

PROTOCOLO GENERAL DE PREVENCIÓN DE COVID-19

PROFESIONALES INDEPENDIENTES

FECHA ELABORACIÓN: 29/04/2020

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 profesionales independientes 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, CONSULTORAS, ESTUDIOS)

- No saludar con beso y/o abrazo a compañeros y clientes externos.
- No compartir alimentos, utensilios, mate ni artículos de higiene personal.
- Uso obligatorio de cubre boca nasal.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón o utilizar soluciones a base de alcohol, y después de toser o estornudar.
- Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al estornudar o toser, luego desecharlo correctamente.
- En todo momento mantener una distancia mínima de dos metros entre personas. De ser necesario aplicar indicaciones de distancia (barreras físicas y/o señalética)
- No tocarse la cara (boca, ojos, nariz) sin previa 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.*).
- La limpieza de superficies y objetos debe realizarse según protocolo.
- La atención de los clientes se hará a través de medios digitales y/o telefónicos, evitar contacto físico cliente/profesional. Si fuera inevitable, ordenar su atención por turnos garantizando mínimo flujo de clientes, y obligar uso de cubre boca nasal.
- Aquellos empleados que presenten fiebre o algún síntoma de la enfermedad NO se presentarán a trabajar. Inmediata consulta al centro de salud más cercano o médico de cabecera.
- Poner a disposición de los clientes y el personal, información sobre medidas de prevención e información de utilidad.

MEDIDAS A IMPLEMENTAR EN PROFESIONES QUE IMPLIQUEN VISITAS A DOMICILIO

- Disponer de las habilitaciones reglamentarias para poder circular conforme a directivas impartidas por los gobiernos nacional, provincial y/o municipal. ***TRAMITAR CERTIFICADO PROVINCIAL DE ACTIVIDADES HABILITADAS***.
- No movilizarse más de dos personas por vehículo. Ventilar para asegurar circulación de aire. Evitar transporte público.
- Desinfectar y limpiar el vehículo previo a la utilización y al finalizar la jornada de trabajo.
- Uso de cubre boca nasal e higiene de manos y respiratoria.
- Mantener distancia mínima de 2 mts entre personas involucradas.

MEDIDAS A IMPLEMENTAR EN PROFESIONES QUE IMPLIQUEN TAREAS AL AIRE LIBRE

- Se deberán implementar las mismas indicaciones que apliquen para estos casos.

INDICACIONES HIGIENE DE MANOS Y RESPIRATORIA

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 RESPIRATORIA

- 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.

INDICACIONES LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

LIMPIEZA

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.

DESINFECCIÓN

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

- Colocar 100 ml de lavandina (concentración de 55 gr/litro) 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.

DIRECCIÓN DE EPIDEMIOLOGÍA

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 podrá desinfectar con soluciones de alcohol al 70 % aquellas superficies en las cuales no pueda utilizarse lavandina (artículos electrónicos)

Se recuerda que las soluciones de hipoclorito de sodio deben emplearse hasta dos días de preparada.