



OSASUN SAILA

Osasun Sailburuordetza
*Osasun Publikoaren eta Adikzioen
Zuzendaritza*

DEPARTAMENTO DE SALUD

Viceconsejería de Salud
*Dirección de Salud Pública
y Adicciones*

RECOMENDACIONES GENERALES DE SALUD PÚBLICA PARA LA ELABORACIÓN DE PLANES ESPECÍFICOS SECTORIALES DIRIGIDOS A MINIMIZAR Y CONTROLAR LA TRANSMISIÓN DE LA COVID-19

VITORIA GASTEIZ, 18 de junio de 2020



CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	3
TRANSMISIÓN DE LA COVID-19.....	3
MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE PARA LA PREVENCIÓN DEL COVID-19	4
1.- Control de aforos.	4
2.- Medidas de tipo organizativo	5
3. - Medidas de limpieza y desinfección	6
4.- Medidas informativas y formativas	6
5.- Pautas ante una persona con síntomas compatibles de COVID-19.....	6

INTRODUCCIÓN

La situación generada por la evolución de la pandemia de COVID-19 ha hecho necesaria la adopción de medidas extraordinarias para la protección de la salud de la población.

Tras este periodo, la evolución de la situación epidemiológica ha llevado a la puesta en marcha de la desescalada para la vuelta a la nueva normalidad en base a lo establecido en la normativa y en el Plan Bizi Berri del Gobierno Vasco, a fin de ir retirando progresivamente las medidas extraordinarias de restricción de la movilidad y contacto social.

Con fecha 19 de junio de 2020, se publica la ORDEN de 18 de junio de la Consejera de Salud sobre medidas de prevención necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, una vez superada la fase III del Plan para la transición hacia una nueva normalidad

Este documento de recomendaciones se concibe como una serie de medidas de carácter general de tipo organizativo, higiénicas y técnicas que complementan lo establecido en la citada Orden para facilitar la elaboración de planes específicos, protocolos o guías adaptados a cada sector de actividad contemplados en la disposición 4.

TRANSMISIÓN DE LA COVID-19

Los coronavirus se transmiten principalmente por las gotas respiratorias de más de 5 micras.

El contagio entre personas puede ser directo, de persona a persona, o a través de superficies contaminadas con secreciones de una persona infectada.

El contacto directo con las secreciones es poco probable que ocurra a distancias mayores de uno a dos metros, de ahí la importancia de la distancia física y el uso de las mascarillas.

En cuanto a la transmisión indirecta, ocurre a través del contacto de las manos con superficies u objetos contaminados como monedas, barandillas, pomos, manillas..., por eso es extremadamente importante lavarse las manos a menudo y la limpieza y desinfección de estas superficies.

No se sabe con certeza cuánto tiempo sobrevive el virus causante de la COVID-19 en una superficie, pero los estudios realizados indican que puede subsistir desde unas pocas horas hasta varios días. El tiempo de supervivencia puede variar en función de las condiciones (por ejemplo, el tipo de superficie, la temperatura o la humedad del ambiente).

Los síntomas de COVID-19 más comunes incluyen fiebre, tos, y sensación de falta de aire. En casos más graves, la infección puede causar neumonía, dificultad importante para respirar, fallo renal e incluso la muerte. Las personas que tienen más riesgo de complicaciones son las de edad avanzada, embarazadas y aquellas que tienen enfermedades crónicas como las cardiovasculares, diabetes, enfermedad respiratoria crónica, cáncer en tratamiento activo o inmunodeficiencias.

Según las estimaciones actuales, el periodo de incubación o intervalo de tiempo que transcurre entre la infección y la aparición de los síntomas clínicos de la enfermedad varía entre 1 y 14 días, con una media estimada de 5-6 días.

Más información sobre la COVID19 en Euskadi en www.euskadi.eus/coronavirus

MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE PARA LA PREVENCIÓN DEL COVID-19

Prevenir el contagio de la COVID-19 implica actuar sobre la transmisión directa, a través de las gotas respiratorias, y sobre la indirecta a través del contacto con superficies contaminadas.

Existen una serie de acciones que en conjunto pueden contribuir a reducir sustancialmente el riesgo de transmisión del SARS-CoV-2. Estas acciones pueden agruparse en cinco líneas:

1. **Mantenimiento de la distancia de seguridad interpersonal de 1,5 metros.** Es una medida básica para estar fuera del radio de diseminación de las gotas respiratorias que transmiten la infección y que se producen al hablar, estornudar o toser.
2. **Uso de mascarillas e higiene respiratoria.** Como parte de la higiene respiratoria se considera el uso de mascarillas para evitar la diseminación de la infección cuando existe una mayor proximidad entre las personas y no sea posible mantener una distancia de seguridad interpersonal de al menos 1,5 metros. Al estornudar o toser, si no se lleva mascarilla, es importante utilizar pañuelos desechables para cubrirse la boca y la nariz, o en su defecto con el codo flexionado.
3. **Higiene de manos.** Medida importante por el papel de las manos en la transmisión del virus desde las superficies. Puede realizarse con agua y jabón, y también con soluciones hidroalcohólicas.
4. **Limpieza, desinfección y ventilación.** La limpieza y desinfección de las superficies en contacto con las personas tiene que ser frecuente. La ventilación adecuada y periódica es un factor muy importante a la hora de reducir el riesgo de contagio en espacios cerrados.
5. **Reducción del número de contactos.** Limitar el número de participantes en las actividades de grupo. En la medida de lo posible, tratar de que las actividades se realicen en grupos más pequeños, manteniendo grupos estables y un distanciamiento físico entre ellos.

Atendiendo a los distintos niveles de riesgo de exposición y de transmisión comunitaria de la enfermedad COVID-19 en el desarrollo de las diferentes actividades, se procederá a la adopción de planes, protocolos o estrategias que contemplen las siguientes medidas.

1.- Control de aforos.

La Orden de la Consejera de Salud de 18 de junio de junio para la transición a la nueva normalidad establece aforos máximos para ciertos establecimientos o actividades, incluyendo en algunos casos el máximo personas asistentes, que serán objeto de seguimiento y evaluación

continúa con el fin de garantizar su adecuación a la evolución de la situación epidemiológica y sanitaria.

El control de aforos se contempla como una medida para garantizar, principalmente en los espacios cerrados, el mantenimiento de la distancia de seguridad interpersonal de 1,5 m. Por ello, se ha de establecer claramente el aforo máximo del establecimiento, instalación, local o actividad y se ha de exponer al público. Se han de establecer procedimientos que permitan el recuento y control del aforo, de forma que no sea superado en ningún momento.

2.- Medidas de tipo organizativo

Es importante realizar un análisis de las condiciones estructurales (espacios, equipamientos) así como de los procesos que se desarrollan, para integrar las medidas preventivas en la actividad cotidiana.

Son aspectos importantes a contemplar, entre otros:

- **Gestión de accesos.** En los momentos de entradas y salidas hay que evitar las aglomeraciones y mantener la distancia de seguridad.
Las señalizaciones, los sistemas de gestión de filas y las entradas escalonadas son elementos preventivos.
- **Revisión y análisis de los procesos.** Es importante analizar las rutinas, procedimientos y circuitos que se realizan para revisar los puntos críticos que pueden facilitar la diseminación de la infección y desarrollar medidas de prevención que impidan o dificulten esa diseminación.
- **Frecuencias y turnos de ocupación de espacios** (dependencias comunes). Cuando un espacio no permita mantener la distancia física en los turnos ordinarios, pueden establecerse modificaciones en los horarios, turnos de acceso (franja horaria) o tiempos máximos de ocupación (permanencia) procurando escalonar en la medida de lo posible, la utilización de dichos espacios.
- **Adecuación de mobiliario en espacios comunes.** Asegurar mediante la disposición del mobiliario fijo, el mantenimiento de la distancia de seguridad. Eliminar mobiliario innecesario de espacios comunes.
- **Rediseño de los espacios.** En ocasiones será necesario modificar el mobiliario y la disposición de los equipamientos para minimizar las oportunidades de transmisión.
Por ejemplo, tipo de mesas, mostradores, número y tipo de papeleras con tapa y pedal, etc.
- **Evitar el uso compartido de objetos.** En la medida de lo posible limitar el uso de dinero, cartas de menús, herramientas, juguetes, ordenadores...
- **Uso de mascarillas.** Establecer mecanismos para asegurar el uso de mascarillas siempre que sea necesario tanto por personal trabajador como por personas usuarias.

3. - Medidas de limpieza y desinfección

- **Disponibilidad para la higiene de manos.** Asegurar la disponibilidad de lavabos con agua y jabón accesibles tanto para personas trabajadoras como usuarias en general. Usar secamanos de aire o papel y, en la medida de lo posible, cubos de basura con tapa y pedal. Se facilitarán soluciones hidroalcohólicas en diferentes lugares para facilitar su uso teniendo en cuenta a los diferentes colectivos, situaciones y momentos.
- **Refuerzo de limpieza y desinfección.** Realizar un programa intensificado de limpieza. Revisar la desinfección de objetos y superficies que están en contacto frecuente con las manos de diferentes personas.

Se tendrá en cuenta la ORDEN de 2 de abril de 2020, de la Consejera de Salud, por la que se adoptan medidas en materia de limpieza y desinfección de superficies y otras medidas higiénicas debido a la pandemia causada por el SARS-CoV-2 (Covid-19), y sus instrucciones técnicas. <https://cutt.us/RozMO>

Se asegurará que las superficies que se tocan con más frecuencia (interruptores, manillas, pasamanos...) se limpian y desinfectan con la frecuencia necesaria.

- **Ventilación.** Se aumentará la ventilación natural y mecánica de los locales con el fin de favorecer la renovación del aire en su interior. Trabajar en lo posible con aire exterior, minimizando la recirculación y evitar corrientes de aire interior.

4.- Medidas informativas y formativas

Es clave que personas trabajadoras y usuarias de los diferentes servicios y establecimientos tengan una actitud responsable y pongan en práctica las medidas preventivas.

Las personas responsables de los centros y actividades deben asegurar que se desarrollan las actuaciones de comunicación y/o formación dirigidas al personal trabajador y a personas usuarias.

Es importante elaborar materiales informativos adaptados a diferentes colectivos y realidades sociales como puede ser la edad, el idioma o la diversidad funcional.

5.- Pautas ante una persona con síntomas compatibles de COVID-19

Las personas con síntomas compatibles con COVID-19 (fiebre, tos, dificultad respiratoria...) deben realizar autoaislamiento en su domicilio y contactar telefónicamente, y sin demora, con su centro de salud.

En centros de trabajo, de estudio y otras actividades con grupos estables, se dispondrá de un procedimiento de actuación ante la aparición casos con síntomas de COVID-19, que incluya el aislamiento y la comunicación con los servicios de salud y en su caso con los servicios de prevención.