

Dirección de GESTIÓN EN SEGURIDAD E HIGIENE Y CALIDAD	 Facultad de Ciencias VETERINARIAS	 UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA	Fecha: 20-10-09
			Código: P-COV-19/1
(P) Procedimiento general de actuación frente al COVID-19- Medidas de prevención			Revisión: 00

El COVID-19 es una enfermedad infecciosa que se contagia por vía aérea en contacto con los ojos, la boca y la nariz. Cuando un individuo portador del virus tose, estornuda o exhala, segrega en pequeñas gotas del agente patógeno mencionado. El mismo puede permanecer suspendido en el aire, depositándose en cualquier tipo de superficies.

La aplicación de protocolos de actuación y su consiguiente validación surge entonces como una práctica obligatoria de la institución en vistas a la confianza que la operatividad debe generar tanto sea hacia el personal interno como al público en general.

Objetivo: El objetivo de este documento es proporcionar pautas de trabajo considerando los riesgos que se plantean en el actual escenario de la pandemia del COVID-19, concientizar a los trabajadores en la implementación de medidas de protección, y afianzar el entrenamiento del personal en buenas prácticas que permitan proteger su salud y seguridad.

I- Medidas generales de prevención:

- **Uso permanentemente de barbijo o tapaboca**, que cubra boca, nariz y mentón. Será exigido para el ingreso y durante la permanencia en el predio y dependencias de la Facultad.
- **Lavado de manos con frecuencia**, con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol (*Ver anexo I- Correcta higiene de manos*), **antes y después de:**
 - Usar equipos de trabajo
 - Manipular Alimentos,
 - De comer,
 - Manipular basura,
 - Manipular desperdicios,**y después de:**
 - tocar superficies públicas (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.),
 - manipular dinero, tarjetas de débito/ crédito, llaves, animales, etc.
 - utilizar instalaciones sanitarias.
- **Adoptar medidas de higiene respiratoria**, se refiere a las medidas de prevención para evitar la diseminación de secreciones al toser o estornudar:
 - ✓ cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo descartable,
 - ✓ usar el cesto más cercano para desechar el pañuelo utilizado y
 - ✓ lavarse las manos con agua y jabón o un desinfectante de manos a base de alcohol.
- **Desinfectar los elementos personales** (como teléfono celular) deberá realizarse de manera habitual, con un máximo de 2 horas. (*Ver anexo II- Limpieza de aparatos electrónicos*),
- **Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca**, las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus; si se tocan los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas se puede transferir el virus.
- **Mantener el distanciamiento social**, al menos 2 metros de distancia como mínimo, entre Usted y las demás personas.
- **Evitar el contacto físico**, al saludarse SIN EXCEPCIÓN.
- **Evitar las reuniones o aglomeraciones de los trabajadores** tanto al ingreso, como durante el desarrollo de la jornada y en el egreso.

Dirección de GESTIÓN EN SEGURIDAD E HIGIENE Y CALIDAD	 Facultad de Ciencias VETERINARIAS	 UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA	Fecha: 20-10-09
			Código: P-COV-19/1
(P) Procedimiento general de actuación frente al COVID-19- Medidas de prevención			Revisión: 00

- **Evitar compartir elementos de uso personal** (mate, vasos, cubiertos, elementos de higiene, etc.)
- **Desinfectar las superficies y puestos de trabajo regularmente.** Para desinfectar las superficies utilizar una solución de lavandina y agua o a alcohol y agua
- **Desinfección de herramientas y equipos de trabajo.** Para desinfectar las herramientas equipos de trabajo utilizar una solución de lavandina.
- **Ventilar los espacios en forma permanente,** previo al ingreso como durante la jornada laboral.
- **En caso de tener, dolor de garganta, tos o dificultad para respirar,** solicitar atención médica a tiempo.
- **Mantenerse informado y seguir las recomendaciones,** de la autoridad sanitaria pertinente sobre las formas de protegerse a sí mismo y a los demás.

II- Condiciones de uso de los elementos de protección personal (EPP)

Los EPP serán seleccionados según la actividad y tarea a desarrollar.

- Los EPP son individuales y NO DEBEN COMPARTIRSE
- Los EPP contra COVID-19, deben ser preferentemente descartables y no deben interferir con los EPP necesarios para desarrollar la tarea habitual en forma segura
- Cualquier EPP que no esté en condiciones de uso NO PODRÁ UTILIZARSE.
- Antes de colocarse un EPP es importante lavarse las manos con agua y jabón, o con alcohol en gel o alcohol al 70%. Es fundamental garantizar la higiene y desinfección de las manos. *(Ver anexo I- Correcta higiene de manos),*
- Se deberá realizar el recambio de los guantes descartables en forma frecuente para evitar la transmisión del virus, sobre todo cuando hay intercambio de objetos (manejo de efectivo, tarjetas de crédito o débito, manipulación de productos, materiales, herramientas, equipos o documentación, etc.) *(Ver anexo III- Procedimiento de uso y retiro de Elementos de Protección Personal -EPP)*

III- Se utilizarán los siguientes elementos para desinfección:

- Solución clorada, con hipoclorito de sodio/lavandina. La dilución correcta de hipoclorito de sodio para desinfección de áreas críticas:
 - ✓ Mezclar 20 ml (4 cucharadas soperas) por cada litro de agua o
 - ✓ 200 ml de lavandina por cada 10 litros de agua.

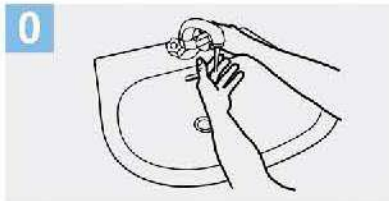
Debe prepararse el mismo día que se va a utilizar si no, pierde poder desinfectante.
- Alcohol líquido al 70%, se trata de alcohol de uso específico para laboratorios, que ya viene de fábrica preparado al 70%. Hay que usarlo puro, no debe diluirse.
- Loción alcohólica, con alcohol líquido de uso común (alcohol 96%) diluido en agua. La dilución correcta es:
 - ✓ 7 partes de Alcohol 96% y 3 partes de agua (70-30)
 - ✓ Ejemplo: Para 1 litro de dilución : 700 ml de alcohol 96% + 300 ml de agua)



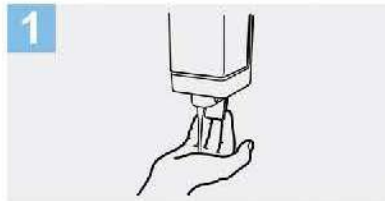
ANEXO I

Correcta higiene de manos

Correcta higiene de manos con agua y jabón



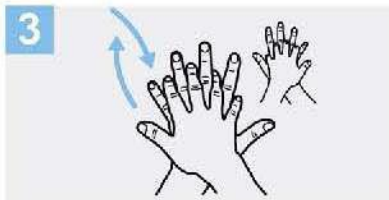
0 Mójese las manos con agua;



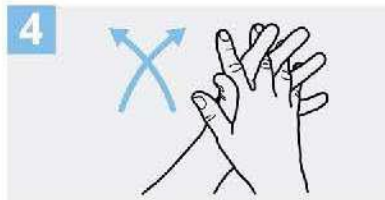
1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



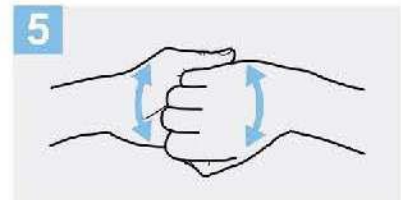
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



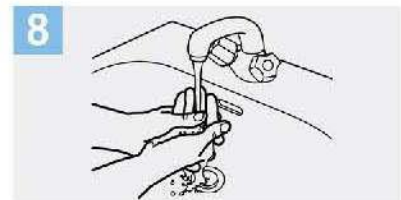
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



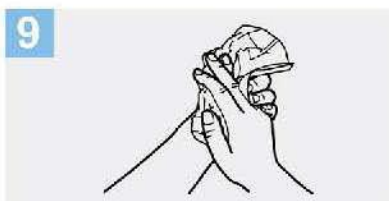
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



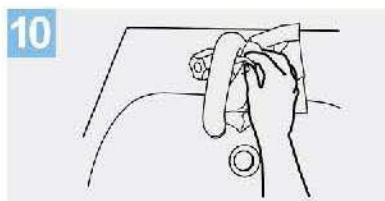
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



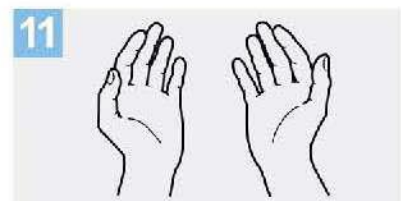
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;

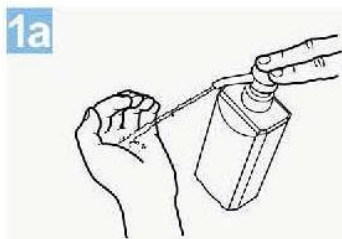


10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;

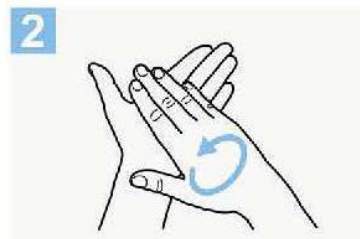
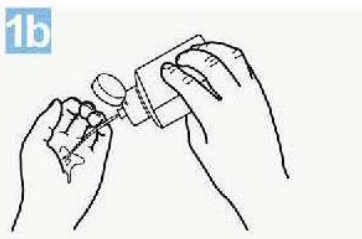


11 Sus manos son seguras.

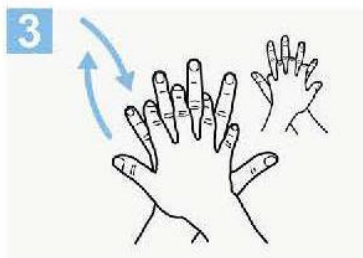
Correcta higiene de manos con alcohol en gel



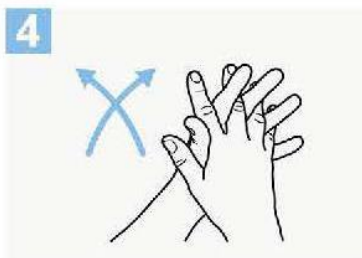
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



Frótese las palmas de las manos entre sí;



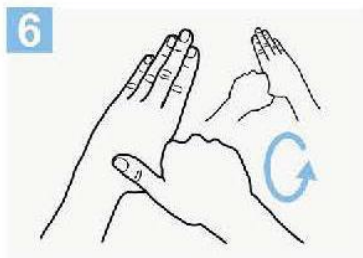
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



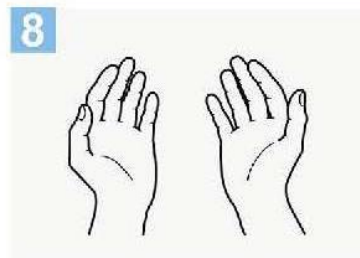
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito: OMS

Dirección de GESTIÓN EN SEGURIDAD E HIGIENE Y CALIDAD  Facultad de Ciencias VETERINARIAS  UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA	Fecha: 20-10-09
	Código: P-COV-19/1
(P) Procedimiento general de actuación frente al COVID-19- Medidas de prevención	Revisión: 00

ANEXO II Limpieza de aparatos electrónicos

La Facultad de informática explica la manera correcta y segura de desinfectar celulares, tablets y computadoras.

CORONAVIRUS

COVID-19

El coronavirus puede permanecer hasta 9 días en superficies como metal, cristal o plástico.

ALGUNAS RECOMENDACIONES



MODO DE LIMPIEZA APARATOS ELECTRONICOS

Limpiar de manera regular teléfonos, computadoras, tablets, etc. que se tocan con frecuencia y están cerca de la boca y nariz.



01 Desenchufar y/o apagar en caso de que funcione de forma inalámbrica.



02 Quitarle la funda (desinfectar también antes de volverla a colocar en el teléfono)



03 Mojar un paño de papel suave con una mezcla de agua con alcohol en la misma proporción.



04 Pasarlo por todo el objeto, para el caso de las pantallas se recomienda utilizar un paño suave que no deje pelusa (parecidos a los que se usan para limpiar los anteojos)



05 Secar inmediatamente con un paño o papel seco.



MANOS

Lavarse las manos con agua y jabón cada vez que se deje de utilizar el celular, teclado y/o mouse.



TENER EN CUENTA

Si la pantalla tiene cobertura oleófuga (una fina capa que recubre el móvil para que se mantenga lo más limpia posible) no hay que utilizar alcohol.



NO UTILIZAR

- Limpiacristales
- Disolventes
- Amoniaco
- Otro tipo de sustancias abrasivas.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA

Dirección de GESTIÓN EN SEGURIDAD E HIGIENE Y CALIDAD	 Facultad de Ciencias VETERINARIAS	 UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA	Fecha: 20-10-09 Código: P-COV-19/1 Revisión: 00
(P) Procedimiento general de actuación frente al COVID-19- Medidas de prevención			Revisión: 00

ANEXO III

Procedimiento de uso y retiro de elementos de protección personal (EPP)

Colocación y retiro de guantes de látex o nitrilo

Secuencia retirada de guantes:



Retirar parcialmente tirando de la superficie externa. Sin retirar del todo (dejando últimas falanges o pulgar)



Tomar pellizco del guante de la otra mano por su parte externa y retirar totalmente.



Con la mano descubierta retirar el otro guante tocando solo por su parte interna.

Colocación y retiro de la protección respiratoria:





Colocación y retiro de mascarillas de tela:



Dirección de GESTIÓN EN SEGURIDAD E HIGIENE Y CALIDAD	 Facultad de Ciencias VETERINARIAS	 UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA	Fecha: 20-10-09
			Código: P-COV-19/1
(P) Procedimiento general de actuación frente al COVID-19- Medidas de prevención			Revisión: 00

Colocación y retiro de pantalla facial

Se deben usar antiparras o protectores faciales para prevenir la exposición de la mucosa ocular al virus. Importante: las antiparras deben ajustarse a las características faciales del usuario/a.

Protector ocular: Con buen sello contra la piel de la cara, marco de PVC flexible para encajar fácilmente con todos los contornos de la cara con presión uniforme, hermético en los ojos y las áreas circundantes.



Pantalla facial: Hecho de plástico transparente y proporciona una buena visibilidad para el/la usuario/a, banda ajustable para sujetar firmemente alrededor de la cabeza y ajustarse cómodamente contra la frente. Debe cubrir completamente los lados y la longitud de la cara.



Recomendaciones para el retiro:

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. Se deben depositar en un sector determinado para descontaminar antes de guardarlas.

Limpieza:

MODO DE LIMPIEZA

3 PARTES DE AGUA + 7 PARTES DE ALCOHOL

PROCEDIMIENTO

- 1-EMBEBER UN PAÑO LIMPIO. CON UNA DE LAS PREPARACIONES
- 2-LIMPIAR LA MASCARILLA.
- 3-DEJAR SECAR Y GUARDAR.

