



PREVENCIÓN NO SERVIZO DE EMPREGADAS DO FOGAR FRONTE AO CORONAVIRUS

02 de abril de 2020

Tendo en conta a situación de declaración de estado de alarma en todo o territorio nacional (Real decreto 463/2020, do 14 de marzo prorrogado polo Real decreto 476/2020, de 27 de marzo) como consecuencia da pandemia provocada polo COVID-19, indícanse unha serie de recomendacións **preventivas básicas** que se deben ter en conta no **servizo de empregadas do fogar** segundo as informacións das autoridades sanitarias sobre o coronavirus e **a idade e a diversidade funcional** das persoas obxecto do servizo.

Establecer medidas para evitar o contacto próximo

- As persoas traballadoras que presenten **febre** ($>37^{\circ}\text{C}$), **tose ou sensación de falta de aire, non deben ir prestar o servizo**, coa oportuna comunicación ao titular do fogar familiar.
- O titular do fogar familiar debe **comunicar calquera cambio na situación da saúde dos conviventes o máis axiña posible para que a traballadora do fogar poida adoptar as pertinentes medidas preventivas**.
- En todas as tarefas nas que sexa posible, **reducirase o contacto entre persoas para manter unha distancia de seguridade aproximada de 2 metros**.
- Cando non se poida manter a distancia de seguridade, as medidas variarán en función das seguintes situacións:
 - **Domicilio** no que **non hai identificación de casos**, extremáranse as **medidas de precaución estándar** habituais seguindo os protocolos establecidos polas autoridades sanitarias para esta actividade (ver imaxes páx. 5 e 6).
 - **Domicilio** no que **hai identificado un caso posible ou confirmado** de COVID-19 e sen criterios de ingreso hospitalario ou ben domicilio cun caso posible ou confirmado de COVID-19 que precisou hospitalización e que tras a alta hospitalaria require seguimento e **medidas de illamento** (ver imaxe páx. 7):
 - Illar á persoa **nunha habitación individual** con ventilación exterior, que permanecerá pechada de forma habitual.



- O **baño** deberá ser de **uso exclusivo** e no seu defecto, limparase con lixivia ou cun desinfectante virucida de uso doméstico despois de cada uso.
- É fundamental prover dunha **máscara cirúrxica** á **persoa enferma** e deberá tela posta sempre que alguén entre na habitación.
- Se a persoa se vale por ela mesma, **facilitaráselle** a comida, a medicación e **o necesario para o seu autocoidado na entrada** da habitación.
- **O titular do fogar familiar e a empregada deben coñecer as recomendacións** das autoridades sanitarias para evitar a propagación e o contaxio (ver imaxe páx. 5).

Establecer medidas hixiénicas

1. Medidas hixiénicas xerais

- **Evitar tocarse os ollos, o nariz e a boca.**
- Asegurar a dispoñibilidade de material **de limpeza e hixiene** para a **empregada do fogar**.
- **Lavar as mans frecuentemente** con auga e xabón ou solución hidroalcohólica **e despois de realizar as tarefas de maior contacto**. Usar papel desbotable para o secado (ver imaxes páx. 8 e 9).
- As uñas levaranse curtas e coidadas e o pelo recollido. Evitar o uso de aneis, pulseiras, reloxos, etc.
- Limpar con frecuencia as **superficies que se tocan máis a miúdo** (mesíña de noite, mobles do dormitorio, interruptores, pomos de portas, mandos, teléfonos, etc.) con auga e xabón.
- **Tras realizar a limpeza deberase realizar hixiene de mans**
- **A roupa de traballo será lavada** dentro da dinámica habitual de limpeza, de forma **separada** nun **programa de auga quente (por encima de 60°C)**.
- **Ventilar** con máis frecuencia e sempre antes de iniciar a limpeza de cada cuarto do domicilio.

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).

2. Medidas hixiénicas cun caso posible ou confirmado de COVID-19

- Realizarase a **limpeza e desinfección diaria das superficies cun desinfectante doméstico** que conteña lixivia diluída (1 parte de lixivia doméstica ao 5% en 50 partes de auga) preparado o mesmo día que se vai a utilizar ou calquera outro desinfectante virucida de uso doméstico (ver anexo páx. 10-12).



- **Lavar a roupa de cama, toallas etc.** das persoas enfermas separada doutra co seguinte procedemento:
 - **Colocar a roupa que precise lavarse nunha bolsa con peche hermético ou ben dobre bolsa** ata o momento de lavala. Non sacudila antes de lavala.
 - **Introdúzaa na lavadora** con coidado e se é posible baleire a bolsa dentro. **Lave as mans.** Use un **programa** de auga quente (**por riba de 60°C**), senón use a temperatura máis alta que poida empregar segundo a peza **cos xabóns** ou **deterxentes habituais**.
- **Os cubertos, vasos, pratos e demais utensilios** reutilizables **lavaranse** con auga quente e xabón ou **preferiblemente no lavalouzas**.
- Usar **papeleiras** con tapa, **pedal** e provistas de **bolsa con peche hermético**.
- **Só vostede se ocupará do lixo que xere o doente ou durante o seu coidado.**
- **Eliminar os residuos en bolsas de plástico herméticas** segundo se indica:
 - **BOLSA 1:** introdúcense os residuos **da persoa enferma** incluído o material desbotable utilizado pola persoa enferma (luvas, panos, máscaras) nun **cubo de lixo na habitación, con tapa e pedal**, sen realizar reciclaxe.
 - **BOLSA 2:** nesta **introdúcese a BOLSA 1 pechada**, que se situará **na saída da habitación**, ademais depositaranse **as luvas e máscara utilizados polo coidador** e **pecharase** adecuadamente antes de saír da habitación.
 - **BOLSA 3:** nela **introdúcese a BOLSA 2** co resto dos residuos domésticos e **pecharase adecuadamente**. Inmediatamente **despois lavarse as mans** durante 40-60 segundos e **depositarase no contedor de restos xerais**.
- Se se desempeñan outros traballos como coidado infantil, xardinería, condución de vehículos e outros similares, deberíase realizar a limpeza antes e despois da utilización dos equipos de traballo, vehículos, etc.

Establecer medidas de protección persoal

- **O titular do fogar familiar debe protexer a seguridade e saúde laboral da empregada do fogar**, seguindo as recomendacións das autoridades sanitarias e garantindo as condicións adecuadas de seguridade e saúde laboral.
- En todo caso, recoméndase os seguintes medios de protección:
 - **Tarefas domésticas:** deberanse utilizar bata, máscara (se está dispoñible) e luvas de protección desbotables para uso individual en cada domicilio que se lle facilitarán en número suficiente. O material desbotable eliminarase no lixo do domicilio





- **Tarefas de coidado que impliquen proximidade cunha persoa sen síntomas:** deberanse empregar batas, máscara e luvas de protección desbotables para uso individual en cada domicilio que se lle facilitarán en número suficiente. O material desbotable eliminarase no lixo do domicilio.
- **Tarefas de coidado que impliquen proximidade cunha persoa posible ou confirmada con COVID-19:**
 - Colocar á **persoa que se atende unha máscara cirúrxica**
 - A empregada do fogar utilizará **bata** desbotable cun **mandil** impermeable ou bata resistente a líquidos, **máscara** cirúrxica ou máscara FFP2, **luvas de protección** desbotables e **protección ocular** antisalpicaduras.
 - O material desbotable eliminarase no lixo do domicilio segundo o procedemento descrito anteriormente para eliminar os residuos.
- **Poñer os equipos de protección individual (EPI) antes de entrar na habitación** da persoa enferma e eliminalos dentro da habitación, con excepción da máscara que se retirará fóra.
- **Lavar sempre as mans antes de poñelos e despois de quitálos.** Evitar igualmente tocarse a cara cando se leven postos.
- É moi importante **colocar e retirar os EPI na orde adecuada** (ver imaxes páx. 13 e 14).

Establecer medidas organizativas

- Valorar a **continuidade da prestación do servizo.**
- A empregada do fogar que deba coidar a unha persoa enferma **non debe ter factores de risco de complicacións** asociados a COVID-19: diabetes, enfermidade cardiovascular, incluída hipertensión, enfermidade hepática crónica, enfermidade pulmonar crónica, enfermidade renal crónica, inmunodeficiencia, cancro en fase de tratamento activo, embarazo e maiores de 60 anos. Valorarase polo **médico de atención primaria** a posibilidade de incapacidade laboral.
- Se é necesario prestar coidados a un enfermo procurarase que sexa **unha única persoa a que proporcione a atención.**
- **Protexer a seguridade e saúde laboral da empregada do fogar** no relativo á carga física e mental.
- O titular do fogar deberá asegurarse de que a traballadora coñeza toda a **información específica** e actualizada das fontes oficiais sobre as medidas preventivas fronte ao coronavirus.





¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate las manos frecuentemente



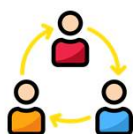
Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado



Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralo tras su uso



Si presentas síntomas respiratorios evita el contacto cercano con otras personas

Consulta fuentes oficiales para informarte

www.mscbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)





¿Debo utilizar mascarilla para protegerme del coronavirus?



En la situación actual, ¿cuándo es importante usar la mascarilla?

- ✓ Si tienes síntomas (tos, fiebre, falta de aire) o infección por coronavirus.

Si cuidas de una persona con infección o sospecha de infección por coronavirus, a una distancia menor a 1 metro, el paciente deberá llevar una mascarilla quirúrgica.



Medidas eficaces y que **SÍ** debe seguir toda la población



Mantener 1-2 metros de distancia entre personas



Lavado de manos



Evitar tocarse ojos, nariz y boca



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



Usar pañuelos desechables



¡CUIDADO! Un uso incorrecto de las mascarillas puede generar más riesgo, por eso, si en tu caso está indicado usar mascarilla:

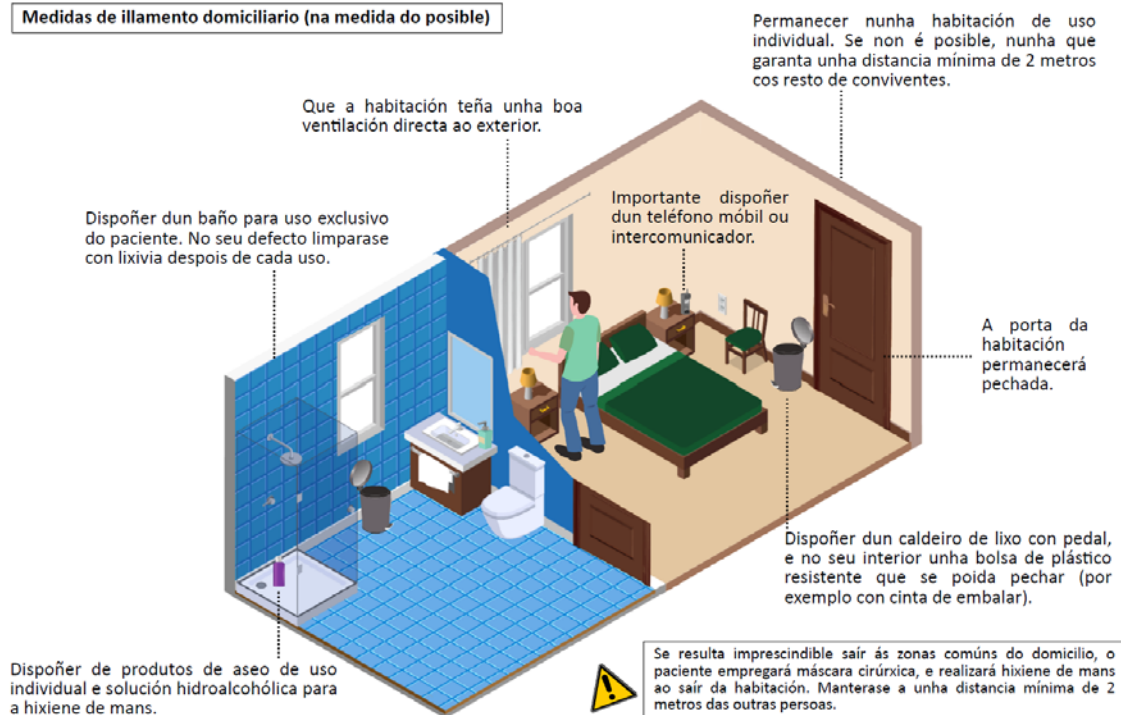
- ✓ Lávate las manos antes de ponerla
- ✓ Cubre la boca y la nariz con la mascarilla
- ✓ Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta
- ✓ Desecha la mascarilla cuando esté húmeda y no la reutilices
- ✓ Lávate las manos después

Haz un **uso responsable y adecuado** de las mascarillas para **no contribuir al desabastecimiento** y para que quienes sí las necesitan puedan utilizarlas



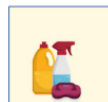
ILLAMENTO DOMICILIARIO POR COVID-19

Medidas de illamento domiciliario (na medida do posible)



EN RELACIÓN Á LIMPEZA E AOS RESIDUOS

- Os baños e as superficies que se tocan con frecuencia, desinfectaranse diariamente con panos desbotables e lixivia diluída
- Se o baño é compartido limpiarao o doente antes de saír
- Non aspirar o cuarto do doente, usar fregona ou mopa cuberta con panos desbotables húmidos
- A persoa encargada deberá protexerse con luvas, mandil de plástico e máscara se é posible



- Retire toda a roupa sen sacudila, poña todo nunha bolsa pechada e sáquea do cuarto metida noutra bolsa limpa
- Lave a roupa do doente separada do resto, co deterxente habitual nun programa de auga quente (60-90°C)
- A persoa encargada deberá protexerse con luvas e máscara, e retiralas antes de saír da habitación

- Os cubertos, vasos e louza do doente poden lavarse co resto da familia sempre que use lavalouzas nun programa de 50°C
- Se non lávea separada deixándoa en remollo en auga ben quente co deterxente e logo lávea ben e adárea



- Todos os residuos xerados manteranse nunha bolsa resistente que deberá pechase antes de saír da habitación (pódese empregar cinta de embalaxe)
- A bolsa poñerase dentro doutra limpa e pode tirarse co resto do lixo sempre que estea ben pechada

LEMBRA



O doente deberá poñer máscara cirúrxica mentres a persoa coidadora estea preto



Non debe recibir visitas durante o illamento



Se a túa situación clínica empeora, chama ao centro de saúde

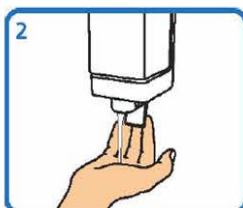




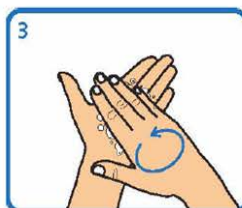
Técnica do lavado de mans con auga e xabón



Humedecer as mans



Aplicar suficiente xabón



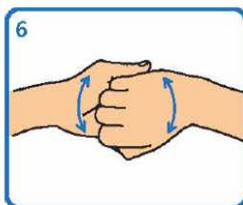
Fregar palma sobre palma



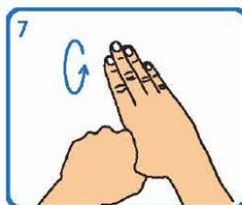
Fregar palma sobre dorso cos
dedos entrelazados e viceversa



Fregar palma sobre palma cos
dedos entrelazados



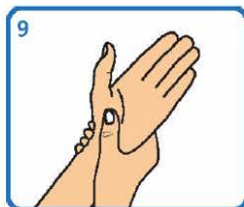
Fregar o dorso dos dedos
sobre a palma oposta



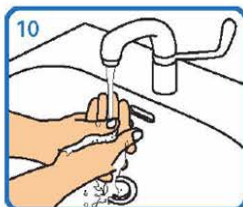
Fregar os polgares mediante
un movemento rotatorio



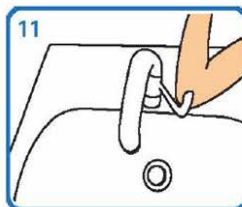
Fregar as xemas dos dedos sobre
a palma da man contraria cun
movemento circular



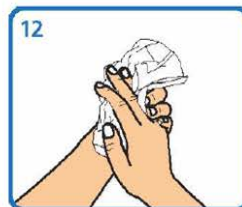
Fregar cada pulso coa
man oposta



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





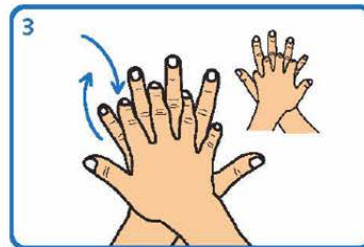
Técnica de hixiene das mans con preparacións alcohólicas



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



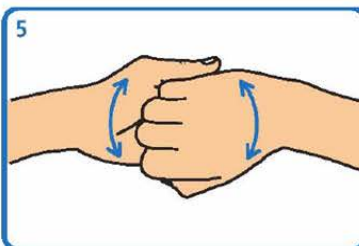
2
Fregar as palmas das mans entre si



3
Estender o produto entre os dedos



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



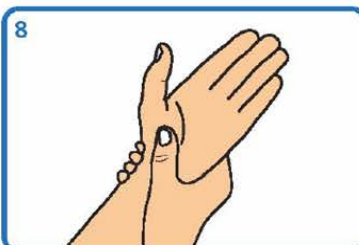
5
Fregar o dorso dos dedos dunha man coa palma da man oposta, agarrándose os dedos



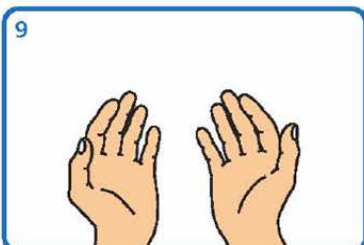
6
Fregar cun movemento de rotación o polgar esquerdo atrapándoo coa palma da man dereita, e viceversa.



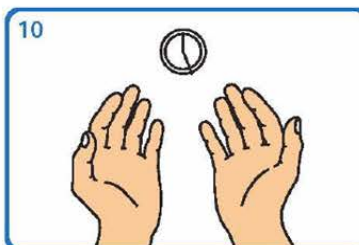
7
Fregar a punta dos dedos da man dereita contra a palma da man esquerda, facendo un movemento de rotación, e viceversa



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 PARA A LIMPEZA NA VIVENDA DOS CASOS POSIBLES OU CONFIRMADOS DE COVID-19 EN ILLAMENTO NO DOMICILIO

https://www.sergas.es/Saude-publica/Documents/6506/Limpeza_domicilio.pdf

Debe seguir estas medidas ata que o doente poida deixar o illamento

Na medida do posible todos os panos que se empreguen para a limpeza deben ser dun só uso. Senón terán que lavarse na lavadora do xeito que se indica para a roupa do doente.

1. Limpeza e desinfección do cuarto do doente:

Ocuparase o doente, máis se non pode, farao a persoa encargada do seu coidado

- Non aspirar o cuarto, empregar unha mopa/fregona, se é posible cuberta con panos desbotables húmidos. Se o paciente sae do cuarto para ir o baño farase o mesmo na zona de paso.
- Se o baño se comparte, e se o doente pode facelo, limparao antes de saír, senón avisará á persoa coidadora. Para a súa limpeza empregarase a solución de auga e lixivia que se indica logo.
- A mopa/fregona e panos que se usen para a limpeza do cuarto do paciente deberán ser de uso exclusivo.
- Limpe con frecuencia todas as superficies do cuarto que se toquen a miúdo como mesas, tiradores de portas, accesorios do baño, inodoro, teléfono, teclados de ordenadores, tablets, etc.
- Se é posible utilice panos de botables, senón hai que lavalos a temperatura alta, tal como se indica no apartado de lavado de roupa.
- Se o fai o coidador debe empregar bata cun mandil plástico por riba da bata e luvas desbotables.
- Cando remate a limpeza retire as luvas dentro do cuarto, desbóteas no cubo, desinfecte o mandil coa disolución de lixivia e retire o mandil e a bata.
- Non arrastre polo chan as bolsas do lixo ou da roupa.
- Asegure unha boa ventilación do cuarto do doente, pero manteña sempre a porta pechada.
- Se o doente ten que ir para o hospital haberá que ventilar o cuarto, abrírase a ventá e manterase a porta pechada. A limpeza final do cuarto só se fará despois de deixar que ventile durante 1 hora. Ninguén debe entrar nel ata que se limpe.



2. Roupas de cama, toallas e do doente

- Se é posible o doente meterá toda a roupa que precise lavarse nunha bolsa. Se é o coidador quen se vai ocupar da roupa do doente, deberá empregar bata, mandil plástico e luvas desbotables.
- Para retirar a roupa non sacudila, retire sabas e demais roupa con moito coidado e poña todo nunha bolsa.
- Xusto ao saír do cuarto metela noutra bolsa limpa. Unha vez usadas estas bolsas eliminarase xunto co resto dos residuos do doente, en dobre bolsa.
- 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 pero nun programa longo.
- Se non dispón de lavadora, poña a remollo en auga moi quente con deterxente, que preparará previamente a introducila. Déixea en remollo, polo menos 30 minutos, e logo lávea, pero procure non axitala. Para lavalas póñase bata e luvas.
- Lave a roupa do doente separada do resto da roupa de casa.

3. Louza do doente:

- Se ten lavalouzas pode lavalas coa do resto da familia, sempre que se use un programa de auga por riba de 50°C.
- Se non ten lavalouzas, lave primeiro a do resto da familia e por último poña a louza do doente a remollo en auga ben quente co deterxente e logo lávea ben e aclárea.

4. Residuos do doente

- No cuarto do doente terá que haber un cubo con tapa e apertura de pedal. Fóra do cuarto haberá outro igual, por se é necesario.
- As bolsas terán que ser resistentes e que se poidan pechar moi ben.
- Xusto cando retire o lixo do cuarto ten que meter a bolsa do cubo, ben pechada, noutra limpa e pechala moi ben para eliminala. A bolsa limpa porase na saída do cuarto.
- Os residuos do doente e o resto do lixo que se xere no seu coidado, eliminaranse nos contedores do lixo xeral [contedores de cor gris ou verde (non o de vidro)]. Procure eliminar todos os residuos xuntos e dunha soa vez.





5. Limpeza e desinfección do resto da vivenda

- O chan limparase cunha mopa/fregona humedecida, se é posible cuberta cun pano desbotable.
- Limpe diariamente e con frecuencia todas as superficies que se toquen a miúdo como mesas, tiradores de portas, accesorios do baño, inodoro, teléfono, teclados de ordenadores, tablets, etc. da forma habitual.
- Aquelas superficies que se poidan limpar con lixivia, límpelas cun pano humedecido na solución de lixivia que se indicou.
- Asegure unha boa ventilación diaria do resto da vivenda.

PREPARACIÓN DA DISOLUCIÓN DE LIXIVIA

- Empregue unha disolución de lixivia comercial (apta para a desinfección de augas, ou que non leve deterxente) en auga.
- Preparación: para cada litro de auga use 20 ml de lixivia (pode medilos cunha xiringa, pero o equivalente en culleres é de 2 culleres sopeiras).
- Prepare a mestura xusto antes de usala, ou use unha de preparación recente.
- A auga ten que estar a menos de 50°C. Deixe actuar sobre as superficies. Polo menos, deixe actuar a disolución 5 minutos.

LAVE AS MANS CON FRECUENCIA E SEMPRE DESPOIS DE ENTRAR EN CONTACTO CO PACIENTE OU A SÚA CONTORNA



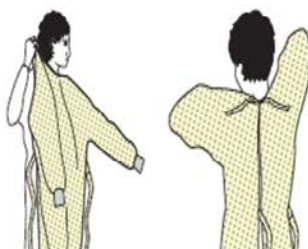


SEQUENCE FOR **DONNING** PERSONAL PROTECTIVE EQUIPMENT (PPE)

The type of PPE used will vary based on the level of precautions required; e.g., Standard and Contact, Droplet or Airborne Infection Isolation.

1. GOWN

- Fully cover torso from neck to knees, arms to end of wrists, and wrap around the back
- Fasten in back of neck and waist



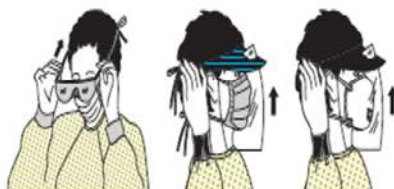
2. MASK OR RESPIRATOR

- Secure ties or elastic bands at middle of head and neck
- Fit flexible band to nose bridge
- Fit snug to face and below chin
- Fit-check respirator



3. GOGGLES OR FACE SHIELD

- Place over face and eyes and adjust to fit



4. GLOVES

- Extend to cover wrist of isolation gown



SECUENCIA PARA **PONERSE** EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (PPE)

El tipo de PPE que se debe utilizar depende del nivel de precaución que sea necesario; por ejemplo, equipo Estándar y de Contacto o de Aislamiento de infecciones transportadas por gotas o por aire.

1. BATA

- Cubra con la bata todo el torso desde el cuello hasta las rodillas, los brazos hasta la muñeca y dóblela alrededor de la espalda
- Átesela por detrás a la altura del cuello y la cintura

2. MÁSCARA O RESPIRADOR

- Asegúrese los cordones o la banda elástica en la mitad de la cabeza y en el cuello
- Ajuste la banda flexible en el puente de la nariz
- Acomódesela en la cara y por debajo del mentón
- Verifique el ajuste del respirador

3. GAFAS PROTECTORAS O CARETAS

- Colóquesela sobre la cara y los ojos y ajústela

4. GUANTES

- Extienda los guantes para que cubran la parte del puño en la bata de aislamiento

USE SAFE WORK PRACTICES TO PROTECT YOURSELF AND LIMIT THE SPREAD OF CONTAMINATION

- Keep hands away from face
- Limit surfaces touched
- Change gloves when torn or heavily contaminated
- Perform hand hygiene

UTILICE PRÁCTICAS DE TRABAJO SEGURAS PARA PROTEGERSE USTED MISMO Y LIMITAR LA PROPAGACIÓN DE LA CONTAMINACIÓN

- Mantenga las manos alejadas de la cara
- Limite el contacto con superficies
- Cambie los guantes si se rompen o están demasiado contaminados
- Realice la higiene de las manos



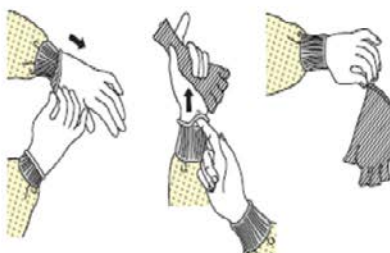


SEQUENCE FOR REMOVING PERSONAL PROTECTIVE EQUIPMENT (PPE)

Except for respirator, remove PPE at doorway or in anteroom.
Remove respirator after leaving patient room and closing door.

1. GLOVES

- Outside of gloves is contaminated!
- Grasp outside of glove with opposite gloved hand; peel off
- Hold removed glove in gloved hand
- Slide fingers of ungloved hand under remaining glove at wrist
- Peel glove off over first glove
- Discard gloves in waste container



2. GOGGLES OR FACE SHIELD

- Outside of goggles or face shield is contaminated!
- To remove, handle by head band or ear pieces
- Place in designated receptacle for reprocessing or in waste container



3. GOWN

- Gown front and sleeves are contaminated!
- Unfasten ties
- Pull away from neck and shoulders, touching inside of gown only
- Turn gown inside out
- Fold or roll into a bundle and discard



4. MASK OR RESPIRATOR

- Front of mask/respirator is contaminated — DO NOT TOUCH!
- Grasp bottom, then top ties or elastics and remove
- Discard in waste container



SECUENCIA PARA QUITARSE EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (PPE)

Con la excepción del respirador, quítese el PPE en la entrada de la puerta o en la antesala. Quítese el respirador después de salir de la habitación del paciente y de cerrar la puerta.

1. GUANTES

- ¡El exterior de los guantes está contaminado!
- Agarre la parte exterior del guante con la mano opuesta en la que todavía tiene puesto el guante y quíteselo
- Sostenga el guante que se quitó con la mano enguantada
- Deslice los dedos de la mano sin guante por debajo del otro guante que no se ha quitado todavía a la altura de la muñeca
- Quítese el guante de manera que acabe cubriendo el primer guante
- Arroje los guantes en el recipiente de desechos

2. GAFAS PROTECTORAS O CARETA

- ¡El exterior de las gafas protectoras o de la careta está contaminado!
- Para quitárselas, tómelas por la parte de la banda de la cabeza o de las piezas de las orejas
- Colóquelas en el recipiente designado para reprocessar materiales o de materiales de desecho

3. BATA

- ¡La parte delantera de la bata y las mangas están contaminadas!
- Desate los cordones
- Tocando solamente el interior de la bata, pásela por encima del cuello y de los hombros
- Voltee la bata al revés
- Dóblela o enróllela y deséchela

4. MÁSCARA O RESPIRADOR

- La parte delantera de la máscara o respirador está contaminada — ¡NO LA TOQUE!
- Primero agarre la parte de abajo, luego los cordones o banda elástica de arriba y por último quítese la máscara o respirador
- Arrójela en el recipiente de desechos

PERFORM HAND HYGIENE IMMEDIATELY AFTER REMOVING ALL PPE

EFFECTÚE LA HIGIENE DE LAS MANOS INMEDIATAMENTE DESPUÉS DE QUITARSE CUALQUIER EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL



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) (30 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.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Manejo_domiciliario_de_COVID-19.pdf
- Productos virucidas autorizados en España
<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>
- Orden SND/271/2020, de 19 de marzo, por la que se establecen instrucciones sobre gestión de residuos en la situación de crisis sanitaria originada por el COVID-19.
<https://www.boe.es/boe/dias/2020/03/22/pdfs/BOE-A-2020-3973.pdf>



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE ECONOMÍA,
EMPREGO E INDUSTRIA

iSSGA
INSTITUTO DE SEGURIDADE
E SAÚDE LABORAL DE GALICIA

Edificio Igape-Issga - 3º andar.
Complexo Adtvo. San Lázaro
15703 Santiago de Compostela

Tlf: 981 544 625 - Fax: 881 999 433
issga@xunta.gal - issga.xunta.gal

galicia

A documentación elaborada polo ISSGA sobre recomendacións básicas para a prevención fronte ao coronavirus en distintas actividades sectoriais está dispoñible na nosa páxina web:

<http://issga.xunta.gal>



Xacobeo 2021