



**ASOCIACIÓN CIENTÍFICA ESPAÑOLA
DE ENFERMERÍA Y SALUD ESCOLAR**

MEDIDAS DE PREVENCIÓN FRENTE EL COVID-19

Atención de cara al público



©ACEESE 2020



Cuestiones Generales

Para la ayuda que requiere la acción presencial, es muy importante cumplir estrictamente con las medidas de prevención del Covid-19. Para disponer de información detallada y fiable es importante consultar de forma periódica las fuentes oficiales:

- Ministerio de Sanidad: <https://www.aspb.cat/>
- Canal Salud (Generalitat de Catalunya): <https://canalsalut.gencat.cat/ca/inici>
- Agencia de Salud Pública de Barcelona (ASPB): <https://www.aspb.cat/>

Las medidas de prevención más efectivas son: la distancia de seguridad y la higiene de manos frecuente.

Las mascarillas son una medida de protección complementaria, siempre que se utilicen correctamente.

Las medidas de prevención están pensadas para adaptar nuestra actividad de cara al público y las recomendaciones actuales a nuestra propia manera de actuar, con el objetivo general de limitar los contagios, tanto de los usuarios como de los trabajadores.

La intención es seguir las recomendaciones que sobre el particular emita el servicio de prevención, siguiendo las pautas y recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias a cualquier nivel, velando por la salud de todos haciendo educación y promoción. Todas las medidas se pueden adoptar simultáneamente si las condiciones de trabajo así lo requieren.

La **información** y la **formación** son fundamentales para poder implantar medidas organizativas, de higiene y técnicas entre el personal trabajador en una circunstancia tan particular como la actual. Se debe garantizar que todo el personal cuenta con una información específica y actualizada sobre las medidas específicas que se implanten, requiriéndose un seguimiento continuo de las mismas.



Con el fin de establecer las medidas preventivas adecuadas debemos tener en cuenta las siguientes definiciones:

- **Exposición de riesgo:** son aquellas situaciones laborales en que se puede producir un contacto estrecho con un caso posible, probable o confirmado de infección por SARS-CoV-2, sintomático. Requerimientos: En función de la evaluación específica del riesgo de exposición de cada caso, componentes de EPI de protección biológica y, en ciertas circunstancias, de protección frente a aerosoles y ante salpicaduras.
- **Exposición de bajo riesgo:** son aquellas situaciones laborales en las que la relación que pueda existir con un caso posible, probable o confirmado, no incluye contacto estrecho. Requerimientos: En función de la evaluación específica del riesgo de cada caso, componentes de EPI de protección biológica.
- **Baja probabilidad de exposición:** trabajadores que no realizan atención directa al público o, si la tienen, se produce a más de dos metros de distancia, o disponen de medidas de protección colectiva que evitan el contacto (ejemplos: personal administrativo, técnicos de transporte sanitario con barrera colectiva, sin contacto directo con el paciente, conductores de transportes públicos con barrera colectiva, personal de seguridad). Requerimientos: En ciertas situaciones (falta de cooperación de una persona sintomática), protección respiratoria y guantes de protección.

Medidas Organizativas Institucionales

- Minimizar el contacto entre las personas trabajadoras y entre estas últimas y los clientes (hay que modificar, si es necesario, la disposición de los puestos de trabajo, la organización de la circulación de personas y la distribución de espacios). Se debe mantener la distancia de seguridad de 2 metros. Su cumplimiento maximiza la posibilidad de garantizar nuestra seguridad y la seguridad de nuestros clientes.
- Establecer planes de continuidad de la actividad frente a un aumento de las posibles bajas laborales con un proceso de participación y acuerdo con la representación legal de los trabajadores.



- Contemplar posibilidades de redistribución de tareas y / o teletrabajo si fuera necesario.

En aquellos establecimientos abiertos al público se atenderán las siguientes consideraciones:

- **Aforo máximo:** debe permitir cumplir con las medidas extraordinarias dictadas por las autoridades sanitarias, concretamente con el requisito de distancias de seguridad.
- Se fomentará la habilitación de **mecanismos de control de acceso** en las entradas de los locales (cumpliendo el aforo máximo).
- **Establecer medidas de espera** para organizar a los clientes que estén en el exterior del establecimiento esperando acceder cuando lo permita el aforo. Todo el público, incluido el que espera en el exterior del establecimiento, debe guardar rigurosamente la distancia de seguridad.
- **Se informará claramente a los clientes sobre las medidas organizativas** y sobre la propia obligación de cooperar en el cumplimiento.

Recomendaciones para la protección personal

La aplicación de una combinación de medidas de control puede proporcionar un grado adicional de protección. La combinación de todas las medidas sería la forma óptima de prevención.

1. Si presentas síntomas respiratorios o fiebre no podrás hacer ningún tipo de actividad presencial. Actualmente no puedes salir a la calle si llegas a 37 °C. Por lo tanto, tampoco puedes ir a trabajar. Si tienes síntomas respiratorios, no es necesario presentar fiebre para tampoco salir a la calle o ir al trabajo.
 - Deberás aislarte de las personas con las que convives.
 - Tendrás que ponerte en contacto con tu equipo de atención primaria para preguntar si puedes continuar la atención al público con estos síntomas, si te encuentras bien.



2. Si no presentas síntomas debes seguir las normas generales:

- Distancia mínima: 2 metros.
- Higiene frecuente de manos. Para más información visita:
 - <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgativo/lavado-de-manos-sabo.pdf>
 - <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgativo/lavado-de-manos-alcohol.pdf>
- En caso de tos o estornudos, cubrirse la boca y nariz con la parte interna del codo o con pañuelos desechables que luego se tirarán a la basura, y lavarse las manos enseguida.
- Abstenerse de tocarse la boca, la nariz y los ojos después de manipular objetos, sobre todo en lugares públicos, sin haberse lavado las manos antes.
- Al llegar a casa, quitarse los zapatos de calle y dejarlos cerca de la puerta.
 - Lavado las manos con agua y jabón.
 - Desinfección de los objetos que se hayan usado (móvil, gafas) con pañuelos que se puedan tirar, una solución alcohólica (casera, 70% de alcohol de 96° y 30% de agua) o agua y jabón.
- Si se ha estado mucho rato en un ambiente cerrado con mucha gente:
 - Poner en una bolsa la ropa que se ha utilizado.
 - Cerrar la bolsa y no usar la ropa hasta que se vuelva a salir o se lave con agua caliente (60°).
 - Lavarse bien las manos después de manipular la ropa/bolsa.
- Modelo de certificado para justificar la movilidad de las personas.
 - Hay que cumplimentar el certificado auto-responsable de desplazamiento que entró en vigor el 23 de marzo para justificar una actividad autorizada.

3. Se recomienda el uso de guantes de un solo uso:

- De todos los trabajadores de la entidad.
- En todas las tareas que se deban realizar.
- Los guantes también deben higienizarse con soluciones con base alcohólica o cambiarlos con frecuencia.

4. Se recomienda el uso de mascarillas:

- De la población general y en el ámbito laboral
- En espacios públicos cerrados, concurridos o donde exista dificultad para mantener las medidas de distanciamiento físico entre personas.



- En el contacto con personas con COVID-19 o personas cercanas a ellas.
- **Seguir el procedimiento correcto y uso adecuado de las mascarillas:**
 - Lavarse las manos antes de ponérsela.
 - Cubrir boca y nariz. Asegurarse de que no hay espacios entre la cara y la mascarilla.
 - No tocar la mascarilla mientras se usa.
 - Cambiar la mascarilla cuando esté húmeda (no reutilizarla si es de un solo uso).
 - Retirar la mascarilla tirando de las cintas elásticas por detrás de las orejas, manteniéndola alejada de la cara y la ropa.
 - Tirar la mascarilla en un contenedor cerrado inmediatamente después de su uso (posiblemente en basta con una papelera con tapa y pedal, con doble bolsa amarilla).
 - Lavar manos después de tocar o tirar la mascarilla.

Trabajadores especialmente sensibles

Debe evaluarse la presencia de personal trabajador especialmente sensible en relación a la infección de Covid-19, establecer la naturaleza de especial sensibilidad y emitir un informe sobre las medidas de prevención, adaptación y protección.

El Ministerio de Sanidad ha definido como grupos vulnerables por Covid-19 las personas con diabetes, enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión, enfermedad pulmonar crónica, inmunodeficiencia, cáncer en fase de tratamiento activo, embarazo y mayores de 60 años (esta evaluación es la única actividad técnica que podrá servir de base para tomar las decisiones técnico preventivas adaptadas a cada caso), con fecha 8 de abril de 2020.

Como opción, se puede pedir a los servicios de las mutuas de trabajo que, sin indicar ni concretar ningún diagnóstico, hagan llegar a las empresas un listado de personal sensible, información recopilada durante las revisiones del personal realizadas en el centro.

Dar o prestar material

Es importante que podamos desinfectar o asegurar la desinfección antes de dar un objeto a alguien.

Una manera sencilla es con un pañuelo de papel que podamos tirar o con un paño de tela que podamos lavar posteriormente a 60° o más, humedecido con una solución casera de agua y alcohol: 70 cc de alcohol de 96° y 30 cc de agua. No es necesario enjuagar después.

Colocar el objeto en una bolsa de plástico limpia, no utilizada previamente (o dentro de una bolsa de tela lavable a 60°).



Avisar a la persona a quien se entrega del objeto que se han tomados las medidas higiénicas correctamente.

Durante el intercambio del objeto, hay que seguir las medidas habituales de prevención (2 metros entre personas, lavado de manos, etc.).

Enlaces de interés

- Gobierno de España:
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Medidas_higienicas_COVID-19.pdf
- Agencia de Salud Pública de Barcelona:
<https://www.aspb.cat/noticies/preguntes-respostes-covid19>
- Ayuntamiento de Barcelona:
<https://www.barcelona.cat/covid19/ca/com-hi-puc-collaborar>
- Generalitat de Catalunya:
<https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/propietaris-animals-companyia.pdf>
<https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/recomanacions-per-fer-compra-aliments.pdf>
http://acsa.gencat.cat/ca/seguretat_alimentaria/consells_sobre_seguretat_alimentaria/menja-fruita-i-verdura-amb-seguretat/rentat-de-fruitiesi-verdures-pas-a-pas/
<https://treballiaferssocials.gencat.cat/web/.content/01departament/coronavirus/Recomanacio-4-veinatge.pdf>
<https://voluntariat.gencat.cat/covid-19-certificat-voluntariat/>

Basado en unos documentos elaborados por el Consorcio Sanitario de Barcelona y la Agencia de Salud Pública de Barcelona, y en el Ministerio de Sanidad de España "Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales ante la exposición al SARS-CoV- 2, del 30 de abril de 2020 ", apoyado por la Sociedad Española de Medicina y Seguridad del Trabajo, Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo, Asociación Nacional de Medicina del Trabajo en el Ámbito de la Sanidad, Sociedad Española de salud Laboral, Federación Española de Enfermería del Trabajo y Asociación de Especialistas en Enfermería del Trabajo.