

PROTOCOLO GENERAL DE PREVENCIÓN DE COVID-19

ATENCIÓN AL PÚBLICO Y OFICINAS

FECHA ELABORACIÓN: 14/05/2020

Protocolo sujeto a revisión permanente teniendo en cuenta situación epidemiológica de la pandemia por COVID-19

INTRODUCCIÓN

Este protocolo proporciona recomendaciones de prevención de COVID-19 para implementarse en el ámbito laboral de instituciones con atención al público y oficinas en general en el contexto de pandemia. Las mismas están basadas en la mejor evidencia disponible a la fecha y sujetas a revisión continua.

Al igual que otros coronavirus, la transmisión se produce a través de gotitas respiratorias producidas al toser, estornudar o hablar y a través del contacto con superficies contaminadas con estas gotas.

MEDIDAS A IMPLEMENTAR EN AMBIENTES CERRADOS DE TRABAJO (OFICINAS)

Pautas para mantener seguro el lugar de trabajo

El personal debe practicar buenos hábitos de higiene

- No saludarse a través de contacto físico (con beso, manos y/o abrazo)
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón o utilizar soluciones a base de alcohol. Se pueden programar alarmas para recordar realizar el lavado de manos con regularidad
- Reorganizar los espacios con el fin de asegurar el distanciamiento mínimo que debe mantenerse entre el personal que se encuentre dentro de las instalaciones. De ser necesario aplicar indicaciones de distancia (barreras físicas y/o señáletica); considerar alternar horarios de trabajo
- No compartir alimentos, utensilios, mate ni artículos de higiene personal.
- El uso del cubre boca nasal es obligatorio
- Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al estornudar o toser, luego desecharlo correctamente y lavarse las manos.
- 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.
- No tocarse la cara (boca, ojos, nariz) sin previa y pos higiene de manos.
- Ventilar regularmente los ambientes garantizando la circulación de aire.

- Limpiar y desinfectar constantemente aquellos objetos que se usan con frecuencia (*carpetas con documentación, teclados, mouses, monitores, lapiceras, anteojos, teléfonos, cargadores, billeteras, etc.*), así como también las superficies de trabajo (*escritorios, mesas, sillas, pisos, etc.*). *Esta limpieza debe realizarse según protocolo.*
- Se deberá priorizar el uso de medios virtuales, digitales y/o telefónicos para la atención del público para evitar el contacto físico y la circulación. Si fuera inevitable, ordenar su atención por turnos garantizando mínimo flujo de personas ASEGURANDO el distanciamiento de 2 metros, higiene de manos y el uso de cubre boca nasal.
- El personal debe quedarse en su casa si presentan sintomatología de enfermedad aguda (fiebre, tos, dolor de garganta, diarrea, etc) y realizar consulta pertinente.
- Es recomendable la disposición de dispensadores con soluciones desinfectantes para una adecuada higiene de manos. Debe garantizarse que los suministros necesarios estén siempre disponibles.
- Promover el máximo uso de las escaleras y los pasillos de sentido único a fin de disminuir el contacto de persona a persona. Adecuar uso de ascensores para mantener la distancia entre personas.
- Evaluar disponibilidad laboral necesaria en personas que tienen factores de riesgo (edad mayor a 60 años ó patologías crónicas relevantes)
- Asegurarse que el personal conozca las recomendaciones de cuidado.
- 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
- Tener identificado teléfonos de referencias para consultas acerca del estado de salud de trabajadores.
- Cuando sea posible, proporcionar las medidas de transporte más seguras para el personal de la empresa.

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
- Fomentar teletrabajo.

- 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
- Disuadir a los trabajadores de utilizar telefonos, escritorios, oficinas, herramientas de trabajo de otros trabajadores.
- Proteger productos electronicos para generar superficies que se puedan desinfectar mas facilmente
- Si se cree que una maquinaria o equipo pueden estar contaminados y no es posible limpiarlos, se los puede aislar. Aísle papeles o cualquier superficie blanda (porosa) por un mínimo de 24 horas antes de tocarlos. Después de 24 horas, retire todos los materiales blandos del área y limpie las superficies duras (no porosas) según las recomendaciones de limpieza y desinfección correspondientes. Aísle las superficies duras (no porosas) que no se puedan limpiar y desinfectar por un mínimo de 7 días antes de tocarlas.

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.

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. Cuando no se pueda implementar barreras físicas
- Promover espacios que sean ventilados (ej lugares de espera)
- Utilizar reservas y horarios programados para escalonar el flujo de clientes.
- Señalizar espacios

HIGIENE DE MANOS Y RESPIRATORIA

HIGIENE DE MANOS

Estas medidas deben ser adoptadas como prácticas estándar para la prevención de infecciones respiratorias tales como gripe, coronavirus, entre otros, que se transmiten por gotas de saliva al hablar, toser y estornudar; y que contaminan superficies y objetos en un área de circunferencia de aproximadamente un metro.

Una adecuada higiene de manos puede realizarse a través de dos acciones sencillas que requieren de un correcto conocimiento de ambas técnicas, el lavado de manos con agua y jabón y la higiene de manos con soluciones a base de alcohol (por ejemplo, alcohol en gel).

Es importante higienizarse las manos frecuentemente sobre todo:

- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, papeles en general/expedientes, etc.
- Después de ir al baño o de cambiar pañales.

Lavado de manos con agua y jabón:

El lavado de manos requiere asegurar insumos básicos como jabón líquido o espuma en un dispensador, y toallas descartables o secadores de manos por soplado de aire.

Método adecuado para el lavado de manos con agua y jabón:

- Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado de manos debe durar al menos 40–60 segundos.
- El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse siguiendo los pasos indicados en la figura 1.

Figura 1: Método adecuado para el lavado de manos con agua y jabón



Crédito: OMS

Higiene de manos con soluciones a base de alcohol:

El frotado de manos con una solución a base de alcohol es un método práctico para la higiene de manos. Es eficiente y se puede realizar en prácticamente cualquier lado. Se deberá dejar disponible para todo el personal y para el público que asista a las oficinas/institución un recipiente con soluciones a base de alcohol para su uso cuando se requiera.

Método adecuado para el uso de soluciones a base de alcohol. OMS.

- Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, la higiene de manos con soluciones a base de alcohol debe durar 20 – 30 segundos.
- La higiene de manos con soluciones a base de alcohol se debe realizar siguiendo los pasos indicados en la figura 2.

Figura 2: Método adecuado para el uso de soluciones a base de alcohol. OMS.



HIGIENE RESPIRATORIA

La higiene respiratoria refiere a las medidas de prevención para evitar la diseminación de secreciones al hablar, toser y/o estornudar. Además de utilizar cubre boca nasal, se deben tener las siguientes precauciones:

- 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.
- Higienizarse las manos después de toser, estornudar y/o tocarse el rostro.

El/los responsables de cada organismo/oficina debe/n garantizar la disponibilidad de los materiales para facilitar el cumplimiento de una adecuada higiene respiratoria en áreas de espera o de tránsito:

- Disposición 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.
- Tener a disposición dispensadores con soluciones desinfectantes para una adecuada higiene de manos. Las soluciones a base de alcohol son el estándar internacional por alta eficiencia demostrada.
- El lavado de manos es una opción igual de efectiva, pero debe garantizarse que los suministros necesarios estén siempre disponibles.
- Colocar material gráfico que demuestre como debe realizarse la higiene de manos adecuada.

INDICACIONES LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

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: mostradores, barandas, picaportes, puertas, etc.

La desinfección debe realizarse diariamente y esta frecuencia, depende del tránsito y de la acumulación de personas, y de la complementación 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

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.

3. Ventilación de ambientes

La ventilación de ambientes cerrados, sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas debe hacerse con regularidad para permitir el recambio de aire.

En otras circunstancias y lugares se recomienda que se asegure el recambio de aire mediante la abertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.

USO DE BARRERAS PROTECTORAS PERSONALES

Es obligatorio el uso de cubre boca nariz para ingresar/permanecer en oficinas, ámbitos de atención al público. (Decreto provincial 825/20)