



## PREVENCIÓN NAS OFICINAS DE FARMACIA FRONTE AO CORONAVIRUS

**24 de xullo de 2020**

Tendo en conta a situación de crise sanitaria ocasionada pola COVID-19 e unha vez superadas as catro fases do Plan para a transición cara unha nova normalidade (Decreto 90/2020 polo que se declara a superación da fase III do Plan para a desescalada das medidas extraordinarias para facer fronte á pandemia da COVID-19 na Comunidade Autónoma de Galicia), a continuación se indican unha serie de **recomendacións preventivas xenéricas** que se deben ter en conta nas **oficinas de farmacia** segundo as **instrucións e recomendacións das autoridades sanitarias** sobre o novo Coronavirus.

As medidas que son de aplicación en todo o territorio da Comunidade Autónoma de Galicia establécense na "RESOLUCIÓN do 12 xuño de 2020, da Secretaría Xeral Técnica da Consellería de Sanidade, pola que se dá publicidade do Acordo do Consello da Xunta, do 12 de xuño de 2020" e posteriores modificacións.

### Establecer medidas para garantir a distancia de seguridade

- As persoas que experimenten algún dos **síntomas máis comúns compatibles con COVID-19**, tales como febre (>37°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**, informar á empresa e comunicalo ao seu servizo sanitario coa maior brevidade.
- Débese manter a **distancia de seguridade de 1,5 m** entre persoas, tanto nos locais de traballo como nas zonas de descanso, zonas de paso, de espera, etc.
- Sempre é mellor utilizar o **transporte individual**. No transporte **colectivo** é obrigado o uso de **máscara** e seguiranse as indicacións de mobilidade.
- Ter en conta que o **uso de máscara é obrigatorio** tamén 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 interpersonal.
- A distancia de seguridade indícarase nas **zonas de traballo e atención ao público** mediante sinalización horizontal, vertical, adhesivos nos corredores para delimitar zonas, etc.
- **Evitar** que se produza **aglomeración de persoas**.
- Efectuar un control adecuado do aforo: como pode ser organizando a **entrada dos**





**clientes por quendas** co fin de gardar sempre a **distancia de seguridade**.

- Valorar a necesidade de adoptar medidas **que fagan de barreira** entre as persoas.
- Avaliar a necesidade de cambiar a disposición dos postos de traballo, organizar a circulación de persoas e redistribuír os distintos espazos (mobiliario, corredores, etc.).
- Comunicar mediante carteis as recomendacións da autoridade sanitaria para evitar a propagación e o contaxio.
- Atender só **un paciente por posto** á vez.
- Se se prevén aglomeracións de pacientes na oficina de farmacia, ou cando a propia estrutura da oficina de farmacia dificulte a separación física entre persoas, **poderase dispensar** a través dos **sistemas utilizados nas quendas de garda**. Colocarase avisos visibles e sistemas de sinalización (de ser posible) recordando a separación de 1,5 m entre persoas.
- Na medida do posible organizar por **quendas** o persoal para impedir a coincidencia de todos os profesionais e evitar posibles contaxios.

#### **Avisos importantes para os pacientes:**

- Non acudir se teñen síntomas respiratorios.
- Deben evitar aglomeracións.
- Debe acudir só para temas urxentes ou recollida da súa medicación
- Comprobe previamente que os medicamentos están activados na tarxeta sanitaria mediante a consulta telefónica co seu centro de saúde como indican as autoridades sanitarias.
- Debe ir un só membro por familia evitando, na medida do posible, que vaian persoas dos grupos máis vulnerables.
- Informar de xeito visible que a compra debe reducirse a produtos básicos e de primeira necesidade, para que a estancia no establecemento sexa inferior a 15 minutos.

#### **Establecer medidas de hixiene e limpeza**

- Cubrir o nariz e a boca cun pano desbotable ou co antebrazo ao tusir ou esberrar. O pano usado depositalo nun cubo de lixo con tapa e pedal.
- Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca, xa que as mans facilitan a transmisión.
- Reforzar a dispoñibilidade de produtos de limpeza, desinfección e hixiene persoal.





- Aumentar a **frecuencia da limpeza e desinfección do establecemento**, de todas as superficies, equipos de traballo, instrumental, mostradores, cadeiras ou outros similares que favorezan o contacto. Sempre no cambio de quenda.
- Facilitar a hixiene frecuente das mans. Dispoñer de solucións hidroalcohólicas no establecemento.
- Empregar desinfectantes con actividade virucida autorizados y rexistrados polo Ministerio de Sanidade.
- Evitar **compartir comida, obxectos e utensilios** sen limpialos 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.**
- **Ventilar** con máis frecuencia o local e reforzar o mantemento dos sistemas de ventilación.
- Manter unhas condicións de temperatura e humidade idóneas.

**A mellor maneira de reducir calquera risco de infección é unha boa hixiene e evitar o contacto directo ou próximo (a menos de 1,5 metros) con calquera persoa potencialmente infectada.**

## Establecer medidas organizativas

- A estancia do cliente no interior debe reducirse ao estritamente necesario para a prestación do servizo.
- **Establecer varias quendas** para evitar o contaxio do persoal, tamén para acceder ás zonas de descanso y para minimizar os desprazamentos.
- **Adaptar o posto ou limitar as tarefas** nas que pode haber **maior probabilidade de contacto** para as persoas traballadoras identificadas como especialmente sensibles (grupos vulnerables á infección).
- Promover o **pago por medios electrónicos** (tarxeta, móbil).
- Se aumenta a carga de traballo, **alternar tarefas e realizar pausas.**
- Establecer **pautas** para as posibles **situacións de estrés laboral.**
- Comunicar mediante carteis as recomendacións da autoridade sanitaria para evitar a propagación e o contaxio.

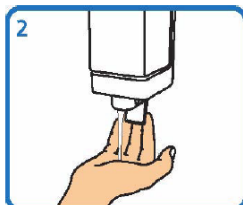




## Técnica do lavado de mans con auga e xabón



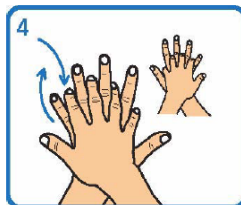
1 Humedecer as mans



2 Aplicar suficiente xabón



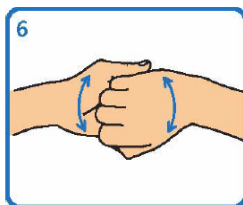
3 Fregar palma sobre palma



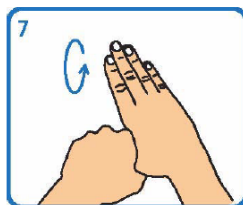
4 Fregar palma sobre dorso cos dedos entrelazados e viceversa



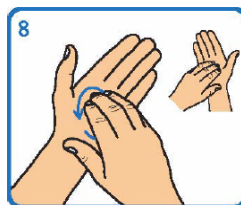
5 Fregar palma sobre palma cos dedos entrelazados



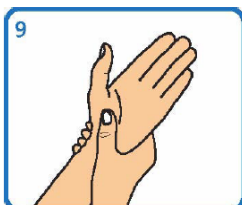
6 Fregar o dorso dos dedos sobre a palma oposta



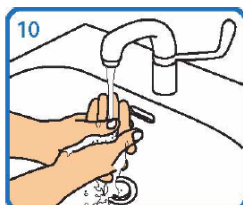
7 Fregar os polgares mediante un movemento rotatorio



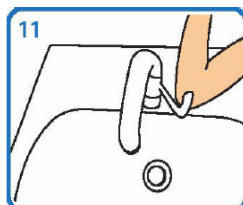
8 Fregar as xemas dos dedos sobre a palma da man contraria cun movemento circular



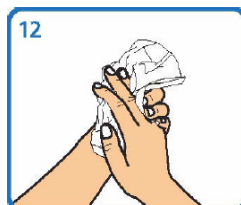
9 Fregar cada pulso coa man oposta



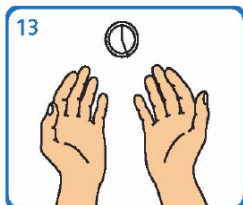
10 Aclarar con auga



11 Pechar a billa co cóbado ou ben cunha toalla desbotable



12 Secar cunha toalla de papel desbotable



13 Este proceso debe levar entre 40 e 60 seg

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

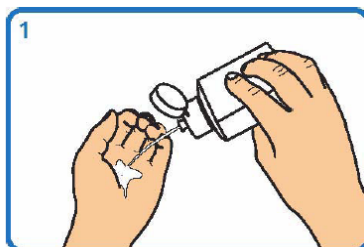


**XUNTA DE GALICIA**  
CONSELLERÍA DE SANIDADE  
Dirección Xeral de Saúde Pública





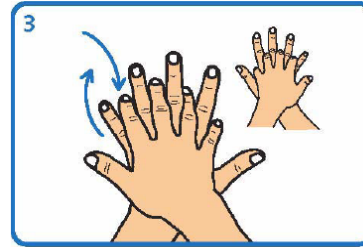
## Técnica de hixiene das mans con preparacións alcohólicas



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



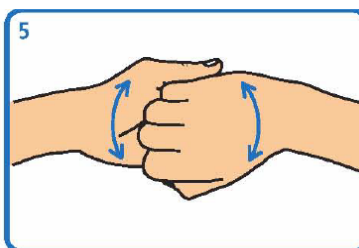
2  
Fregar as palmas das mans entre si



3  
Estender o produto entre os dedos



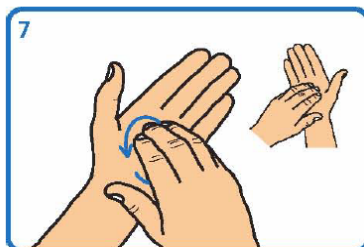
4  
Fregar as palmas das mans entre si, cos dedos entrelazados



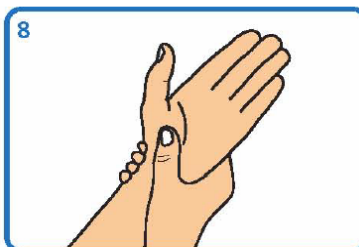
5  
Fregar o dorso dos dedos dunha man coa palma da man oposta, agarrándose os dedos



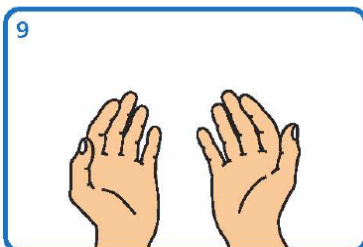
6  
Fregar cun movemente de rotación o polgar esquerdo atrapándoo coa palma da man dereita, e viceversa.



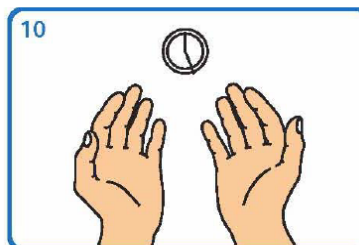
7  
Fregar a punta dos dedos da man dereita contra a palma da man esquerda, facendo un movemente de rotación, e viceversa



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.

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 TRABALLO (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 sopeiras) 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) (22/06/2020):  
[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/2020\\_06\\_22\\_Preguntas\\_respuestas\\_2019-nCoV-2.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/2020_06_22_Preguntas_respuestas_2019-nCoV-2.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) (14 de xullo de 2020):  
[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Proteccion\\_Trabajadores\\_SARS-CoV-2.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Proteccion_Trabajadores_SARS-CoV-2.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](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](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/Instruccion\\_coidador\\_domicilio.pdf](https://www.sergas.es/Saude-publica/Documents/6505/Instruccion_coidador_domicilio.pdf)
- Manejo en atención primaria y domiciliaria del COVID-19:  
[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Manejo\\_primaria.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Manejo_primaria.pdf)



**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>