

**MEDIDAS PARA LA REDUCCIÓN DEL CONTAGIO POR EL
CORONAVIRUS SARS-CoV-2
DIRECTRICES Y RECOMENDACIONES | Junio de 2020**



Camping PuenteNuevo

Guía de Reapertura Post-Covid 19

1. OBJETO Y CAMPO DE APLICACIÓN

El actual contexto COVID- 19 supone una amenaza clara para la reapertura de las instalaciones y la garantía del servicio en el Camping PuenteNuevo. Por este motivo hemos desarrollado esta herramienta para identificar y analizar los riesgos existentes, así como a implementar las mejores prácticas en el servicio, en sus instalaciones y con el personal para hacer frente al virus

Este documento reúne requisitos y recomendaciones a aplicar en el Camping PuenteNuevo para minimizar los riesgos higiénico-sanitarios provocados por el virus COVID-19. Sin perjuicio de la legislación vigente, este documento contempla, por una parte, requisitos y recomendaciones para gestionar los riesgos, y por otra, requisitos y recomendaciones a cumplir por el personal del camping, en la prestación del servicio y en las instalaciones y equipamientos.

2. TÉRMINOS Y DEFINICIONES

2.1 COVID-19

La COVID-19 es una enfermedad producida por el coronavirus SARS-CoV-2, un virus detectado por primera vez en diciembre de 2019. Los síntomas más comunes que provoca dicha enfermedad son: fiebre, tos y sensación de falta de aire. Otros síntomas pueden incluir: cansancio, dolores, goteo de la nariz, dolor de garganta, dolor de cabeza, diarrea, vómitos. Algunas personas pierden el sentido del olfato o del gusto. (Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, 2020).

2.2 Riesgo

Posibilidad de que una persona se contagie con el coronavirus SARS-CoV-2.

2.3. Gestión del riesgo

Actividades coordinadas para dirigir y controlar la organización en relación al riesgo.
(UNE-ISO 31000:2018)

3. REQUISITOS PARA LA GESTIÓN DEL RIESGO

3.1. Requisitos generales

El camping asume un compromiso firme con la gestión del riesgo, liderando la implementación sistemática de medidas dirigidas a minimizarlo. La gestión del riesgo formará parte de todos los procesos de la organización; por ello, los distintos procesos deben estar coordinados entre sí.

4. COMITÉ DE GESTIÓN DEL RIESGO Y EMERGENCIAS

- El camping conforma en este documento un **Comité para la gestión del riesgo**. Este comité asume la definición de estrategias y toma de decisiones para la minimización de riesgos higiénico-sanitarios por COVID-19.
- El comité para la gestión de riesgo se reunirá de manera previa a la apertura del camping en el mes de junio de 2020 y cuantas veces sea necesario posteriormente.
- Estará dirigido por Rafael Rivas Cabello que será la persona responsable del mismo y formarán parte de dicho comité:
 - ✓ Responsable de recepción: María del Carmen Gómez
 - ✓ Responsable de gerencia y mantenimiento: José Fernández
 - ✓ Responsable de limpieza: Pilar Vargas
- El comité trabajará en coordinación directa con el que se creará por los gestores de la cafetería – restaurante para su reapertura.

4.1. OBJETIVOS A PERSEGUIR

Se persigue establecer todas las pautas y procedimientos para garantizar la limpieza y desinfección de todos los espacios de uso público y privado del Camping para garantizar así un espacio libre de virus Covid-19. Así mismo, se establecerán los protocolos y procedimientos tanto para el personal como para los clientes para garantizar el cumplimiento de las normas sanitarias.

4.2. INFORMACION

Cuando sea necesario, el comité requerirá a los organismos sanitarios, autoridades o especialistas para recabar, reunir y comprender la información necesaria sobre los procedimientos a establecer o su aplicación.

4.3. COORDINACION

Por las actuales medidas de distanciamiento social, el Comité trabajará y se coordinará de forma telemática. Se expondrán los asuntos mediante correo electrónico y en casos urgentes o toma de decisiones se utilizará grupo de mensajería instantánea tipo WhatsApp. Las decisiones adoptadas quedarán reflejadas en un documento y cuando corresponda se incluirán en este Plan de Contingencia.

La comunicación de las decisiones al resto del personal o a los clientes cuando corresponda, funcionará de forma piramidal, de manera que cada jefe de departamento comunicará a sus trabajadores cuando corresponda, asegurándose de la correcta comprensión y de que cuentan con las herramientas, EPI o conocimientos técnicos necesarios para su correcta ejecución. Cuando la comunicación a los trabajadores no pueda o no sea ser de forma personal, podrá realizarse mediante WhatsApp.

Será responsabilidad del jefe de departamento la correcta comunicación y explicación a los trabajadores a su cargo. Será responsabilidad de cada trabajador la correcta ejecución de la tarea o el procedimiento encomendado.

4.4. RIESGOS Y FINES PERSEGUIDOS

El camping es, en definitiva, una extensión de terreno amplia con 100 parcelas, 7 bungalows, 8 bengalíes, 2 módulos de aseos, 2 módulos de cocinas, 2 módulos de fregaderos, recepción, 2 almacenes, pista de fútbol, parque infantil, salón social, piscina exterior y cafetería-bar.

Dada la diversidad de clientes que pueden acudir a nuestro camping nos hace redactar un Plan de protección riguroso que luche por minimizar y evitar el contagio de trabajadores y clientes.

Siendo esta nuestra principal premisa, debemos conseguir tres objetivos fundamentales:

1.- Que los propios clientes sean conscientes y respeten las distancias de seguridad y medidas de protección dictadas por el Ministerio de Sanidad y organismo competentes, mientras permanezcan en nuestras instalaciones.

Todas las instalaciones de camping PuenteNuevo están a disposición del cliente bajo su responsabilidad.

2.- Que el camping y sus trabajadores implementen las medidas pertinentes de autoprotección para evitar los posibles contagios.

3.- Que el camping y su equipo de limpieza implementen un conjunto de acciones destinadas a desinfectar especial y repetidamente los principales lugares y objetos de riesgo.

4.5. PLANIFICACIÓN, RECURSOS MATERIALES Y SUPERVISIÓN.

Esta guía trata de ser un documento dinámico que tiene que evolucionar conforme de su propia aplicación o los medios y la información exterior nos indiquen mejores formas de hacer las cosas. La modificación de los procesos contemplados en este Plan de contingencia será consensuada y acordada en el seno del Comité para la Gestión del Riesgo creado a estos efectos.

Se asignarán los recursos humanos y materiales, incluida la determinación el uso de EPIS (Equipos de Protección Individual) atendiendo a las necesidades derivadas del análisis previo de la evaluación de riesgos laborales y sin perjuicio de lo establecido en la normativa aplicable para la prevención de riesgos laborales.

En su desarrollo y puesta en marcha se acometerán uno por uno los diferentes procedimientos en los que hemos distribuido su ámbito: Recepción, Servicios, Alojamientos, Mantenimiento, la limpieza y, una vez implementados y verificados todos y cada uno de estos, podremos decir que el plan está vigente y funcionando

Se establecerán medidas informativas que deben incluir:

- Cartelería con medidas higiénico-sanitarias
- Marcado en el suelo de distancia de seguridad

La supervisión de la implantación del Plan de Contingencia se realizará por Rafael Rivas Cabello, quien se encargará de verificar e informar al Comité de Riesgos sobre los diferentes aspectos y mejoras a realizar.

Conseguir minimizar el riesgo de contagio depende el cumplimiento de las normas, tanto por parte de los trabajadores. Como veremos más adelante, los clientes serán informados de las normas establecidas y si no fueran aceptadas o se relajasen en su cumplimiento, se les invitará a abandonar las instalaciones. **Debemos recordar que los niños son responsabilidad de sus padres o adultos que le acompañen y están obligados a cumplir el protocolo y respetar las indicaciones de las que han sido informados.**

Se establecerán elementos de control de manera que se pueda certificar la realización de las diferentes tareas, por ejemplo, en los protocolos de limpieza se establecerán hojas de registro.

Los trabajadores declararán conocer y haber sido formados para la correcta utilización de sus EPIs, así como de la correcta comprensión e interpretación de las acciones a realizar.

Deben tenerse en cuenta las restricciones que pudieran existir para el aprovisionamiento de recursos materiales y las limitaciones de servicios que se pudieran derivar de dichas restricciones, en estos casos se comunicará de inmediato al responsable del Consejo de gestión de Riesgo para adoptar las decisiones oportunas.

Cuando se detecte falta de recursos materiales, el comité de gestión deberá analizarlo y registrarlo para la salvaguarda de la empresa y de sus empleados ante las autoridades competentes, pudiendo analizar y proponer recursos y medidas alternativas.

El listado de productos y materiales necesarios para la puesta en marcha de este plan se recoge en el Anexo II.

Se recomienda la toma de temperatura con termómetro sin contacto a los trabajadores, al inicio de la jornada de trabajo.

5. MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA EL PERSONAL.

- Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano, tanto al resto de personal como a clientes.
- Utilizar mascarilla siempre que no se pueda respetar la distancia social de al menos 2 metros con el cliente o no existe una barrera física de separación (mampara metacrilato o similar). La mascarilla debe desecharse al finalizar la jornada o al final de su vida útil según las instrucciones indicadas por el fabricante
- Tirar cualquier desecho de higiene personal –especialmente, los pañuelos desechables- de forma inmediata a las papeleras o contenedores habilitados.
- **Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón**, y, en caso de que esto no sea posible, desinfectarse con una solución hidroalcohólica. Es especialmente importante lavarse después de toser o estornudar o después de tocar superficies potencialmente contaminadas. Además, debe tratarse que cada lavado dure al menos 40 segundos.

- Desinfectar frecuentemente los objetos de uso personal (gafas, móviles etc.) con una solución hidroalcohólica o con agua y jabón cuando sea factible.
- Evitar, en la medida de lo posible, utilizar equipos de trabajo o dispositivos de otros empleados. En caso de que exista alternancia en el uso de determinados equipos o dispositivos, la organización debe establecer pautas para la reducción del riesgo de contagio tras el uso. Para atender al teléfono, se dispondrá de auriculares de uso individual sin posibilidad de ser compartidos.
- Todos los trabajadores contarán con su equipo EPI al margen de si su uso es obligatorio o no en función de la tarea a realizar y de las medidas de protección existentes.
- Cuando deban coincidir dos o más trabajadores en un mismo espacio y no se puedan respetar los 2 metros de distancia de seguridad deberán usar mascarilla obligatoriamente. Cada tarea se intentará sea individual siempre que se pueda.
- Se limpiará y desinfectarán los espacios compartidos especialmente la recepción cuando deban usarse herramientas comunes (teclados de ordenador, impresora, mesa...) esta limpieza correspondiente al cambio de turno la realizará cada trabajador al comienzo de su jornada.
- Durante toda la jornada el lavado de manos es importante, pero especialmente al finalizar su jornada hay que hacer especial atención al lavado de manos y la correcta gestión de la ropa de trabajo, evitando acudir y permanecer en su domicilio con la misma ropa de trabajo. Si el personal precisa cambiarse de ropa, deberá guardar su ropa personal en una bolsa cerrada durante la jornada de trabajo y la ropa de trabajo igualmente en bolsa cerrada. Esta ropa deberá lavarse a temperaturas superiores a 60°. Se llevará diariamente ropa de trabajo limpia.

5. INFORMACIÓN Y FORMACIÓN

Se pondrá a disposición de los trabajadores la adecuada formación, de manera que cada trabajador entienda y comprenda perfectamente sus cometidos, los riesgos que comporta su trabajo y la responsabilidad social que para sus compañeros y los propios clientes comporta la correcta ejecución de su trabajo.

Se contará con suficiente cartelería informativa tanto para los trabajadores como para los clientes, de manera que se recuerde la responsabilidad de todos para el correcto cumplimiento de las especificaciones sanitarias y en especial para cumplir con las normas de distancia social y de aforo máximo de las instalaciones del camping.

6. SERVICIOS DEL CAMPING

6.1. RECEPCIÓN

Se ha implementado la solución de check-in online para conseguir minimizar en la medida de lo posible el contacto con el cliente en el momento de su llegada al camping. Este procedimiento va enlazado con la reserva previa y consigue tres aspectos importantes:

- ✓ Reunir los datos personales del cliente que deben incluirse en la Ficha de Policía y en la propia ficha de estancia del cliente, incluyendo todas las personas incluidas en la estancia. Se exigirá teléfono de contacto personal y correo electrónico para facilitar su contacto previo y posterior a su estancia si fuera necesario.
- ✓ Verificar las fechas de llegada y salida para calcular con exactitud el importe total de la estancia (incluyendo los extras que puedan ser estimados previamente) y se facilitará el pago de la totalidad mediante TPV Virtual o transferencia bancaria, para evitar esperas en recepción de check-in y check-out. Se emitirán las facturas correspondientes y se enviarán por email al cliente.
- ✓ Asignación de alojamiento. Cuando exista posibilidad, se deben asignar los emplazamientos priorizando aquellos en que no se hayan alojado clientes en las 48 horas anteriores a la llegada del nuevo cliente.
- ✓ Se informará detalladamente al cliente de los protocolos de seguridad vigentes en el Camping, explicando que de su estricto cumplimiento depende en gran medida la seguridad de los propios clientes y de los trabajadores del Camping. Se enviará al cliente, previo a su llegada, la normativa y directrices adoptadas por el camping en relación al plan de contingencia aplicado para la reducción de riesgos higiénico-sanitarios frente al COVID19. En el caso de clientes sin reserva, se entregará documento informativo sobre la prevención del contagio de Covid-19 así como de las medidas sanitarias adoptadas por el camping a su llegada al establecimiento.
- ✓ Se evitará en lo posible la presencia física en la recepción. Se ha habilitado un número de WhatsApp 646 34 61 14 para comunicaciones seguras. Se podrá utilizar para informar de averías o peticiones generales. Solo en los casos en que la presencia física del cliente resulte imprescindible se le atenderá en recepción, guardando siempre la distancia de seguridad y recomendando el uso de mascarilla y gel para las manos.
- ✓ Asimismo, se instalará pantalla protectora para proteger el puesto de trabajo de recepción. Se establecerán marcas en el suelo indicando la distancia donde debe situarse el cliente para garantizar la distancia mínima de 2 metros con los trabajadores. Sólo 3 clientes podrán permanecer en el interior de la recepción con la distancia de seguridad garantizada.
- ✓ Existirá dosificador de gel hidroalcohólico en la recepción a disposición de los clientes.

6.1.1. PROCEDIMIENTO A LA LLEGADA DEL CLIENTE

La llave del alojamiento y los mandos de TV se entregan desinfectados.

En el caso de los bungalows que no hayan realizado el check-in online y deban acudir a la oficina a registrarse deberán además realizar el pago total de la estancia preferiblemente con tarjeta de crédito/débito contactless.

El trabajador no debe manipular la tarjeta en ningún momento. Si por el importe a pagar, fuese necesario teclear el PIN de seguridad por el cliente, el TPV será desinfectado inmediatamente después de su uso.

El cliente podrá solicitar información al número habilitado de WhatsApp o al correo electrónico.

6.1.2. PROCEDIMIENTO SALIDA DEL CLIENTE.

Una vez terminada su estancia, el cliente ya habrá abonado el importe pendiente y puede abandonar el camping. Solamente pasará a dejar la llave.

Si el cliente tuviese pendiente de pago algún importe por servicios durante su estancia, se procederá al cobro por tarjeta de crédito/débito, preferiblemente sin que el trabajador manipule la tarjeta del cliente en ningún momento. Si por el importe a pagar, fuese necesario teclear el PIN de seguridad por el cliente, el TPV será desinfectado inmediatamente después de su uso.

6.1.3. OTROS PROCEDIMIENTOS DE RECEPCION.

- ✓ Los trabajadores del turno de recepción cumplirán con las normas básicas recogidas en el protocolo de personal.
- ✓ Cualquier pausa durante el trabajo que signifique abandonar el puesto de recepción seguirá los protocolos de distancia mínima de dos metros entre personas y de lavado de manos con jabón antes y después de la pausa efectuada.
- ✓ Habitualmente a lo largo del día y cada vez que un cliente acuda a recepción, se desinfectarán los objetos utilizados especialmente TPV, mostrador, pomo de puerta. Para ello contará con producto desinfectante.
- ✓ El personal de recepción dispone de los números de emergencias (112), centro de salud de la zona (Villaviciosa de Córdoba, 957365516) y hospital Reina Sofía. Córdoba (957 010 000.// 957 010 422).

7. ZONAS DE USO COMÚN, PARCELAS Y CAMPING

El personal de mantenimiento debe protegerse con el equipo de protección individual definidos en función de la evaluación de riesgos.

- Una vez finalizada la asistencia o reparación, el personal deberá desinfectarse las manos y tratar el equipo de protección individual de acuerdo a las especificaciones del fabricante. Al término de su jornada deberá desinfectar la herramienta utilizada.
- Si hubiera que realizar alguna operación en el interior del alojamiento, debe realizarse preferentemente cuando el cliente no se encuentre en su interior. Cuando no sea posible, debe guardar la distancia de seguridad y, de no ser

posible, instar al cliente a ponerse mascarilla mientras el personal de mantenimiento termina su operación.

- Igualmente, como mínimo una vez por semana y en función del mayor o menor tránsito de personas, deben desinfectarse las rejillas y filtros de aire acondicionado de restos de dependencias del camping (p.e. recepción).
- De igual modo se instará al cliente que al abandonar la parcela lo haga eliminando cualquier residuo de su estancia.
- No compartir equipos de trabajo o dispositivos de otros empleados. En caso de que existiera alternancia en el uso de determinados equipos o dispositivos, se limpiarán entre uso y uso para la reducción del riesgo de contagio.
- Limpieza y desinfección periódica del vehículo de mantenimiento, así como la maquinaria no usada con frecuencia.

7.1. SERVICIOS ASEOS

- Cuando la instalación de acampada del cliente cuenta con servicios propios, será obligado usar los servicios propios de su unidad de acampada y no los servicios comunes del camping.
- Se establece un máximo de 4 personas en el interior de cada uno de los recintos de duchas e inodoros
- Cuando un cliente deba esperar su turno debe hacerlo siempre en el exterior del edificio, guardando la distancia de seguridad (2m) marcada en el suelo.
- Habrá que desinfectar las manos con agua y jabón a disposición de los clientes en el interior de los aseos al entrar y al salir.
- Los baños contarán con las limpiezas diarias necesarias para garantizar la desinfección de las instalaciones.
- A efectos de mantenimiento de la distancia de seguridad interpersonal en los lavabos se recomienda dejar uno libre entre dos personas durante el uso del mismo al igual que las duchas y urinarios.
- En casos de menor volumen de usuarios, la lógica marca que se utilizarán los lavabos más alejados de los que se estuvieran usando en ese momento.
- El uso de lavaderos y fregaderos se actuará de igual manera.

8. LIMPIEZA

8.1. PROCEDIMIENTO GENERAL

El personal de limpieza tiene un nivel de riesgo elevado en este procedimiento. Sus normas de protocolo de personal serán las mismas que para el resto de trabajadores, en cambio deberán llevar siempre equipo de protección personal de guantes y mascarilla. Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, el personal de limpieza debe realizar una completa higiene de manos, con agua y jabón, de al menos 40 segundos. Los guantes y mascarillas deben desecharse tras su uso a la finalización de la jornada laboral.

Los utensilios de limpieza deben limpiarse y desinfectarse tras su uso diario.

Se utilizarán desinfectantes que en su ficha técnica describa su capacidad frente a los virus. Es efectivo el alcohol de 70%, el hipoclorito sódico (lejía) al 0,1-0,5%. También temperaturas entre 60° y 90°C.

8.2. LIMPIEZA DE ESPACIOS COMUNES. SERVICIOS

En primer lugar, hay que diferenciar entre limpieza y desinfección. Debemos entender que la limpieza de los espacios va a ser la misma o mayor que la que se realizaba anteriormente, y se realizara usando los mismos protocolos y los mismos productos limpiadores. Terminada la limpieza, debemos incorporar la fase de desinfección; esta se realiza utilizando los productos desinfectantes, será como una segunda limpieza y deberá aplicarse sobre todas las superficies, pero haciendo especial atención a las zonas más usadas por los clientes como son pulsadores de wc, pomos de las puertas, superficie de lavabo, grifos, encimeras, pulsadores y dosificadores de jabón y de gel.

Se establecerá una frecuencia especial en la limpieza y desinfección de los servicios, en función de la ocupación del camping.

Se pondrá especial atención al uso de productos de limpieza desinfectantes en condiciones de seguridad, por ejemplo, dilución recién preparada de lejía. En todo caso, debe asegurarse la eficacia de los desinfectantes que se usen y se utilizarán de acuerdo a las fichas de datos de seguridad de los productos.

Los espacios comunes se contarán con gel hidroalcohólico a disposición de los clientes.

8.3. LIMPIEZA DE ALOJAMIENTOS BUNGALOWS/MOBIL-HOMES

Los bungalows se entregan limpios y desinfectados. Como norma, nunca de efectuará limpieza alguna con el cliente en el alojamiento.

Se aplica el mismo proceso de primero limpieza y luego desinfección del conjunto del alojamiento.

Se hará una limpieza general de paredes, suelos, techos, espejos y ventanas, muebles, equipos y elementos decorativos y funcionales. Es fundamental realizar un aireado completo del alojamiento y limpiando primero el mobiliario, después los aseos, a continuación las lámparas y muebles y, por último los suelos

Se recomienda cambiarse de guantes en cada elemento de alquiler o en su defecto lavar los guantes con agua y jabón.

Se procurará que sea el cliente quien coloque en una bolsa la ropa de cama y retire sus residuos. Si no lo hiciera el cliente, en la gestión de sábanas, toallas y lencería, se recogerán en una bolsa de plástico cerrada para su envío a lavandería para realizar su lavado a temperatura de >60° C.

Se evitará la contaminación cruzada.

Especial cuidado y desinfección con escobillas de baño, mamparas de ducha, cortinas de ducha, pomos de las puertas, grifos, pulsadores, perchas en armarios, interruptores, cerraduras, paredes, suelos, techos, espejos, ventanas, muebles, equipos y elementos decorativos y funcionales.

Una vez se haya procedido a la limpieza del alojamiento se procederá a la desinfección. Una vez desinfectado se procederá a la ventilación del mismo.

9. RESTAURACION.

Importante señalar que actualmente permanece cerrado hasta nuevo aviso.

10. PISCINA

Importante señalar que actualmente permanece cerrado hasta nuevo aviso.

11. WC QUIMICO

Solo una persona puede permanecer en la zona. Se recomendará desinfección de manos antes y después del uso.

12. PLAN DE CONTINGENCIA

Conocimientos básicos sobre Covid-19 a tener en cuenta de cara a su prevención:

- Los síntomas del Covid-19 son tos, fiebre, dificultad respiratoria principalmente y dolor muscular y de cabeza en algunos casos.
- El 80% de los casos presentan síntomas leves y el periodo de incubación es de 2-14 días. El 50% de los casos comienza a presentar síntomas a los 5 días desde el contagio.

Si una persona tiene síntomas compatibles con la enfermedad (tos, fiebre o sensación de falta de aire), y si se ha viajado a una zona de riesgo o se ha estado en contacto íntimo con una persona diagnosticada, hay que avisar al teléfono del Centro de Salud: Villaviciosa de Córdoba (957365516), asimismo lo pondrá en conocimiento de la empresa.

Hasta que intervengan las autoridades sanitarias, deberán extremarse las medidas de higiene respiratoria (mascarilla o tapado de boca al toser, ...), lavado de manos, y distanciamiento social (evitar contacto o cercanía a otras personas). Se deberá llevar mascarilla (que será facilitada por el camping).

El cliente deberá permanecer en su parcela ó bungalow/cabaña/mobilehome, donde se recomienda permanecer aislado, en calma, y a ser posible a puerta cerrada.

Colocarse una mascarilla quirúrgica cuando se tienen síntomas respiratorios es la primera medida de protección a los demás.

Si se trata de un trabajador y la sintomatología se iniciara en el puesto de trabajo, lo pondrá en conocimiento con su responsable inmediato. Por su parte, el establecimiento procederá a su notificación al servicio de prevención para que éste adopte las medidas oportunas y cumpla con los requisitos de notificación que establece el Ministerio de Sanidad.

En cualquier caso, se pondrá en marcha una actuación especial de limpieza y desinfección destinada desinfectar las zonas posiblemente infectadas por el uso habitual por parte del posible infectado.

ANEXOS

ANEXO I

¿Cómo lavarse las manos?

 Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



0 Mójese las manos con agua;



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



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;



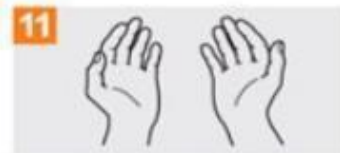
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

ANEXO II

USO ADECUADO DE MASCARILLA

De acuerdo con lo establecido en el Real Decreto 773/1997, el equipo deberá estar certificado en base al Reglamento (UE) 2016/425 relativo a los equipos de protección individual, lo cual queda evidenciado por el marcado CE de conformidad (debe tenerse algún material como las mascarillas higiénicas no son considerados EPI y no les afectaría esta normativa). De forma general, la recomendación es utilizar EPI desechables, o si no es así, que puedan desinfectarse después del uso, siguiendo las recomendaciones del fabricante.

Los EPI deben escogerse de tal manera que se garantice la máxima protección con la mínima molestia para el usuario y para ello es crítico escoger la talla, diseño o tamaño que se adapte adecuadamente al mismo.

La correcta colocación los EPI es fundamental para evitar posibles vías de entrada del agente biológico; igualmente, importante es la retirada de los mismos para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso. También se tendrá en cuenta desecharlos de manera segura, en bolsas de basura cerradas que se eliminarán en el contenedor de restos (no en el de reciclaje).

Mascarillas

Las mascarillas recomendadas para autoprotección en entornos laborales en el contexto de la actual epidemia de COVID-19 son las higiénicas (no reutilizables, fabricadas según UNE 0064-1 y con uso limitado a 4 horas, o reutilizables, fabricadas según UNE 0065, y que deben ser lavadas a 60°C tras periodo de uso similar). También podrá hacer uso de mascarillas quirúrgicas (UNE-EN 14683) aunque estas son preferibles reservarlas para personal contagiado o sospechoso de estarlo.

En todo caso, y como norma general, no es necesario utilizar mascarillas en un entorno donde no hay evidencia de persona o superficies contagiadas por SARS-CoV-2, ni hay presencia de personas a menos de un metro. En caso de acceder a zonas con presencia de contagiados o superficies potencialmente contaminadas, será suficiente usar mascarillas higiénicas en caso de que no haya acercamiento a menos de dos metros ni se vaya a permanecer en la misma estancia cerrada más de 15 minutos, y siempre que la persona contagiada use mascarilla quirúrgica.

En caso de no cumplirse alguna de las tres condiciones descritas, se deberá hacer uso de mascarillas de protección respiratoria (tipo FFPII o FFPIII).

En ningún caso deberá tocarse la parte frontal de la mascarilla con las manos durante su uso y retirada.

Mascarillas higiénicas en población general



La mayoría de las personas adquieren la COVID-19 de otras personas con síntomas. Sin embargo, cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas sin síntomas o con síntomas leves. Por ello, el uso de mascarillas higiénicas en la población general en algunas circunstancias podría colaborar en la disminución de la transmisión del virus.

Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:



Si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación



Mantén 1-2 metros de distancia entre personas



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocar los ojos, nariz y boca



Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usa pañuelos desechables



Trabaja o distánciate siempre que sea posible

Una mascarilla higiénica es un producto no sanitario que cubre la boca, nariz y barbilla provisto de una sujeción a cabeza u orejas

Se han publicado las especificaciones técnicas UNE para fabricar mascarillas higiénicas:

- Reutilizables (población adulta e infantil)
- No reutilizables (población adulta e infantil)

¿A QUIÉN se recomienda su uso?

A la población general sana



¿CUÁNDO se recomienda su uso?

- Cuando no es posible mantener la distancia de seguridad en el trabajo, en la compra, en espacios cerrados o en la calle.
- Cuando se utiliza el transporte público.



Haz un uso correcto para no generar más riesgo:



Lávate las manos antes de ponerla.



Durante todo el tiempo la mascarilla debe cubrir la boca, nariz y barbilla. Es importante que se ajuste a tu cara.



Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta.



Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 horas. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra. No reutilices las mascarillas a no ser que se indique que son reutilizables.



Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos.



Las mascarillas reutilizables se deben lavar conforme a las instrucciones del fabricante.

22 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
[@ventelgob](https://twitter.com/ventelgob)

CONJUNTO
LO
PARAMOS
UNIDOS



ANEXO III

USO ADECUADO DE EPI. GUANTES.

Los guantes de protección deben cumplir con la norma EN- ISO 374.5:2016. Se recomiendan que sean de vinilo o nitrilo, pero pueden usarse otros materiales más resistentes si la actividad que se vaya a realizar lo requiere. Los guantes deben contar con el marcado CE.

Los guantes pueden crear una falsa sensación de protección, por ello, es muy importante la higiene de manos antes y después de su uso, sobre todo si se han tocado superficies potencialmente contaminadas.

Los guantes deberán cambiarse con la frecuencia indicada según su uso y siguiendo las indicaciones del fabricante. En todo caso, se puede aplicar higienizante sobre ellos para alargar su uso, pero ante cualquier signo de deterioro (perforación, rasgado, etc.) deben ser sustituidos.

La manera correcta de quitarse los guantes sin contaminar las manos es siguiendo los siguientes pasos:



ANEXO IV

Listado de virucidas autorizados

.

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf