



GUIA DE RECOMENDACIÓNS PREVENTIVAS ANTE O CORONAVIRUS NAS XUNTAS DAS COMUNIDADES DE PROPIETARIOS

25 de agosto de 2020

INTRODUCCIÓN

O Instituto de Seguridade e Saúde Laboral de Galicia (ISSGA) no exercicio das súas funcións de asesoramento técnico, información e divulgación en materia de prevención de riscos laborais, elabora esta “Guía de recomendacións preventivas ante o coronavirus”, no contexto actual tras o levantamento das medidas derivadas do estado de alarma como consecuencia da pandemia provocada pola COVID-19.

O obxectivo deste documento é dar pautas e recomendacións preventivas para minimizar o risco de contaxio e propagación do virus, co fin de **garantir a protección da saúde das persoas traballadoras e usuarias** durante o desenvolvemento das **xuntas das comunidades de propietarios** segundo as indicacións das autoridades sanitarias. Debe ser a base para elaborar un protocolo que recolla as medidas específicas que se deban adoptar en función das características de cada comunidade de propietarios.

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE A COVID-19

O **SARS-CoV-2** é un novo tipo de coronavirus que pode afectar ás persoas causándolles a enfermidade COVID-19. O período de incubación medio é de 5-6 días, variando de 1 a 14 días. O 97,5% dos casos sintomáticos desenvólvense nos primeiros 11 días e medio tras a exposición.

Transmítese por contacto directo coas pingas respiratorias que se emiten coa tose ou o esbirro dunha persoa infectada. O seu contaxio depende da cantidade do virus nas vías respiratorias. Estas pingas infectan a outra persoa a través do nariz, os ollos ou a boca directamente. **Tamén poden infectar ao tocar o nariz, ollos ou boca coas mans que tocaron superficies contaminadas por estas pingas.** Parece pouco probable a





transmisión polo aire a distancias maiores de 2 metros. Actualmente considérase que a transmisión da infección comeza 1-2 días antes do inicio de síntomas. A maioría das persoas adquiren a COVID-19 doutras persoas con síntomas.

Non se sabe con certeza canto tempo sobrevive o virus causante da COVID-19 nunha superficie, pero parece comportarse como outros coronavirus. Os estudos realizados (incluída a información preliminar dispoñible sobre o virus SARS-CoV-1) indican que os coronavirus poden subsistir nunha superficie desde unhas poucas horas ata varios días. O tempo pode variar en función das condicións (por exemplo, o tipo de superficie, a temperatura ou a humidade ambiental).

Os síntomas máis comúns son febre, tose e dificultade para respirar. Nalgúns casos tamén pode haber diminución do olfacto e o gusto, calafríos, dor de gorxa, dores musculares, dor de cabeza, debilidade xeral, diarrea ou vómitos. A maioría dos casos presentan síntomas leves e pode haber persoas que non presenten síntomas. En casos máis graves a infección pode causar pneumonía, dificultade importante para respirar, fallo renal e mesmo o falecemento.

Os grupos vulnerables á infección son as persoas con diabetes, enfermidade cardiovascular, incluída hipertensión, enfermidade pulmonar crónica, insuficiencia renal crónica, inmunodeficiencia, cancro en fase de tratamento activo, enfermidade hepática crónica severa, obesidade mórbida (IMC>40), embarazo e maiores de 60 anos.

As medidas que son de aplicación en todo o territorio da **Comunidade Autónoma de Galicia** establécense na “*RESOLUCIÓN do 12 de xuño de 2020, da Secretaría Xeral Técnica da Consellería de Sanidade, pola que se da publicidade do Acordo do Consello de la Xunta, do 12 de xuño de 2020, sobre **medidas de prevención necesarias para facer fronte á crise sanitaria ocasionada pola COVID-19**, unha vez superada a fase III do Plan para a transición cara a unha nova normalidade*” e posteriores modificacións.

No apartado 3.33.1 do anexo sobre medidas de prevención da devandita resolución recollese o seguinte:





“3.33. Celebración de congresos, encontros, reunións de negocio, conferencias, eventos e actos similares.

*1. Poderanse celebrar congresos, encontros, reunións de negocio, conferencias e eventos e actos similares promovidos por calquera entidade, de natureza pública ou privada, sempre que **non se supere o setenta e cinco por cento da capacidade permitida do lugar de celebración e cun límite máximo de trescentas persoas sentadas para lugares pechados e de mil persoas sentadas tratándose de actividades ao aire libre.***

*O recollido neste número será tamén de aplicación para reunións profesionais, **xuntas de comunidades de propietarios e eventos similares.**”*

RECOMENDACIÓNS PREVENTIVAS ANTE O CORONAVIRUS NAS XUNTAS DAS COMUNIDADES DE PROPIETARIOS

Medidas previas ao inicio da xunta de propietarios

- As persoas que experimenten algúns dos síntomas **máis comúns compatibles coa COVID-19**, tales como febre ($> 37^{\circ}\text{C}$), calafríos, tose, sensación de falta de aire, diminución do olfacto e do gusto, dor de garganta, dores musculares, dor de cabeza, debilidade xeral, diarrea ou vómitos, **deberán permanecer no seu domicilio**, e contactar telefonicamente cos servizos de saúde chamando ao teléfono 900 400 116.
- **As que estiveron en contacto estreito**, entendido como máis de 15 minutos a distancias inferiores a 2 metros, cunha persoa enferma, **tampouco deben acudir**, incluso en ausencia de síntomas, durante 14 días. Débese estar alerta por se aparecen síntomas desta enfermidade.
- Identificar ao **persoal especialmente sensible** (grupos vulnerables á infección) para minimizar o risco de transmisión cando teñan que acudir á reunión. **Valorar a súa asistencia ás xuntas** e promover a súa representación nas mesmas.





- **Reducir ao mínimo necesario** o número de convocatorias. Recoméndase manter exclusivamente xuntas de propietarios de **carácter urgente e necesario** e, no caso de que sexa posible, **online**.
- **Enviar xunto a convocatoria** da reunión:
 - as medidas preventivas e de protección** para garantir o seu coñecemento no desenvolvemento da reunión.
 - toda a documentación** posible respecto aos asuntos da orde do día para evitar compartir os documentos entre os asistentes e así minimizar o risco de contaxio.
- **Reducir a duración da xunta** ao mínimo imprescindible.
- **Promover a mínima** asistencia por propiedade. Fomentar o outorgamento da representación para a asistencia á xunta.
- **Elixir un lugar adecuado para a reunión** tendo en conta a capacidade máxima permitida para o local segundo a normativa vixente para evitar o risco de propagación do virus entre os asistentes. Evitar na medida do posible as xuntas nos portais, garaxes ou zonas comúns de paso.
- **A reunión farase cos asistentes sentados** a 1,5 metros de distancia entre eles.
- **Indicar a todos os asistentes a obrigatoriedade do uso correcto da máscara en todo momento** aínda que se poida garantir a distancia de seguridade interpersoal.

Medidas para garantir a distancia de seguridade

- **Evitar ou limitar as actividades que impliquen contacto físico:** zonas de espera, saúdo, etc.
- **Manter sempre a distancia de seguridade de 1,5 metros**, tanto entre o persoal traballador da administración da finca como dos asistentes á xunta, na sala de reunións, nas zonas comúns e de paso, etc.
- **Evitar que se produzan aglomeracións**, tanto fora como dentro do lugar da reunión, mediante un sistema adecuado de control de accesos e respectando a





ocupación máxima permitida do local.

- **Valorar a necesidade de reorganizar os espazos fisicamente ou adoptar medidas que fagan de barreira** que sexan complementarias á distancia e ao uso da máscara.
- **Distribuír o lugar da reunión para que todos os asistentes poidan estar sentados** e así poder garantir mellor a distancia de seguridade de 1,5 metros entre eles durante todo o tempo que dure a xunta.
- **Delimitar zonas mediante sinalización vertical ou horizontal** do chan co uso de adhesivos ou outros sistemas, co obxecto de cumprir a distancia de seguridade.

Medidas de hixiene e limpeza

- **Facilitar aos asistentes na entrada e saída as solucións** hidroalcohólicas para a hixienización das mans.
- Dispoñer no lugar da reunión de **papeleiras con tapa, pedal e bolsas recambiáveis** nas que poder depositar os panos e calquera outro material desbotable.
- **Evitar compartir equipos ou material de oficina e documentación.** No caso de que sexa necesario, aumentar as medidas de precaución e desinféctalos antes de úsalos. Se non é posible, lavar as mans inmediatamente despois de tocalos.
- **Evitar compartir material impreso** (documentos, presupostos, contas, etc.) promovendo o envío da información a través de medios dixitais.
- **Reforzar as medidas de limpeza e desinfección nas zonas da reunión** con carácter previo e posterior a mesma, **con especial atención as zonas e as superficies de contacto máis frecuentes** (varandas, pomos, manivelas, pasamáns, salas de reunións, aseos, corredores, mesas, cadeiras, tablets, teléfonos, etc.). No caso da utilización de micrófonos usar fundas desbotables para cada usuario.
- **Dispoñer de produtos para a hixiene das mans** (xabón, solucións hidroalcohólicas ou desinfectantes e panos desbotables) **e para a limpeza e**





desinfección (deterxente habitual, lixivia ou outros produtos virucidas ou biocidas autorizados polo Ministerio de Sanidade).

- **Asegurar a ventilación natural periódica dos locais onde se fagan as reunións antes e despois dá mesma e durante o tempo necesario** para permitir a renovación do aire, sempre que sexa posible e aínda que se dispoña de ventilación mecánica.
- **No uso de sistemas de climatización** asegurar igualmente a renovación do aire subministrando tanto aire exterior fresco como sexa posible. Recoméndase substituír os filtros de aire de acordo co programa de mantemento xa establecido en cada edificio.

Xestión de residuos

- **Xestionar os residuos ordinarios da forma habitual.**
- O **material de hixiene persoal** (mascaras e luvas) depositáranse na fracción resto do lixo.
- Se existe **material contaminado por unha infección**, a bolsa deberase colocar nunha segunda bolsa pechada e depositala na fracción resto.

Medidas organizativas

- Establecer **pautas de actuación para evitar o contaxio** no caso de que xurdan síntomas da enfermidade **estando na reunión**:

A persoa afectada non debe quitar a máscara.

A persoa afectada deberá comunicalo.

No caso de asistentes, deberase contactar co centro de saúde correspondente ou co teléfono de referencia da comunidade autónoma de Galicia para residentes (900 400 116) ou para persoas provenientes doutras





comunidades (881 002 021) para a súa avaliación.

No caso de persoal traballador contactarase co seu centro de saúde ou co Servizo de Prevención de Riscos Laborais ou co teléfono de referencia da comunidade autónoma de Galicia (900 400 116) e seguiranse as súas indicacións.

No caso de percibir que a persoa que inicia síntomas estea **nunha situación de gravidade** ou teña dificultade para respirar, avisarase ao 061.

Á espera de valoración por parte dos servizos médicos, afastar á persoa do resto do persoal, e levala a unha estancia separada, se é posible ben ventilada onde permanecerá coa máscara posta.

Por último, ventilar, limpar e desinfectar o espazo habilitado e o resto das estancias onde estivera a persoa afectada. Deberase illar o contedor onde se depositaron os panos ou outros produtos, a bolsa cos refugallos deberá ser extraída, colocada nunha segunda bolsa de lixo, con peche, para o seu depósito na fracción resto.

- **Colocar carteis informativos en zonas visibles do local** que advirtan aos asistentes sobre as medidas preventivas establecidas polas autoridades sanitarias e sobre a súa obriga de cooperar no seu cumprimento.
- Elaborar un **plan de limpeza e desinfección**.
- **Adoptar as medidas específicas ao persoal especialmente sensible** (grupos vulnerables á infección) para minimizar o risco de transmisión cando teñan que acudir á reunión.
- **O persoal traballador** deberá estar informado e formado sobre os procedementos a seguir tanto respecto a si mesmos como respecto aos usuarios.





OUTRA INFORMACIÓN DE INTERESE:

Uso de máscaras e equipos de protección individual

- **Será obrigatorio o uso de máscara en todo momento** cando se estea na vía pública e en espazos ao aire libre como **cando se estea en espazos pechados de uso público ou que se encontren abertos ao público, aínda que se poida garantir a distancia de seguridade interpersoal**. Preferiranse as máscaras hixiénicas e cirúrxicas que cubrirán o nariz, a boca e a barbela.

O emprego de máscaras na comunidade é unha medida complementaria e non substitúe as medidas preventivas establecidas como, por exemplo, distanciamento físico, etiqueta respiratoria, hixiene de mans e evitar tocar a cara, o nariz, os ollos e a boca. Si pode servir como un medio de control da fonte de infección ao reducir a propagación na comunidade, xa que se rebaixa a excreción de pingas respiratorias de individuos infectados que aínda non desenvolveron síntomas ou que permanecen asintomáticos.

- **Non será esixible a máscara** para as persoas que presenten algún tipo de enfermidade ou dificultade respiratoria que poida verse agravada polo uso da máscara ou que, pola súa situación de discapacidade ou dependencia, non dispoñan de autonomía para quitarse a máscara, ou ben presenten alteracións de conduta que fagan inviable a súa utilización. Nin nos suposto de forza maior ou pola propia natureza da actividade.
- **As máscaras hixiénicas** deberán responder a estándares de calidade certificados ao mesmo nivel que as máscaras cirúrxicas ou médicas (Norma EN 14683:2019+AC:2019), o que exclúe os produtos fabricados con outro tecido, tricotado ou papel. Poden ser reutilizables (especificación técnica UNE 0065:2020) ou non reutilizables (especificación técnica UNE 0064-1:2020).





O seu uso pode colaborar na diminución da transmisión por parte de persoas sen síntomas ou con síntomas leves, sempre que se faga asociado ás medidas de prevención.

- **As máscaras cirúrxicas ou médicas**, que deben ser un produto sanitario homologado, serán sempre as elixidas polas persoas que pertencen aos grupos vulnerables á COVID-19.

O seu uso limita a saída das pingas respiratorias polo que prevén a transmisión do virus a outras persoas e ten un efecto protector, se se usa de maneira adecuada e asociado ás medidas de prevención. Para iso é imprescindible que encaixe ben na cara, se tolere ben e se adopten as precaucións de uso correcto das máscaras.

- **A máscara de protección individual EPI (tipo FFP2)** só é recomendable nos casos prescritos polo servizo de prevención, que debe indicar o seu uso, tipo, tarefas e situacións nas que debe usarse. A máscara non debe estar provista de válvula exhalatoria, agás nos usos profesionais para os que poida estar recomendada. A mellor forma de previr a transmisión é usar unha combinación de todas as medidas preventivas. Os equipos de protección individual (EPI), de considerarse, serán un complemento.
- **Usar e refugar as máscaras e os EPI** de forma adecuada para previr a infección. Lavar sempre as mans antes de poñelos e despois de quitálos. Evitar igualmente tocar a cara cando se leven postos.
- **É necesario garantir a subministración de material de protección**, de maneira especial máscaras e luvas, segundo as indicacións do servizo de prevención de riscos laborais e das autoridades sanitarias.

Uso de aseos

- A **ocupación máxima** dos aseos será **dunha persoa** para **espazos de ata catro metros cadrados**, salvo naqueles supostos de persoas que poidan precisar asistencia; nese caso tamén se permitirá a utilización por parte do seu acompañante.





- Para aseos de **máis de catro metros cadrados** que contén con máis dunha cabina ou urinario, a ocupación máxima será do **cincuenta por cento do número de cabinas** e urinarios que teña a estancia, e deberá manterse durante o seu uso a distancia de seguridade.
- Deberá **reforzarse a limpeza e desinfección** dos referidos aseos garantindo sempre o seu estado de salubridade e hixiene.

O aseos deberán contar nas entradas con **dispensadores de solución/xel hidroalcohólico ou antisépticos** con actividade virucida autorizados.

Deben contar con **dispensadores de papel** de secado de mans, **papeleiras con tapa, pedal, e bolsas recambiáveis**. Deben repórtese periodicamente os consumibles.

Ligazóns de interese:

- Organización Mundial da Saúde (OMS):
https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1
- Ministerio de Sanidade:
<https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>
- Centro Europeo para a Prevención e o Control de Enfermidades (ECDC):
<https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>
- Consellería de Sanidade. Xunta de Galicia:
<https://coronavirus.sergas.es/>
- Procedemento de actuación para os servizos de prevención de riscos laborais fronte á exposición ao novo coronavirus (SARS-CoV-2) (14 de xullo de 2020):
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Proteccion_Trabajadores_SARS-CoV-2.pdf





- Información científico-técnica, enfermidade por coronavirus, COVID-19 (3 de xullo de 2020):
<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ITCoronavirus/home.htm>
- Guía de recomendacións preventivas de saúde laboral ante o coronavirus (23 de xullo de 2020):
http://issga.xunta.gal/portal/contido/documentacion/publicacions/divulgacion/doc_0111.html?lang=gl
- Produtos virucidas autorizados en España:
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf
- Especificación UNE 0066-19: Medidas para la reducción del contagio por coronavirus SARS-CoV-2. Parte 19: Turismo MICE: diseño, ejecución y gestión de reuniones, incentivos, conferencias, congresos, eventos y ferias comerciales

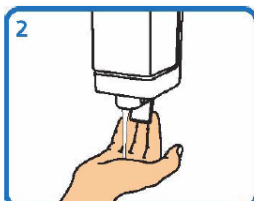




Técnica do lavado de mans con auga e xabón



Humedecer as mans



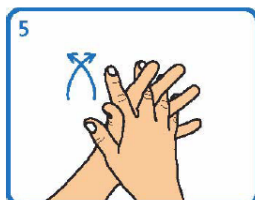
Aplicar suficiente xabón



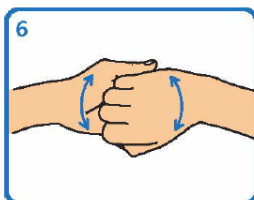
Fregar palma sobre palma



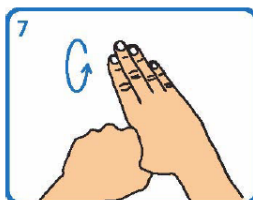
Fregar palma sobre dorso cos
dedos entrelazados e viceversa



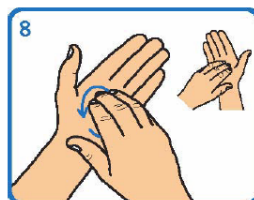
Fregar palma sobre palma cos
dedos entrelazados



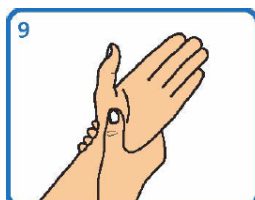
Fregar o dorso dos dedos
sobre a palma oposta



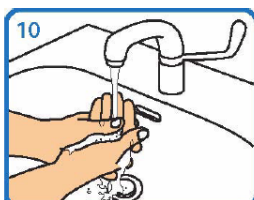
Fregar os polgares mediante
un movemento rotatorio



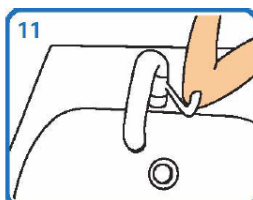
Fregar as xemas dos dedos sobre
a palma da man contraria cun
movemento circular



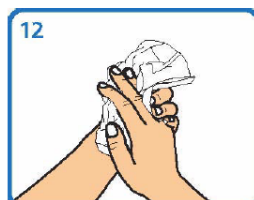
Fregar cada pulso coa
man oposta



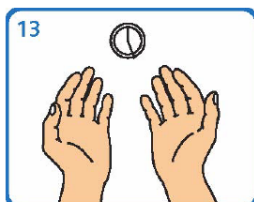
Aclarar con auga



Pechar a billa co cóbado ou
ben cunha toalla desbotable



Secar cunha toalla de papel
desbotable



Este proceso debe levar entre
40 e 60 seg

Adaptado de NHS e World Health Organization *Guidelines on Hand Hygiene in Health Care*

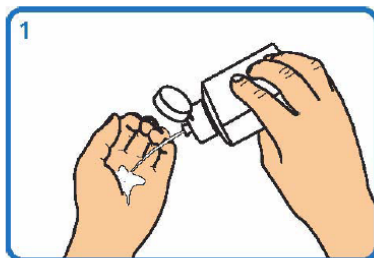


XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE
Dirección Xeral de Saúde Pública





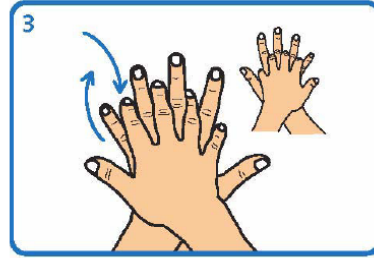
Técnica de hixiene das mans con preparacións alcohólicas



1
Depositar na palma da man unha dose de produto suficiente para cubrir todas as superficies a tratar.



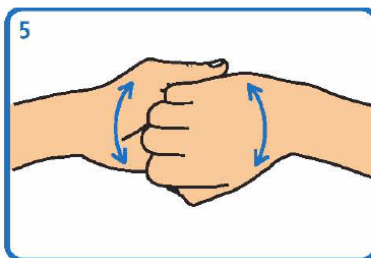
2
Fregar as palmas das mans entre si



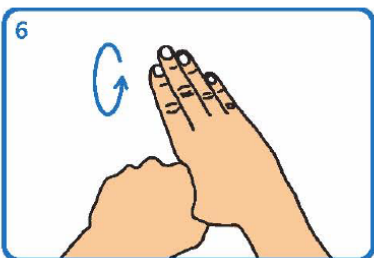
3
Estender o produto entre os dedos



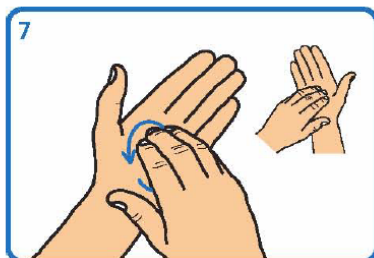
4
Fregar as palmas das mans entre si, cos dedos entrelazados



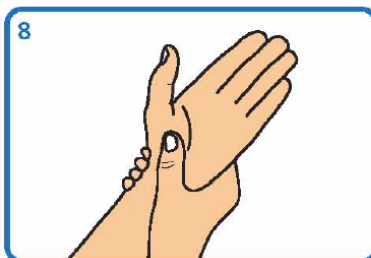
5
Fregar o dorso dos dedos dunha man coa palma da man oposta, agarrándose os dedos



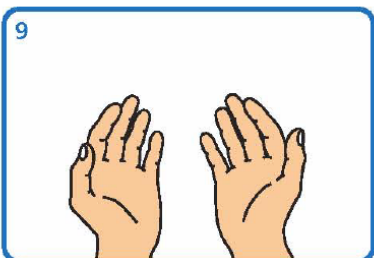
6
Fregar cun movemente de rotación o polgar esquerdo atrapándoo coa palma da man dereita, e viceversa.



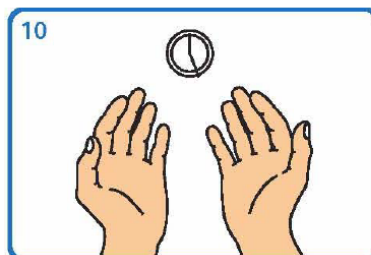
7
Fregar a punta dos dedos da man dereita contra a palma da man esquerda, facendo un movemente de rotación, e viceversa



8
Fregar cada pulso coa man oposta



9
Esperar ata que o produto se evapore e as mans estean secas (non use papel nin toallas)



10
Este proceso debe levar entre 20 e 30 seg.



COLOCACIÓN CORRECTA DA MÁSCARA HIXIÉNICA OU CIRÚRXICA

Lavar as mans con auga e xabón antes de manipular a máscara. Identificar a parte superior e/ou o lado correcto desta. Colocala na cara e axustar, se dispón dela, a pinza nasal ao nariz.



Colocar ben as bandas, segundo modelo. Por detrás das orellas ou a banda superior pola parte da cabeza e a inferior pola parte de atrás do pescozo.

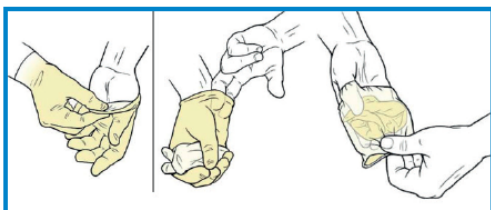
Baixar a parte inferior da máscara á barbela e verificar que esta queda cuberta na súa totalidade.



Presionar a pinza nasal, se a ten, cos dedos índices de ambas mans para axustar a ao nariz. Verificar que a máscara está colocada correctamente, comprobando o selado e a ausencia de molestias respiratorias.

Unha vez axustada, non tocar a máscara coas mans. Se o usuario necesita tocar a máscara, debe previamente lavar as mans con auga e xabón ou refregalas cunha solución hidroalcohólica.

XEITO CORRECTO DE POÑER E RETIRAR AS LUVAS



- **Paso 1:** Lavar as mans antes de poñer as luvas.
- **Paso 2:** Retirar as luvas e refugalas.
- **Paso 3:** Lavar as mans despois de quitar as luvas.

