



PREVENCIÓN NOS CENTROS ESPECIAIS DE EMPREGO FRONTE AO CORONAVIRUS

20 de marzo de 2020

Tendo en conta a situación de declaración de estado de alarma en todo o territorio nacional (Real decreto 463/2020 de 14 de marzo) como consecuencia da pandemia provocada polo COVID-19, a continuación se indican unha serie de **recomendacións preventivas xenéricas** a aplicar nos **centros especiais de emprego**, nas que haberá que valorar a súa aplicación considerando a súa **diversidade produtiva** e a diversidade funcional do colectivo.

Establecer medidas para evitar o contacto próximo

- As persoas que presenten **febre** ($>37^{\circ}\text{C}$), **tose** ou **sensación de falta de aire**, **non deben acceder aos lugares de traballo**
- Debes manter a **distancia de seguridade de 2 m** (nunca menos de 1 m) entre persoas, tanto nos locais de traballo como nas zonas de descanso, ascensores, etc
- A distancia de seguridade indicárase nas **zonas de traballo e atención ao público** mediante sinalización horizontal, vertical, adhesivos nos corredores para delimitar zonas, etc
- **Evitar** que se produzan **aglomeración de persoas**
- Efectuar un control adecuado do aforo nos locais ou centros de traballo: como pode ser organizando a **entrada dos clientes por quendas** co fin de gardar sempre a **distancia de seguridade**
- Se é posible adoptar medidas **que fagan de barreira** entre as persoas
- Promover o **pago por medios electrónicos** (tarxeta, móbil)
- Comunicar mediante **carteis** as recomendacións da autoridade sanitaria para evitar a propagación e o contaxio

Establecer medidas hixiénicas

- Reforzar a dispoñibilidade **de material de limpeza e hixiene persoal**
- Facilitar o **lavado frecuente de mans** e proporcionar panos desbotables a todo o persoal
- Na medida do posible dispoñeranse **solucións hidroalcohólicas** a disposición do persoal traballador
- Poñer a disposición papeleiras con tapa, pedal e bolsa





- Aumentar a **frecuencia da limpeza** de todas as superficies, obxectos e equipos de traballo no centro e no posto de traballo. Nos **cambios de quenda limpar** sempre o posto
- Evitar **compartir comida, obxectos e utensilios** sen limpalos previamente
- **De usar luvas, cambialas con frecuencia.** Lavar sempre as mans antes de poñelas e despois de quitalas. Evitar igualmente tocarse a cara cando se leven postas. O **lavado de mans é a principal medida preventiva**
- Utilizar os **EPI** que lle indique o seu servizo de prevención de riscos laborais cando sexan necesarios
- **Ventilar** con máis frecuencia os centros de traballo (sempre que isto sexa posible)

A mellor maneira de reducir calquera risco de infección é unha boa hixiene e evitar o contacto directo ou próximo (a menos de 2 metros) con calquera persoa potencialmente infectada.

Establecer medidas organizativas

- Fomentar o **traballo desde casa ou o teletraballo** se fose posible
- **Adaptar o posto de traballo ou limitar as tarefas** nas que pode haber **maior probabilidade de contacto** para as persoas traballadoras identificadas como especialmente sensibles (grupos máis vulnerables á infección)
- Valorar a necesidade de establecer **quendas de traballo para evitar o contaxio así como de realizar pausas, alternar tarefas**, etc. para minimizar o impacto da posible carga física e mental do persoal na situación de alerta sanitaria actual.

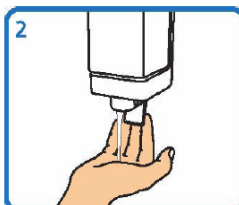




Técnica do lavado de mans con auga e xabón



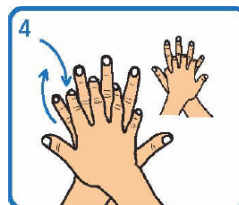
Humedecer as mans



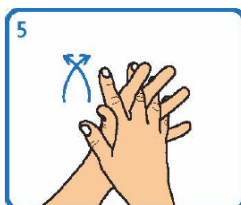
Aplicar suficiente xabón



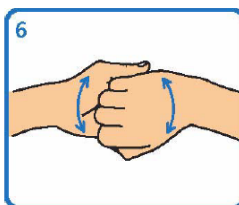
Fregar palma sobre palma



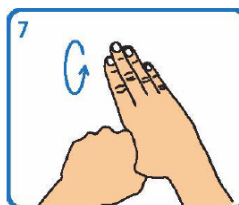
Fregar palma sobre dorso cos dedos entrelazados e viceversa



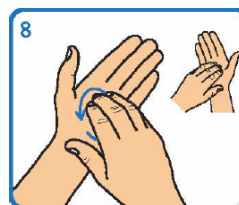
Fregar palma sobre palma cos dedos entrelazados



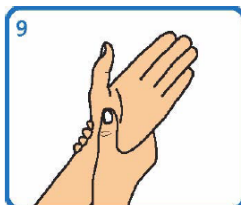
Fregar o dorso dos dedos sobre a palma oposta



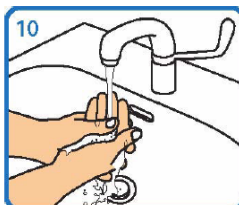
Fregar os polgares mediante un movemento rotatorio



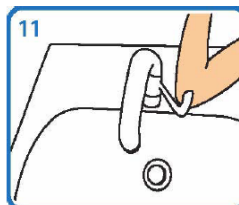
Fregar as xemas dos dedos sobre a palma da man contraria cun movemento circular



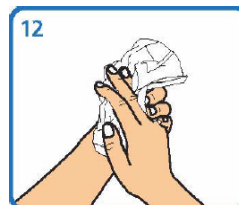
Fregar cada pulso coa man oposta



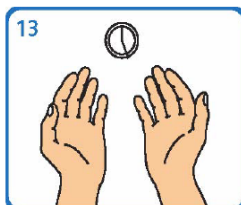
Aclarar con auga



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

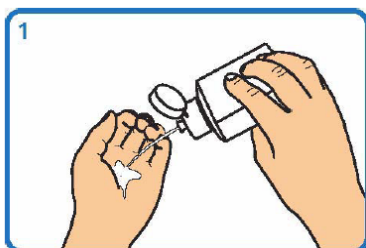


XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE
Dirección Xeral de Saúde Pública

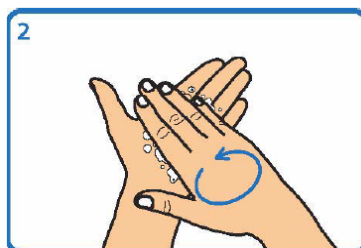




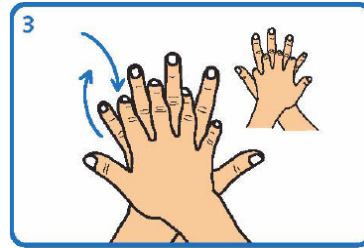
Técnica de hixiene das mans con preparacións alcohólicas



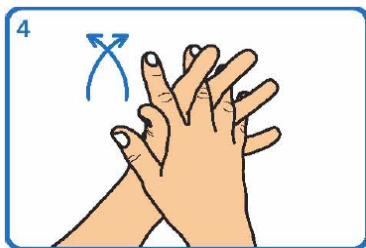
1
Depositar na palma da man unha dose de produto suficiente para cubrir todas as superficies a tratar.



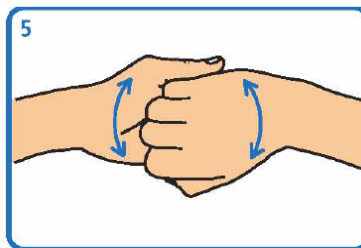
2
Fregar as palmas das mans entre si



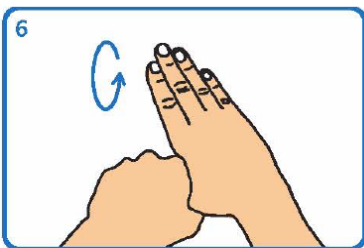
3
Estender o produto entre os dedos



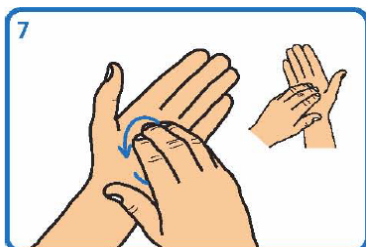
4
Fregar as palmas das mans entre si, cos dedos entrelazados



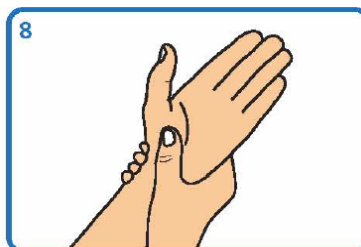
5
Fregar o dorso dos dedos dunha man coa palma da man oposta, agarrándose os dedos



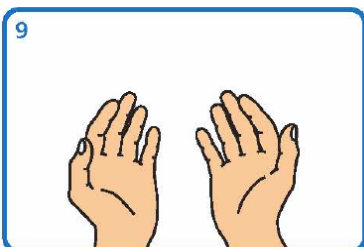
6
Fregar cun movemento de rotación o polgar esquerdo atrapándoo coa palma da man dereita, e viceversa.



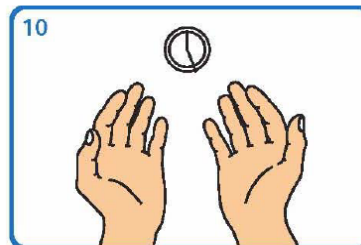
7
Fregar a punta dos dedos da man dereita contra a palma da man esquerda, facendo un movemento de rotación, e viceversa



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.

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





ANEXO SOBRE LIMPEZA DE LUGARES DE TRABAJO (NON SANITARIOS) NOS QUE ESTIVO UNHA PERSOA AFECTADA POLO CORONAVIRUS

Débense limpar todas as superficies que se toquen con frecuencia como mesas, tiradores de portas, accesorios do baño, inodoro, teléfono, pasamáns de escaleiras, interruptores, teclados de ordenadores, tablets, etc.

Para proceder a limpeza e desinfección empregar máscara cirúrxica (non tocala mentres se usa), bata e luvas desbotables.

Antes de comezar a limpar ventile ben a estancia.

Para a desinfección:

- Empregue unha disolución de lixivia comercial que sexa apta para a desinfección de augas: prepárea medindo 20 ml cunha xiringa (ou 2 culleres das de postre) e engádao a 1 l de auga. Prepare a mestura xusto antes de usala, en auga a menos de 50°C. deixe actuar polo menos a disolución 10 minutos. Pódese usar tamén unha solución desinfectante de uso doméstico con eficacia probada ante virus
- Utilice panos desbotables, ou rolo de papel, ou cabezais de mopa desbotables para facelo que despois botará ao lixo en dobre bolsa
- Os obxectos que non se poden limpar con solucións desinfectantes pódense limpar con vapor (por exemplo mobles tapizados)

Limpeza de pezas de roupa que estivesen en contacto directo coa persoa afectada:

- Meta toda a roupa que precise lavarse nunha bolsa. Introdúzaa noutra bolsa limpa
- Ao retirar a roupa da bolsa non a sacuda e introdúzaa inmediatamente na lavadora. Fágao con coidado e se é posible baleire a bolsa dentro. Lave as mans e poña en marcha a lavadora. Use un programa de auga quente (por riba de 60°C), senón use a temperatura máis alta que poida empregar segundo a prenda
- Lave esta roupa separada de outra

Obxectos que se poden somerxer en auga:

- Láveos con auga quente e deterxente. Póñaos a remollo separado do resto de utensilios que non estiveron en contacto coa persoa afectada e despois láveos ben e aclare.
- Pódese usar un lavalouzas cun programa > 50°C. Neste caso pódese mesturar con outros utensilios non afectados pola persoa enferma.





O cubo do lixo que se use para a limpeza, terá tapa e pedal de apertura e provisto dunha bolsa con peche hermético.

Cando remate a limpeza retire as luvas, a bata e máscara, nesta orde e desbóteas nunha bolsa do lixo con peche hermético (bolsa 1) que pechará inmediatamente. Lave as mans correctamente. Cando vaia retirar o lixo meterá esta primeira bolsa noutra limpa (bolsa 2), tamén con peche hermético.

Inmediatamente despois de retirar o lixo, lave as mans de novo.

Non arrastre polo chan as bolsas do lixo ou da roupa.

O lixo que se xere na limpeza eliminarase nos contedores habituais do lixo, é dicir, os de restos xerais, evite os específicos de vidro, papel e envases. Procure eliminar todos os residuos xuntos e dunha soa vez.

FONTES DE INFORMACIÓN CORONAVIRUS

- Consellería de Sanidade. Xunta de Galicia:
<https://coronavirus.sergas.es/>
- Preguntas y respuestas sobre el nuevo coronavirus (COVID-19) (17/03/2020):
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/20200317_Preguntas_respuestas_2019-nCoV.pdf
- Ministerio de Sanidad:
<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>
- Centro Europeo para la Prevención y el Control de Enfermedades (ECDC):
<https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>
- Organización Mundial de la Salud (OMS):
<https://www.who.int/health-topics/coronavirus>
- Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (sars-cov-2) (11 de marzo de 2020):
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRL_COVID-19.pdf
- Guía para la actuación en el ámbito laboral en relación al nuevo coronavirus:
http://www.mitramiss.gob.es/ficheros/ministerio/inicio_destacados/Gua_Definitiva.pdf





- Instrucións para a limpeza na vivenda dos casos confirmados/probables de COVID-19 en illamento no domicilio :
https://www.sergas.es/Saude-publica/Documents/6506/Limpeza_domicilio.pdf
- Instrucións para o coidador dun caso confirmado/probable de COVID-9:
https://www.sergas.es/Saude-publica/Documents/6505/Instrucons_coidador_domicilio.pdf
- Manejo domiciliario de casos en investigación, probables o confirmados de COVID-19:
https://www.msccbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Manejo_domiciliario_de_COVID-19.pdf

