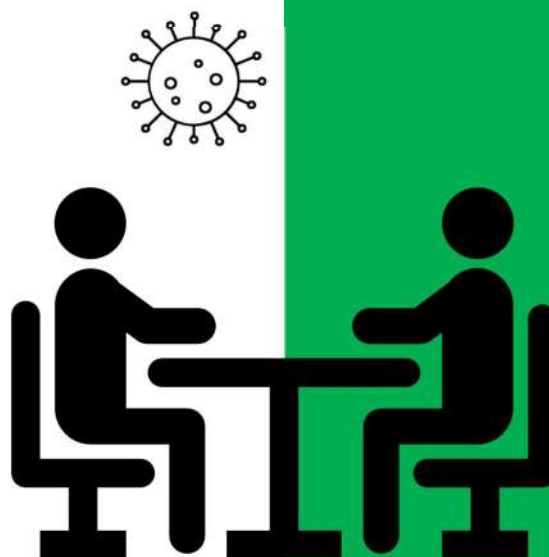




PROTOCOLO DE REAPERTURA DE CENTROS GESTIONADOS POR AFAs



Comité Atención Asociativa

Fecha: 14 – May- 2020

Rev: 00

El presente protocolo se refiere a la reapertura de los centros terapéuticos gestionados por las asociaciones integradas en la estructura confederal de CEAFA, teniendo como objetivo garantizar unos niveles adecuados de protección de los trabajadores y de las personas que reciben este tipo de atención en dichos centros.

Son recomendaciones preventivas básicas a tener en cuenta en esta actividad según las informaciones de las autoridades sanitarias sobre el coronavirus.

1) MEDIDAS PARA EL ACONDICIONAMIENTO DEL CENTRO

1.1. Medidas organizativas

La disposición de los puestos de trabajo, la organización de la circulación de las personas y la distribución de espacios (mobiliario, estanterías, pasillos...) en el centro debe modificarse, en la medida de lo posible, con el objetivo de garantizar el mantenimiento de distancias de seguridad de 2 metros entre las personas.

El aforo máximo deberá permitir cumplir con el requisito de distancias de seguridad.

- Se fomentará la instalación de mecanismos de control de acceso en las entradas de los locales, tales como sensores de temperatura...
- Se establecerán zonas de entrada y salida al centro diferenciadas siempre que sea posible y señalizadas adecuadamente con el fin de evitar cruces de personas.
- Se colocarán carteles para informar sobre la llevanza de una adecuada higiene de manos tanto a la entrada de los centros como en las recepciones, aseos y salas de trabajo.
- A la entrada del centro se colocará una alfombra desinfectante para las suelas de los zapatos.
- Se eliminarán los objetos decorativos que no sean indispensables.
- Se inhabilitarán las máquinas autoventa, cafeteras y fuentes de agua.
- Se garantizará que todos los aseos y salas dispongan de jabón/solución hidroalcohólica y toallas de papel desechables para la higiene de manos (No reutilizar toallas).
- Para la recepción, acogida, atención, etc. de los usuarios, los trabajadores y usuarios deberán disponer de los equipos de protección individual adecuados y de las medidas de limpieza necesarias.
- Cuando estuviera prevista la ejecución de una determinada tarea en la que participen varias personas usuarias y no resulte viable mantener la separación de 2 metros entre ellas, ni sea

posible la instalación de barreras físicas (protecciones colectivas) para separarlas, se suspenderá su ejecución.

- En aquellas situaciones que permitan la separación mínima, se habilitarán los espacios para favorecer dicha distancia (Ejemplo, dejar dos sitios libres entre usuario y usuario en una mesa...). Deberá prestarse especial atención al cumplimiento de la distancia entre los usuarios.
- Es necesario verificar que la distancia de seguridad está garantizada en todo el centro.
- Se recomienda la instalación de mamparas u otros elementos físicos de fácil limpieza y desinfección.
- Se procurará el uso exclusivo de elementos de uso personal como sillas de ruedas, sillones, armarios, taquillas, menaje, etc. y, si ello no es posible, se desinfectarán adecuadamente todos los elementos antes de ser utilizados por otro usuario.
- La entrada a los familiares quedará restringida, no pudiendo acceder al centro ni a la llegada del usuario ni a su salida.
- Las visitas al centro por parte de terceras personas quedarán suspendidas.
- Se evitará, en la medida de lo posible, la rotación de profesionales/o rotación de usuarios en las diferentes dependencias del centro.

1.2. Medidas de higiene

- Es fundamental llevar a cabo una desinfección del centro previa al reinicio de la actividad, mediante cualquiera de las siguientes alternativas:
 - ✓ Solicitud a la entidad que nos haya cedido el local (Ayuntamiento...) la desinfección del centro o
 - ✓ Contratación de los servicios de una empresa especializada en desinfección
- Se deben realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de cinco minutos.
- Es recomendable reforzar la limpieza de los filtros de aire y aumentar el nivel de ventilación de los sistemas de climatización para renovar el aire de manera más habitual.
- Se reforzarán la limpieza y la desinfección de las instalaciones, en especial las superficies de contacto habitual como manillas, pomos, interruptores, pasamanos, escaleras, carros de aseo, de curas, etc. poniendo especial atención en zonas accesibles para personas deambulantes. Se adoptarán medidas para evitar el contacto con superficies u objetos susceptibles de contaminación (por ejemplo, mantener puertas abiertas para evitar contacto con pomos, manillas, etc.
- Se desinfectará el área de trabajo utilizada cada vez que se produzca un cambio de usuarios o profesionales.

- Las herramientas y otros equipos de trabajo se utilizarán preferentemente de manera individualizada, debiendo desinfectarse tras su utilización. Cuando el uso de herramientas u otros equipos no sea exclusivo de una sola persona, se desinfectarán entre usos.

1.3. Gestión de los residuos

- El centro debe disponer de papeleras con tapa y pedal para evitar que se toque la tapa con las manos. En cada papelera se colocarán dos bolsas de basura, una dentro de la otra.
- Los pañuelos y toallas desechables utilizados serán depositados en las papeleras indicadas en el punto anterior.
- Todo material de protección personal –mascarillas, guantes, etc.—debe depositarse en el contenedor de restos orgánicos.
- En caso de que una persona (trabajadora o usuaria) presente síntomas mientras se encuentra en el centro, será preciso aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos u otros productos usados. Esas dos bolsas de basura (recordemos que las papeleras deberán llevar siempre doble bolsa de basura) deberán ser extraídas y colocadas en una tercera bolsa de basura, con cierre, para su depósito en el contenedor de restos.

2) MEDIDAS PARA LA PROTECCIÓN DE LOS TRABAJADORES

2.1. Antes de la Prestación del Servicio

- Se identificará a los trabajadores especialmente sensibles a los efectos del coronavirus para evaluar la conveniencia de su reincorporación al servicio.
- Se dotará de los productos sanitarios (jabón, solución hidroalcohólica y pañuelos desechables) y equipos de protección necesarios a los trabajadores, especialmente guantes y mascarilla FFP2 sin filtro. En su defecto podrán utilizarse mascarillas quirúrgicas, salvo en aquellos casos que por prescripción médica deban hacer uso de las FFP2 sin filtro.
- Se aconseja establecer turnos, horarios, alternar tareas, etc. para minimizar el impacto de la carga física y mental en esta situación.
- Se impartirá la necesaria formación al personal: limpieza e higiene personal, utilización de productos sanitarios o EPI, protocolo a seguir en caso de que una persona trabajadora/usuario manifieste síntomas (Ver *Anexo - Síntomas del Coronavirus y cómo actuar en caso de detectar un posible COVID-19*), riesgos existentes, medidas puestas en marcha, manejo y utilización de productos sanitarios o EPI, pautas sobre situaciones de estrés laboral, etc.
- La Asociación fomentará que el desplazamiento del personal se realice de manera individual. (Ver *Anexo – Protocolo de Transporte*).
- En caso de presentar cualquier sintomatología (tos, fiebre >37,5°C, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19 no se deberá acudir al trabajo y se deberá contactar con:
 - ✓ El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la Asociación
 - ✓ El teléfono de atención al COVID-19 de la Comunidad Autónoma
 - ✓ El Centro de Atención Primaria

y se deberán seguir las instrucciones. No se deberá acudir al centro de trabajo hasta que se confirme que no hay riesgo para el trabajador/a o el resto de las personas. (Ver “Síntomas del Coronavirus y cómo actuar en caso de detectar un posible COVID-19”)

- Antes de ser reincorporados, se realizarán tests a los trabajadores para verificar que no están infectados con COVID-19.
- Si se ha estado en contacto estrecho con una persona afectada por el COVID-19, tampoco se deberá acudir al puesto de trabajo, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 14 días. Durante ese periodo se deberá realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad.

2.2. Medidas preventivas por parte de los trabajadores en el Centro

A la entrada en el Centro:

- Toma de temperatura diaria
- Se accederá al centro y zonas de trabajo por turnos.
- No saludar teniendo contacto físico (dando la mano, abrazos, besos)
- Antes de acceder al centro, se deberá realizar el lavado de manos (*Anexo – Pasos necesarios para una correcta higiene o lavado de manos*)
- Deberá realizarse cambio de indumentaria al inicio y final de la jornada. No podrá prestarse servicio con la indumentaria utilizada para venir al centro. Las prendas utilizadas durante la estancia en el centro se limpiarán diariamente.
- Colocación de EPIs facilitados por la Asociación (*Anexo – Secuencia para poner y quitar un EPI*), que incluirán en todo caso mascarilla y guantes.
- Se evitarán sistemas de fichajes por huella dactilar, habilitándose otras vías para evitar el contacto de los trabajadores con una misma superficie. (por ejemplo, rellenar una hoja de control horario sin compartir bolígrafo).

Durante la estancia en el Centro:

- Evitar utilizar equipos y dispositivos de los compañeros. En caso de no ser posible, desinfectar antes de usarlos.
- Los materiales de estimulación empleados serán de uso individual. Se restringirán las actividades de estimulación de carácter colectivo.
- Se realizarán las reuniones que sean estrictamente necesarias, manteniéndose la distancia de seguridad de 2 metros. En el caso de que se realice entorno a una mesa de reuniones, se dejará una distancia de separación de dos asientos entre los asistentes. La sala se desinfectará antes de que dé comienzo la reunión y después de la misma.
- Descansos durante la jornada:
 - ✓ A ser posible, los descansos se tienen que realizar por turnos.
 - ✓ Evitar el uso de cafeteras y fuentes de agua.
 - ✓ Ventilación adecuada (incluidos los baños).

Tras finalizar la jornada laboral

- Lavado de ropa/uniforme de trabajo utilizado en el día, recomendándose un lavado con un ciclo completo a una temperatura entre 60 y 90 grados centígrados.
- Todo el material de protección personal (Mascarillas, guantes...) debe depositarse en la papelera de residuos correspondiente (restos orgánicos).

2.3. Medidas de higiene personal de los trabajadores

- El lavado frecuente de manos con agua y jabón (al menos 40 segundos) o con una solución hidroalcohólica.
- La higiene de manos antes y después del contacto con los usuarios del centro
- Evitar tocar ojos, nariz, boca y la cara en general, aunque se lleven puestos los equipos de protección individual.
- Al toser y estornudar, cubrirse la nariz y boca, preferiblemente con un pañuelo desechable, y depositarlo a continuación en la papelera correspondiente. Si no se dispone de pañuelo desechable, cubrir con la parte interna del codo. Es especialmente importante lavarse después de toser o estornudar. Practicar buenos hábitos de higiene respiratoria.
- Mantener el distanciamiento social de 2 metros.

3) MEDIDAS PARA LA PROTECCIÓN DE LOS USUARIOS

3.1. Medidas organizativas

- Se contactará con las familias de los usuarios, para explicarles las normas adoptadas y conseguir su aceptación.
- Se recomienda la utilización de la Declaración Responsable que figura en el *Anexo – Declaración Responsable* del presente documento, que deberá ser cumplimentada por las familias al inicio/reinicio del servicio. Este documento permite dejar constancia por parte de la familia de que no ha habido exposición al COVID-19, ni por parte del usuario ni de los familiares y cuidador/es que atiendan al mismo. Así mismo, se comprometen a informar en caso de variaciones que pudieran originarse a la firma de dicha declaración.
- Se identificará a los usuarios especialmente sensibles a los efectos del coronavirus para evaluar la conveniencia de su reincorporación al servicio.
- Se dotará de los productos sanitarios (jabón, solución hidroalcohólica y pañuelos desechables) y equipos de protección necesarios a los usuarios (especialmente, guantes y mascarilla FFP2 sin filtro. En su defecto podrán utilizarse mascarillas quirúrgicas, salvo en aquellos casos que por prescripción médica deban hacer uso de las FFP2 sin filtro).

3.2. Desplazamiento al centro

Si el usuario hace uso del Transporte de la Asociación

- Antes de realizar el transporte, el conductor desinfectará el vehículo siguiendo estos pasos:
 - ✓ Limpiar con bayeta desechable el volante, pomo de la palanca de cambios, salpicadero, apoyabrazos y asiento, ventanillas, tiradores de puertas, pasamanos y barandillas y todas aquellas zonas susceptibles a contacto.
 - ✓ Se recomienda lavar primero la superficie a desinfectar, a continuación, usar un agente desinfectante y finalmente secar muy bien todas las superficies, evitando que puedan quedar zonas húmedas.
- El conductor utilizará mascarilla y guantes. Siempre que tenga que manejar documentación, hará uso de bolígrafo propio. Deberá extremar las medidas de higiene: lavarse las manos con frecuencia y siempre que salga del vehículo (para lo cual deberá previamente abastecerse de gel hidroalcohólico), y evitar tocarse la cara y reducir contactos interpersonales. Siempre que sea posible, el conductor debe permanecer a bordo: no se recomienda el acceso a las instalaciones de las AFA-s bajo ningún motivo.

- En los transportes de personas en vehículos de hasta nueve plazas, incluido el conductor, podrán desplazarse dos personas por cada fila de asientos, debiendo usarse siempre mascarillas y respeten la máxima distancia posible entre ocupantes. Sin embargo, recomendamos que, en la medida de lo posible se ubique a una persona por fila, distribuidas en diagonal y guardando la mayor distancia posible. El conductor o la persona auxiliar que le pueda acompañar, ayudará al usuario en su acceso y abandono del vehículo, minimizando el contacto físico, que se reducirá a lo estrictamente necesario para asegurar su bienestar.
- Antes de acceder al vehículo, los responsables del transporte tomarán la temperatura al usuario, y preguntarán al familiar cuidador por el estado de salud del mismo. En caso de presentar fiebre o cualquier síntoma, no se podrá acceder al servicio de la asociación y retornará a su domicilio. En caso de presentar temperatura corporal normal, se procederá a lavarle las manos al usuario con un gel hidroalcohólico antes de su acceso.
- Los usuarios del transporte deberán utilizar mascarilla, especialmente en el caso de que no pueda garantizarse una distancia interpersonal de dos metros.
- El conductor realizará una desinfección (toalla con alcohol o algún desinfectante de amplio espectro) entre servicio y servicio dentro y fuera del vehículo.
- El vehículo se ventilará frecuentemente y se procurará una adecuada renovación de aire cuando esté prestando el servicio de transporte, sin molestar a los usuarios.

Si el usuario se desplaza en vehículo privado del familiar cuidador

- **Condiciones de ocupación de los vehículos en el transporte terrestre**
En los transportes privados particulares y privados complementarios de personas en vehículos de hasta nueve plazas, incluido el conductor, podrán desplazarse dos personas por cada fila de asientos, siempre que utilicen mascarillas y respeten la máxima distancia posible entre los ocupantes.
Cuando se comparta un vehículo privado, si hay convivencia o contacto físico estrecho habitual no es necesario el uso de mascarilla. Sin embargo, si en el transporte van personas que no habitan en el mismo domicilio es obligatorio el uso de mascarilla.
- **Productos de desinfección**
El virus causante de la Covid-19 se inactiva tras pocos minutos de contacto con desinfectantes comunes como la lejía. En caso de usar otros desinfectantes debe asegurarse su eficacia.

- **Recomendaciones para conductores**

Extremar las medidas de higiene de los conductores. Sentido común para mantener una higiene correcta:

- ✓ Lavarse las manos con frecuencia y siempre cuando el conductor salga del vehículo.
- ✓ Evitar tocarse la cara y reducir contactos interpersonales (si esto fuese inevitable, recomendable el uso de guantes y/o mascarillas).
- ✓ En caso de habitáculo compartido, uso de mascarillas.

3.3. En el centro

- Toma de temperatura diaria a la entrada del centro (excepto a quienes vienen en transporte de la asociación que se les tomará la temperatura antes de montarse en el vehículo).
- Se accederá al centro y zonas de trabajo por turnos.
- Evitar los saludos que impliquen contacto físico (no dar la mano, ni abrazos o besos).
- Antes de acceder al centro, se les deberá realizar el lavado de manos y pasar por la alfombra desinfectante.
- Los familiares que acompañen a los usuarios no podrán acceder al centro (ni a la llegada ni a la salida).
- Se velará por que se extremen las medidas de higiene personal de los usuarios.
- Equipos de protección individual para los usuarios:
 - ✓ Mascarilla FFP2 sil filtro (En su defecto podrán utilizarse mascarillas quirúrgicas, salvo en aquellos casos que por prescripción médica deban hacer uso de las FFP2 sin filtro).
 - ✓ Guantes
 - ✓ Extremar higiene de manos
- Todos los efectos personales del usuario que hayan sido utilizados se llevarán de vuelta a su domicilio para su desinfección.

ANEXOS

Anexo – Declaración Responsable

D/D^a.....con DNI nº en calidad de persona usuaria, o en su caso D/D^a.....en calidad de Tutor/Guardador de hecho de D/D^a.....con DNI nº..... persona usuaria del Servicio de (**especificar los servicios que hace uso**) de la Asociación de

Declara Responsablemente

Que ni la persona usuaria beneficiaria del servicio, ni la personas cuidadoras ni familiares que conviven con ésta (ya sea de forma permanente o temporal) ha sido caso confirmado de COVID19, y que, en el caso de haberlo sido, ya ha sido dado de alta por la Autoridad Sanitaria competente y que ya ha sido autorizado a abandonar el aislamiento.

Que de existir otras personas cuidadoras externas (profesionales o no profesionales) que no convivan en el domicilio, se cumple igualmente lo descrito en el punto anterior.

Que ni la persona usuaria beneficiaria del servicio ni las personas cuidadoras ni familiares que conviven con ésta (ya sea de forma permanente o temporal) han estado en los 15 días previos al inicio del servicio en contacto con personas que presenten síntomas compatibles con COVID19 o estén en estudio de confirmación por la Autoridad Sanitaria.

Que se compromete a informar de manera inmediata a la Asociación y al personal de los talleres del conocimiento de haber estado expuesto a personas con síntomas, sospecha de caso de COVID 19 o caso confirmado del mismo.

Que se compromete a informar de manera inmediata a la Asociación y al personal de la presencia de síntomas compatibles con COVID 19 o confirmación, para la inmediata suspensión preventiva del servicio y la adopción de las medidas pertinentes, así como de comunicación con la Autoridad Sanitaria por los cauces establecidos para ello.

Que se compromete a realizar todas las medidas preventivas que la asociación debe de mantener, como es la toma de temperatura diaria al inicio, el distanciamiento social, la puesta de Epis, el ingreso y salida del centro de forma escalonada así como aquellos otros que se vean necesarios adoptar.

Que se compromete, en el caso de que el usuario se desplace al centro en un vehículo privado, a establecer todas las medidas preventivas marcadas por el Ministerio de Sanidad en cuanto a condiciones de ocupación, higiene y desinfección de vehículos privados.

Que se compromete a facilitar al personal de la Asociación la aplicación de las medidas preventivas dentro del domicilio y en el centro de la asociación. Así como facilitar también el respeto al distanciamiento social de todos los convivientes con respecto al profesional y fomentando todas las medidas de precaución.

Que los Equipos de Protección Individual (EPIs) que deba utilizar la persona usuaria o cualquier otra que convivan con ésta, serán aportados por la familia (mascarilla o guantes para el usuario)
(Para el caso en que sea suministrado por la familia)

En, a de de 20....

D/Dª.....
Persona Usuaría Servicio

D/Dª.....
Responsable Asociación.....

Anexo – Síntomas y cómo actuar en caso de detectar un posible caso COVID-19.

Los **síntomas más comunes** de la enfermedad del Coronavirus son:

- Fiebre (> 37,5°C)
- Tos
- Sensación de falta de aire

En algunos casos, puede disminuirse el olfato y el gusto, ocasionar diarrea o vómitos e incluso, lesiones variadas en la piel, en el pecho o en los dedos de pies y manos, generalmente en niños y adolescentes sin otros síntomas.

¿Cómo debemos actuar?

La mayoría de los casos son leves. No obstante, deberemos:

- Proceder al aislamiento de la persona en una habitación de uso individual. Dicha habitación deberá tener la puerta cerrada con ventana. Si es posible, baño individual.
- Hay que asegurar que todos conocen cómo hacer un correcto lavado de manos.
- Mantenerlo comunicado, por ejemplo, con un teléfono para que manifieste sus necesidades.
- En caso de dificultad respiratoria, falta de control de la fiebre o empeoramiento, contactar con el 112 o con el teléfono habilitado en la comunidad autónoma.
- Aplicar las recomendaciones de aislamiento que nos indiquen las autoridades sanitarias.
- Se recomienda mantener el aislamiento 14 días desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto.
- El seguimiento y el alta será supervisado por un médico de atención primaria o según indicaciones de las autoridades sanitarias de cada comunidad autónoma.

Anexo – Protocolo de desplazamiento al Centro de trabajadores

TRANSPORTE PÚBLICO

- Evita los desplazamientos si no son estrictamente necesarios. Utiliza siempre que puedas medios telemáticos para realizar tu trabajo o tus gestiones.
- Si tienes que desplazarte hazlo preferentemente a pie, en bicicleta o en cualquier otro modo de transporte individual.
- Consulta los horarios antes de salir de viaje y programa tu desplazamiento con tiempo suficiente. Mantente informado sobre servicios reducidos, paradas suprimidas y estaciones cerradas.
- Procura evitar el transporte público si perteneces a un grupo de riesgo.
- Evita las horas punta siempre que sea posible.
- Evita pagar en efectivo. Utiliza las máquinas de autoventa y el pago con tarjeta bancaria.
- Mantén las normas de higiene respiratoria.
- Lleva mascarilla mientras utilices el transporte público, tanto dentro de los vehículos como en las estaciones, paradas y pasillos.
- Evita, en lo posible hablar con otros usuarios o por teléfono. No consumas alimentos o bebidas.
- Procura mantener la distancia social con otros usuarios:
 - ✓ En las salidas y entradas a las estaciones deja siempre espacio suficiente con otros usuarios, especialmente si se forman colas en el momento de validar su billete.
 - ✓ Mantén la distancia social de 2 metros en las paradas de autobús, los andenes y en el interior de los trenes/autobuses.
 - ✓ En las escaleras mecánicas, mantén una sola fila, sin adelantar a los que se encuentran delante y guarda una separación de al menos dos escalones.
 - ✓ No utilices los ascensores, salvo en casos imprescindibles.
 - ✓ Mantén una distancia prudencial hasta el borde del andén o la calzada a la llegada del tren/autobús, y no te acerques a las puertas antes de la bajada de los usuarios.
 - ✓ Evita el cruce con otros viajeros al subir y bajar del tren/autobús. No te precipites al bajar y al subir. El tren/autobús no se irá hasta que hayan bajado y subido todos los viajeros.
- Presta atención a la señalización, a los avisos por megafonía y a las indicaciones de los conductores y del personal de seguridad. Te ayudará a prevenir contagios.
- Antes de iniciar su desplazamiento y cuando lo finalice, lávate bien las manos con agua y jabón o con un gel hidroalcohólico.
- Permanece en la estación el tiempo mínimo imprescindible.

Utilización de mascarillas en los medios de transporte.

El uso de mascarillas que cubran nariz y boca será **obligatorio** para todos los usuarios del transporte en autobús, ferrocarril, aéreo y marítimo. Asimismo, será obligatorio para los usuarios de los transportes públicos de viajeros en vehículos de hasta nueve plazas, incluido el conductor.

TRANSPORTE INDIVIDUAL/PROPIO

- **Condiciones de ocupación de los vehículos en el transporte terrestre**

En los transportes privados particulares y privados complementarios de personas en vehículos de hasta nueve plazas, incluido el conductor, podrán desplazarse dos personas por cada fila de asientos, siempre que utilicen mascarillas y respeten la máxima distancia posible entre los ocupantes.

Cuando se comparta un vehículo privado, si hay convivencia o contacto físico estrecho habitual no es necesario el uso de mascarilla. Sin embargo, si en el transporte van personas que no habitan en el mismo domicilio es obligatorio el uso de mascarilla, como en el transporte público.

- **Productos de desinfección**

Este virus se inactiva tras pocos minutos de contacto con desinfectantes comunes como la lejía. En caso de usar otros desinfectantes, debe asegurarse la eficacia de los mismos.

- **Recomendaciones para conductores**

Extremar las medidas de higiene de los conductores. Sentido común para mantener una higiene correcta:

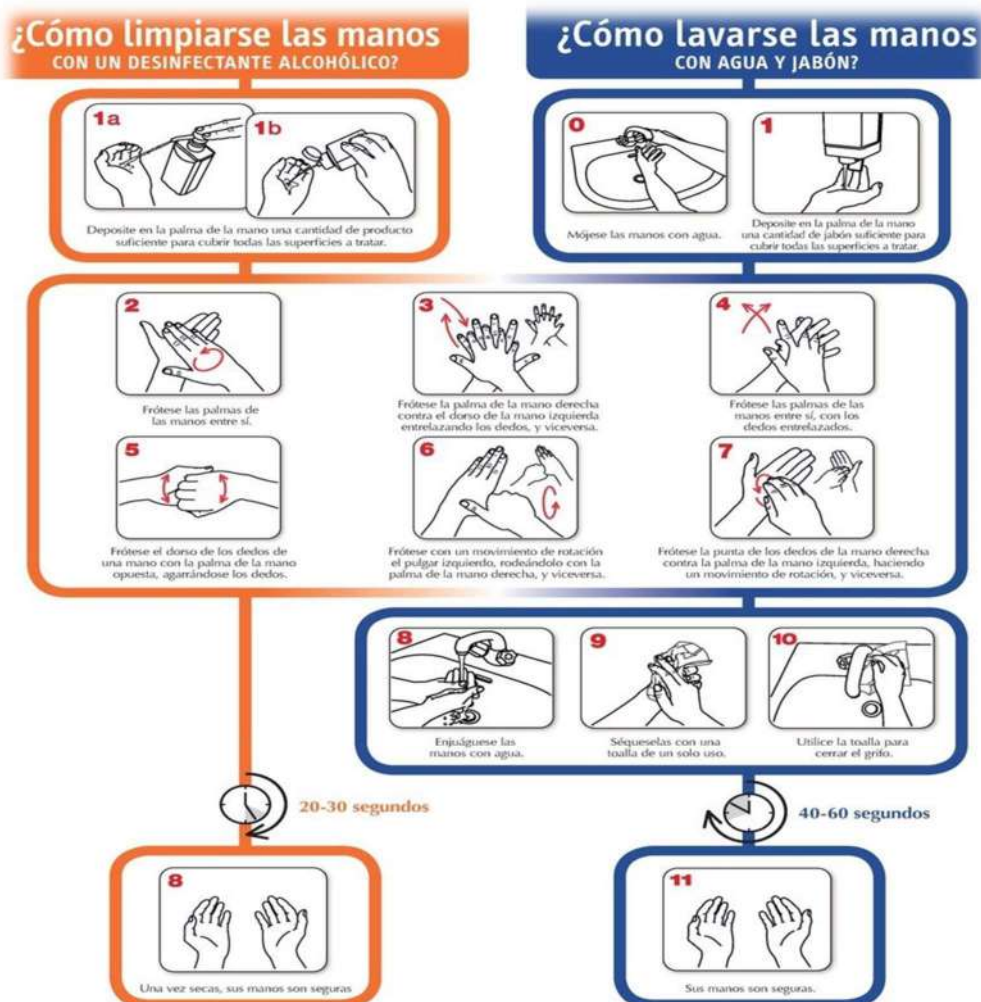
- ✓ Lavarse las manos con frecuencia y siempre cuando el conductor salga del vehículo.
- ✓ Evitar tocarse la cara y reducir contactos interpersonales (si esto fuese inevitable, recomendable el uso de guantes y/o mascarillas).
- ✓ En caso de habitáculo compartido, uso de mascarillas.

ANDANDO AL TRABAJO

- Mantener una distancia de 2 metros con el resto de viandantes.
- El Gobierno advierte de que, si se va al trabajo andando, en bicicleta o moto, no es necesario el uso de mascarilla.

Anexo – Pasos necesarios para una correcta higiene o lavado de manos

- Mojarse las manos y aplicar jabón.
- Frotarse las palmas de las manos entre sí.
- Frotar la palma de una mano contra el dorso de la otra entrelazando los dedos.
- Frotar las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados.
- Frotar el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra.
- Con un movimiento de rotación, frotar el pulgar atrapándolo con la palma de la otra mano.
- Frotar los dedos de una mano con la palma de la otra con movimientos de rotación.
- Enjuagarse las manos con agua.
- Secarse las manos con una toalla de un solo uso.



Anexo – Secuencia para poner y quitar un EPI

Tal y como se ha indicado, los EPI deben seleccionarse para garantizar la protección adecuada en función de la forma y nivel de exposición y que ésta se mantenga durante la realización de la actividad laboral. Esto debe tenerse en cuenta cuando se colocan los distintos EPI de tal manera que no interfieran y alteren las funciones de protección específicas de cada equipo. En este sentido, deben respetarse las instrucciones del fabricante.

Después del uso, debe asumirse que los EPI y cualquier elemento de protección empleado pueden estar contaminados y convertirse en nuevo foco de riesgo. Por lo tanto, un procedimiento inapropiado de retirada puede provocar la exposición del usuario.

Consecuentemente, **debe elaborarse e implementarse una secuencia de colocación y retirada de todos los equipos detallada y predefinida, cuyo seguimiento debe controlarse.**

Los EPI deben colocarse antes de iniciar cualquier actividad probable de causar exposición y ser retirados únicamente después de estar fuera de la zona de exposición.

Se debe evitar que los EPI sean una fuente de contaminación, por ejemplo, dejándolos sobre superficies del entorno una vez que han sido retirados.

Pasos para ponerse y quitarse el equipo de protección personal (EPP) incluida la bata

Pasos para ponerse el equipo de protección personal (EPP), incluida la bata

1 Quite todos los efectos personales (joyas, reloj, teléfono móvil, bolígrafos, etc.).



2 Póngase el traje aséptico y las botas de goma¹ en el vestuario.



3 Pase al área limpia que está en la entrada de la unidad de aislamiento.

4 Haga una inspección visual para cerciorarse de que todos los componentes del EPP sean del tamaño correcto y de una calidad apropiada.

5 Inicie el procedimiento para ponerse el equipo de protección personal bajo la orientación y supervisión de un observador capacitado (colega).

6 Higienícese las manos.



7 Póngase guantes (guantes de nitrilo para examen).



8 Póngase una bata desechable hecha de una tela resistente a la penetración de sangre u otros humores corporales ⁰ de agentes patógenos transmitidos por la sangre.



9 Póngase la mascarilla facial.



10 Póngase una careta protectora ⁰ gafas protectoras.



11 Póngase equipo para cubrir la cabeza y el cuello: gorra quirúrgica que cubra el cuello y los lados de la cabeza (preferiblemente con careta protectora) ⁰ capucha.



12 Póngase un delantal impermeable desechable (si no hay delantales desechables, use un delantal impermeable reutilizable para trabajo pesado).



13 Póngase otro par de guantes (preferentemente de puño largo) sobre el puño de la bata.



¹ Si no hay botas, use zapatos cerrados (tipo mocasin, sin cordones, que cubran por completo el empeine y el talón) y cubiertas para zapatos (antiderrapantes y preferentemente impermeables).




La Organización Mundial de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información que figura en la presente publicación, no obstante lo cual, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación de la información y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Mundial de la Salud podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

Pasos para quitarse el equipo de protección personal, incluida la bata

1 Quitese el EPP siempre bajo la **orientación y supervisión de un observador capacitado** (colega). Asegúrese de que haya recipientes para desechos infecciosos en el área para quitarse el equipo a fin de que el EPP pueda desecharse de manera segura. Debe haber recipientes separados para los componentes reutilizables.

2 Higienícese las **manos** con los guantes puestos¹.

3 Quitese el **delantal** inclinándose hacia adelante, con cuidado para no contaminarse las manos. Al sacarse el delantal desechable, arránqueselo del cuello y enróllelo hacia abajo sin tocar la parte delantera. Después desate el cinturón de la espalda y enrolle el delantal hacia adelante.



4 Higienícese las **manos** con los guantes puestos.

5 Quitese los **guantes externos** y deséchelos de una manera segura. Use la técnica del paso 17.

6 Higienícese las **manos** con los guantes puestos.

7 Quitese el **equipo que cubra la cabeza y el cuello**, con cuidado para no contaminarse la cara, comenzando por la parte trasera inferior de la capucha y enrollándola de atrás hacia adelante y de adentro hacia afuera, y deséchela de manera segura.



9 Para sacarse la **bata**, primero desate el nudo y después tire de atrás hacia adelante, enrollándola de adentro hacia afuera, y deséchela de una manera segura.



10 Higienícese las **manos** con los guantes puestos.

8 Higienícese las **manos** con los guantes puestos.

11 Sáquese el **equipo de protección ocular** tirando de la cuerda detrás de la cabeza y deséchelo de una manera segura.



12 Higienícese las **manos** con los guantes puestos.

13 Para quitarse la **maskarilla**, en la parte de atrás de la cabeza primero desate la cuerda de abajo y déjela colgando delante. Después desate la cuerda de arriba, también en la parte de atrás de la cabeza, y deseche la mascarilla de una manera segura.



14 Higienícese las **manos** con los guantes puestos.

15 Sáquese las **botas de goma** sin tocarlas (o las cubiertas para zapatos si las tiene puestas). Si va a usar las mismas botas fuera del área de alto riesgo, déjeselas puestas pero límpielas y descontáminelas apropiadamente antes de salir del área para quitarse el EPP².

16 Higienícese las **manos** con los guantes puestos.

17 Quitese los **guantes** cuidadosamente con la técnica apropiada y deséchelos de una manera segura.



18 Higienícese las **manos**.

¹ Al trabajar en el área de atención de pacientes, hay que cambiarse los guantes externos antes de pasar de un paciente a otro y antes de salir cambiándose después de ver al último paciente.

² Para descontaminar las botas correctamente, pise dentro de una galangana para la desinfección del calzado con solución de cloro al 0,5% (y quite la suciedad con un cepillo para inodoros si están muy sucios de barro o materia orgánica) y después limpie todas las partes de las botas con solución de cloro al 0,5%. Desinfecte las botas remojándolas en una solución de cloro al 0,5% durante 30 minutos, por lo menos una vez al día, y después enjuáguelas y séquelas.

FUENTES

- Protocolo de Transporte para evitar el contagio COVID-19, versión 01 de fecha 14 de mayo elaborado por el Comité de Atención Asociativa de CEAFA.
- Sistemas de protección frente al COVID-19, versión 00 de fecha 8 de mayo elaborado por el Comité de Gestión del Conocimiento e Innovación de CEAFA.
- Medidas higiénicas para la prevención de contagios COVID-19 – Ministerio de Sanidad
https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Medidas_higienicas_COVID-19.pdf
- Prevención de Riesgos Laborales vs COVID-19. Compendio no exhaustivo de fuentes de información
<https://www.insst.es/documents/94886/693030/Prevenci%C3%B3n+de+riesgos+laborales+vs.+COVID-19+-+Compendio+no+exhaustivo+de+fuentes+de+informaci%C3%B3n/4098124f-5324-43a6-8881-0bbd4e358de7>
- Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición del SARS-CoV-2
<https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRL COVID-19.pdf>
- PR-27 Protocolo de Actuación ante el COVID-19 – Centro Residencial (Alzheimer Canarias)
- Protocolo de separación de usuarios ante COVID-19 (Alzheimer Canarias)
- Recomendaciones biológicas en centros sanitarios y residencias (MAZ Prevención)
- Medidas de prevención frente al COVID-19-Sector Hostelería (MAZ Prevención)
- Orden SND/388/2020, de 3 de mayo, por la que se establecen las condiciones para la apertura al público de determinados comercios y servicios, y la apertura de archivos, así como para la práctica del deporte profesional y federado.
<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2020-4793>
- Documento técnico de “Medidas higiénicas para la prevención de contagios del COVID-19” – Ministerio de Sanidad
https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Medidas_higienicas_COVID-19.pdf
- Página web del Ministerio de Sanidad en su apartado del Covid-19
<https://www.msbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>
- Guía de prevención y control frente al COVID19 en residencias de mayores y otros centros de servicios sociales de carácter residencial – Ministerio de Sanidad
https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Residencias_y centros_sociosanitarios_COVID-19.pdf

- Decálogo sobre cómo actuar en caso de tener síntomas del COVID-19 – Ministerio de Sanidad
https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/20200325_Decalogo_como_actuar_COVID19.pdf
- ¿Cuáles son los síntomas del nuevo coronavirus? – Ministerio de Sanidad
https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_sintomas.jpg