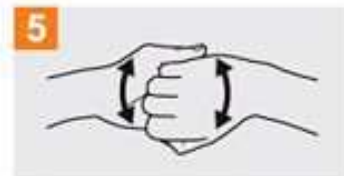
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



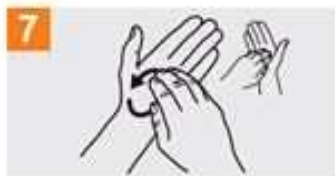
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



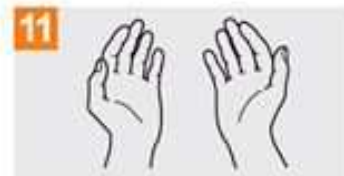
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ESTERCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES

Clean Your Hands

ANEXO II: USO ADECUADO DE EPI MASCARILLA

En base a la Resolución del 23 de abril, de la Secretaría General de Industria y de la Pequeña y Mediana Empresa, referente a los equipos de protección individual en el contexto de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, si un equipo no dispone de certificado UE del Organismo Notificado (junto con la Declaración de Conformidad del fabricante y del resto de información que se pide en el producto/envase para el mercado CE), para poder ser suministrado/comercializado de forma excepcional, deberá contar con una autorización temporal por parte de la correspondiente autoridad de vigilancia del mercado (punto 2 del apartado Primero de la resolución).

De forma general, la recomendación es utilizar EPI desechables, o si no es así, que puedan desinfectarse después del uso, siguiendo las recomendaciones del fabricante.

Los EPI deben escogerse de tal manera que se garantice la máxima protección con la mínima molestia para el usuario y para ello es muy importante escoger la talla, diseño o tamaño que se adapte adecuadamente a mismo.

La correcta colocación de los EPI es fundamental para evitar posibles vías de entrada del agente biológico; igualmente importante es la retirada de los mismos para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso.

Los EPI deben desecharse de manera segura, en bolsas cerradas que se eliminarán en el contenedor de restos (no en el de reciclaje).

Mascarillas

Las mascarillas recomendadas en entornos laborales en el contexto de la actual epidemia de COVID-19 son las higiénicas (no reutilizables, fabricadas según UNE 0064-1 y con uso limitado a 4 horas, o reutilizables, fabricadas según UNE 0065, y que deben ser lavadas a 60°C tras periodo de uso similar). También podrá hacer uso de mascarillas quirúrgicas (UNE-EN 14683:2019) aunque éstas son preferibles reservarlas para personal contagiado o con sintomatología compatible con COVID-19.

En todo caso, y como norma general, no es necesario utilizar mascarillas en un entorno donde no hay evidencia de persona o superficies potencialmente contaminadas por SARS-CoV-2, siempre que se pueda guardar la distancia de seguridad.

En caso de acceder a zonas con presencia de personas contagiadas deben utilizarse mascarillas de protección respiratoria (tipo FFPII o FFPIII) excepto si no hubiera acercamiento a menos de dos metros. Se podrán también utilizar

mascarillas duales, que deberán cumplir tanto con las disposiciones legislativas de EPI como con las de PS (producto sanitario).

En ningún caso deberá tocarse la parte frontal de la mascarilla con las manos durante su uso y retirada. Tampoco se dejará la mascarilla en la frente, cuello ni se guardará en el bolsillo entre un uso y otro.

Nota: las mascarillas quirúrgicas y las mascarillas higiénicas no son consideradas EPI.

Mascarillas higiénicas en población general



La mayoría de las personas adquieren la COVID-19 de otras personas con síntomas. Sin embargo, cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas sin síntomas o con síntomas leves. Por ello, el uso de mascarillas higiénicas en la población general en algunas circunstancias podría colaborar en la disminución de la transmisión del virus.

Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:




Si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación




Mantén 1-2 metros de distancia entre personas



Lávate las manos frecuentemente y meticolosamente



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usa pañuelos desechables



Trabaja a distancia siempre que sea posible

Una mascarilla higiénica es un producto no sanitario que cubre la boca, nariz y barbilla provisto de una sujeción a cabeza u orejas

Se han publicado las especificaciones técnicas UNE para fabricar mascarillas higiénicas:

- Reutilizables (población adulta e infantil)
- No reutilizables (población adulta e infantil)

¿A QUIÉN se recomienda su uso?



A la población general sana



¿CUÁNDO se recomienda su uso?

- Cuando no es posible mantener la distancia de seguridad en el trabajo, en la compra, en espacios cerrados o en la calle.
- Cuando se utiliza el transporte público.

⚠ Haz un uso correcto para no generar más riesgo:

-  **Lávate las manos antes de ponerla.**
-  **Durante todo el tiempo la mascarilla debe cubrir la boca, nariz y barbilla. Es importante que se ajuste a tu cara.**
-  **Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta.**
-  **Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 horas. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra. No reutilices las mascarillas a no ser que se indique que son reutilizables.**
-  **Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos.**
-  **Las mascarillas reutilizables se deben lavar conforme a las instrucciones del fabricante.**

21 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob

¡ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDOS



ANEXO III: USO ADECUADO DE EPI. GUANTES

Los guantes de protección deben cumplir con la norma EN- ISO 374.5:2016. Se recomiendan que sean de vinilo o nitrilo, pero pueden usarse otros materiales más resistentes si la actividad que se vaya a realizar lo requiere. Los guantes deben contar con el marcado CE.

Los guantes pueden crear una falsa sensación de protección, por ello, es muy importante la higiene de manos antes y después de su uso, sobre todo si se han tocado superficies potencialmente contaminadas.

Los guantes deberán cambiarse con la frecuencia indicada según su uso y siguiendo las indicaciones del fabricante. En todo caso, se puede aplicar higienizante sobre ellos para alargar su uso, pero ante cualquier signo de deterioro (perforación, rasgado, etc.) deben ser sustituidos.

La manera correcta de quitarse los guantes sin contaminar las manos es siguiendo los siguientes pasos:



ANEXO IV:

MODO DE ACTUACIÓN EN CASO DE PERSONAL INFECTADO O DE RIESGO

Conocimientos básicos sobre COVID-19 a tener en cuenta de cara a su prevención:

- Los síntomas del COVID-19 son tos, fiebre y dificultad respiratoria principalmente y dolor muscular y de cabeza en algunos casos.

- El 80% de los casos presentan síntomas leves y el periodo de incubación es de 2-14 días. El 50% de los casos comienza a presentar síntomas a los 5 días desde el contagio.

- Si una persona trabajadora empezara a tener síntomas compatibles con la enfermedad se contactará de inmediato con el teléfono habilitado para ello por la Comunidad Autónoma o centro de salud correspondientes, asimismo lo pondrá en conocimiento de la empresa. Si la sintomatología se iniciara en el puesto de trabajo, pondrá esta situación en conocimiento con su responsable inmediato. Por su parte, el establecimiento procederá a su notificación al servicio de prevención si los hubiere para que éste adopte las medidas oportunas y cumpla con los requisitos de notificación que establece el Ministerio de Sanidad.

- Si alguna persona trabajadora correspondiese al perfil de “persona de riesgo” según las recomendaciones del Ministerio de Sanidad, bien por embarazo, patologías crónicas previas o edad, se procederá a la revisión de su puesto de trabajo por el servicio de prevención, para considerar la conveniencia o no de recomendar su “aislamiento preventivo” en caso de no poder realizar su trabajo por teletrabajo, siguiendo el procedimiento antes referido.