

PROTOCOLO DE PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19

PERSONAL DOMESTICO

28/04/2020

INTRODUCCIÓN

Este protocolo establece directivas de prevención y control para implementarse en el ámbito laboral del personal doméstico en contexto de pandemia por COVID-19. 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. Es por ello que todas las estrategias preventivas apuntan a mantener higiene y desinfección de superficies, uso de cubre boca nasal e higiene de manos y respiratorio, entre otras.

OBJETIVOS

El objetivo principal de este protocolo es **prevenir la transmisión de afecciones respiratorias** (incluyendo las infecciones ocasionadas por COVID-19) en el ámbito laboral del personal doméstico.

Se deberá dar cumplimiento al mismo, a través de una serie de pautas de seguridad e higiene que deberán implementarse en este tipo de establecimientos, así como también, de directivas de prevención a adoptar por parte del personal que involucra a este rubro.

DIRECTIVAS Y PAUTAS DE SEGURIDAD

Deberán establecerse no más de dos ambientes de trabajo por día.

Evitar concurrir a domicilios cuando haya personas enfermas de manera aguda.

Todas las directivas y pautas de seguridad específicas que deberán respetar el personal doméstico se organizan según los siguientes apartados:

- Movilidad y traslado de personal
- Ingreso al domicilio laboral
- Limpieza y desinfección domiciliaria. Ventilación.
- Ingreso al domicilio particular (post jornada laboral).
- **ANEXO I.** Higiene de manos y respiratoria.
- **ANEXO II.** Consideraciones sobre cubre boca nasal.

MOVILIDAD Y TRASLADO DEL PERSONAL

- Aquellas personas que estén enfermas no deberán presentarse a trabajar.
- El personal de trabajo deberá disponer de las habilitaciones reglamentarias para poder circular hacia su trabajo.
- Deberá priorizar transporte particular o bien remis y/o taxi, al transporte público.

- No deberán movilizarse más de dos personas por vehículo, quien conduce adelante y el acompañante en la parte trasera.
- Durante el viaje al lugar de trabajo, y a su regreso, mantener las ventanillas abiertas siempre que sea posible, facilitando la circulación del aire.

INGRESO AL DOMICILIO LABORAL

- Contar con un recipiente con hipoclorito de sodio y trapo de piso para la desinfección del calzado antes del ingreso al ámbito laboral.
- Antes del inicio del trabajo y luego de su finalización, deberá lavarse las manos con agua y jabón o utilizar soluciones a base de alcohol.
- Evitar el saludo con contacto físico (beso, manos y/o abrazo).
- No compartir alimentos, utensilios, mate ni artículos de higiene personal.
- Mantener una distancia mínima de 2 metros con otras personas del ámbito laboral.
- Se deberá usar cubre boca nasal.
- Se usará pechera de trabajo ó delantal y calzado (preferiblemente de plástico) por cada casa ó ambiente que se trabaje.
- Evitar tocarse la cara (boca, ojos, nariz) sin previa higiene de manos.
- Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al estornudar o toser.
- Usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados.
- Limpiarse las manos después de toser o estornudar.
- El personal de trabajo deberá limpiar y desinfectar todos los elementos y superficies de uso frecuente.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DOMICILIARIA. VENTILACIÓN

Debe realizarse 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.

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

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

- Se recuerda que las soluciones de hipoclorito de sodio deben emplearse hasta dos días de preparada.
- La ventilación de ambientes cerrados deberá hacerse con regularidad, mediante la apertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire, para permitir su recambio.
- lavar la ropa de cama y toallas, con los jabones o detergentes habituales, y secarla completamente para volver a utilizarla.
- Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios que no sean descartables, lavar con agua caliente y detergente habitual.
- Se deberá garantizar la desinfección frecuente de muebles, sillones, herramientas y todo objeto de contacto frecuente.
- En el caso de superficies que no sean aptas para la limpieza con soluciones de agua con detergentes o lavandina, como teléfonos celulares y teclados de computadoras entre otros, y de ser aptos a limpieza con alcohol, utilizar solución alcohólica al 70%. De lo contrario utilizar productos aptos para ese fin.

INGRESO AL DOMICILIO PARTICULAR (POST JORNADA LABORAL)

- Al igual que en el ámbito laboral contar con un recipiente con hipoclorito de sodio y trapo de piso para la desinfección del calzado antes del ingreso al hogar.
- Evitar saludar con beso/abrazo.
- Lavarse las manos con agua y jabón o utilizar soluciones a base de alcohol.
- Desinfección de objetos de uso frecuente (celular, anteojos, llaves, etc.)
- Cambiarse la ropa de trabajo.

ANEXO I. HIGIENE DE MANOS

Higienizarse frecuentemente las manos con agua y jabón frotándose durante 40 a 60 segundos incluyendo las muñecas. Secar manos al aire libre o papel descartable. Cuando no esté al alcance el lavado de manos, usar solución a base de alcohol o alcohol en gel.

Higiene de manos con AGUA Y JABON



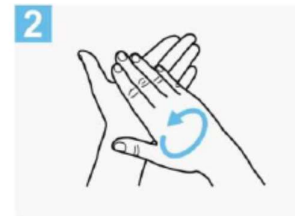
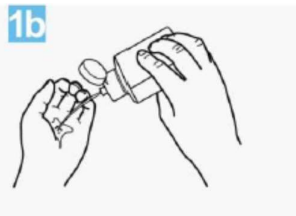
Crédito: OMS

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.

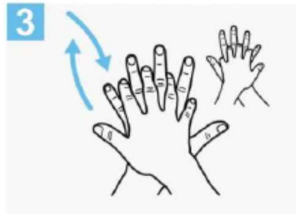
Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, la higiene de manos con soluciones a base de alcohol debe durar 20 – 30 segundos. La higiene de manos con soluciones a base de alcohol se debe realizar siguiendo los pasos indicados en la ilustración.



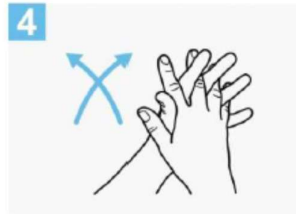
1a
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



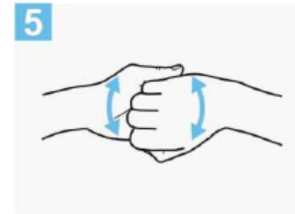
2
Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



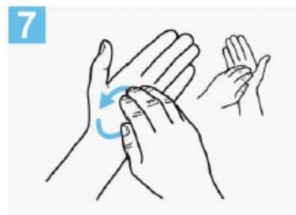
4
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



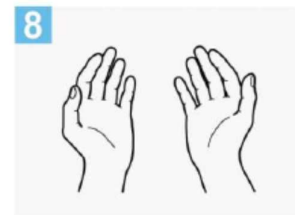
5
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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
Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito: OMS

ANEXO II. CONSIDERACIONES SOBRE CUBRE BOCA NASAL

- Se ajuste bien pero cómodamente contra el puente nasal y el costado de la cara;
- Esté asegurado con lazos o elásticos para las orejas;
- Tengan varias capas de tela (al menos 2);
- Permitan la respiración sin dificultad;
- Se pueda lavar y secar en el lavarropas sin daños o sin cambiar su forma, o a mano con jabón;
- Antes de colocarlo, lavarse las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol;
- Evitar tocar el cubre boca nasal mientras se utiliza;
- Cambiarlo en cuanto esté húmedo o visiblemente sucio;
- Para quitarse el cubre boca nasal: hacerlo por detrás sin tocar la parte delantera, ponerlo inmediatamente en un recipiente cerrado y lavarse las manos con agua y jabón o con desinfectante a base de alcohol.