

DIRECCIÓN DE EPIDEMIOLOGÍA

Medidas de Prevención – Contención para ámbitos de trabajo exceptuados del aislamiento social obligatorio.

En la Provincia de La Pampa se continúa trabajando para mantener la contención de la enfermedad ocasionada por Covid- 19, con los esfuerzos dirigidos a detectar, aislar y rastrear posibles casos y evitar transmisión del virus a la comunidad. Por lo tanto, se recomienda se tomen medidas de prevención de contagio en ámbitos exceptuados al aislamiento social y obligatorio.

Pautas para mantener seguro el lugar de trabajo

- El personal debe practicar buenos hábitos de higiene
 - Evitar saludarse con las manos o beso, usar otras formas de saludar sin contacto
 - Higienizarse las manos a la entrada y programar alarmas como recordatorios de lavarse las manos con regularidad
 - Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar.
 - Usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados.
 - Se debe disponer de cestos para el desecho de los pañuelos usados que no requieran de manipulación para su uso: boca ancha, sin una tapa que obligue al contacto.
 - Limpiarse las manos después de toser o estornudar
 - Es recomendable la disposición de dispensadores con soluciones desinfectantes para una adecuada higiene de manos. Debe garantizarse que los suministros necesarios estén siempre disponibles.
 - También se sugiere la colocación de material gráfico que demuestre como debe realizarse la higiene de manos adecuada.
http://www.salud.lapampa.gov.ar/esalud/archivos/covid19__RECOMENDACIONES_EMPRESAS_Y_ORGANISMOS_ATENCION_AL_PUBLICO.pdf
 - Desinfectar con regularidad superficies como perillas de puertas, mesas, escritorios, pasamanos, etc. (ver más abajo)
 - Ventilar los ambientes

- Mantener distancia entre los empleados de por lo menos dos metros, considerar alternar horarios de trabajo.

- Organización del trabajo:
 - Llevar adelante reuniones por videoconferencia, de no ser posible realizarlas en espacios abiertos y bien ventilados
 - Modificar o posponer reuniones concurridas
 - Evitar viajes de negocios
 - Ordenar atención del público por horarios, dando prioridad a las personas de riesgo (mayores de 60 años o aquellas personas con patologías crónicas o embarazadas), estableciendo claramente cuáles son esos horarios y difundirlos

- Manipular los alimentos con cuidado:
 - Evitar compartir alimentos y utensilios.
 - Reforzar la higiene de los lugares donde se preparan alimentos
 - Asegurar las buenas prácticas de elaboración de alimentos.

DIRECCIÓN DE EPIDEMIOLOGÍA

- El personal debe quedarse en su casa si:
 - Se siente enfermo
 - Tiene un conviviente con enfermedad respiratoria aguda (gripe, neumonía, etc)

Pautas para ordenar la atención de clientes

- Recomendar el saludo sin contacto físico
- Facilitar y disponer dispositivos para la higiene de manos de las personas que concurran al establecimiento, estimular que se realice con regularidad
- Promover transacciones on line y/o realizar siempre que sea posible el pago sin contacto para evitar el uso de dinero efectivo.
- Mantener entre las personas dos metros de distancia, evitar aglomeraciones.
- Señalizar lugares de espera, y que estos sean ventilados.
- Utilizar reservas y horarios programados para escalonar el flujo de clientes.
- Cuando no pueda sostenerse la distancia de dos metros implementar barreras físicas

Pautas para personas que trabajan a domicilio:

- En medida de ser posible evitar transporte público
- Realizar saludo sin contacto físico.
- Mantener la distancia social de 2 metros, eventualmente utilizar cubrebocanariz.
- Higienizar las manos con agua y jabón ó soluciones con alcohol antes de ingresar al domicilio y durante la permanencia en el mismo y al retirarse
- Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar.
- Usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados.
- Limpiarse las manos después de toser o estornudar
- No concurrir si se está enfermo

Para empresas de transporte: taxis y vehículos compartidos

- Mantenga las ventanillas abiertas siempre que sea posible; aumente la ventilación.
- Desinfecte las superficies en cada viaje.
- Utilizar separación entre la cabina del conductor y el asiento del pasajero.

Desinfección de superficies

La contaminación de superficies y objetos es una de las vías más frecuentes de transmisión de las infecciones respiratorias. Se recuerda que diversas superficies deben ser desinfectadas regularmente para minimizar el riesgo de transmisión por contacto.

La desinfección debe realizarse diariamente y debe complementarse con la ventilación de ambientes.

Antes de aplicar cualquier tipo de desinfectante debe realizarse la limpieza de las superficies con agua y detergente. Esta limpieza tiene por finalidad realizar la remoción mecánica de la suciedad presente.

1. Limpieza húmeda

DIRECCIÓN DE EPIDEMIOLOGÍA

La forma sugerida es siempre la limpieza húmeda con trapeador o paño, en lugar de la limpieza seca (escobas, cepillos, etc). Un procedimiento sencillo es la técnica de doble balde y doble trapo:

- Preparar en un recipiente (balde 1) una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma.
- Sumergir el trapo (trapo 1) en la solución preparada en balde 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar. Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.
- Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.
- Enjuagar con un segundo trapo (trapo 2) sumergido en un segundo recipiente (balde 2) con agua.

2. Desinfección de las superficies

Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección.

Con esta solución pueden desinfectarse las superficies que estén visiblemente limpias o luego de su limpieza. Esta solución produce rápida inactivación de los virus y otros microorganismos.

El proceso es sencillo y económico ya que requiere de elementos de uso corriente: agua, recipiente, trapeadores o paños, hipoclorito de sodio de uso doméstico (lavandina con concentración de 55 gr/litro):

- Colocar 100 ml de lavandina de uso doméstico en 10 litros de agua.
- Sumergir el trapeador o paño en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a desinfectar.
- Dejar secar la superficie.
- El personal de limpieza debe utilizar equipo de protección individual adecuado para limpieza y desinfección.

10/04/2020

Dirección de Epidemiología
Ministerio de Salud de La Pampa
02954-418870/90
vigilanciaepidemiologia@lapampa.gob.ar