

PROTOCOLO DE RECOMENDACIONES Y BUENAS PRÁCTICAS PARA HOTELES DE ALOJAMIENTOS POR HORAS



UNION TRABAJADORES, HOTELEROS
Y GASTRONOMICOS DE LA REPUBLICA
ARGENTINA



FEDERACION ARGENTINA DE
ALOJAMIENTOS POR HORAS

INDICE

PRESENTACIÓN

CARACTERÍSTICAS DIFERENCIALES DE LA ACTIVIDAD	3
1 - CONSIDERACIONES GENERALES	5
2 - MEDIDAS DE RESPONSABILIDAD LABORAL	6
3 - MEDIDAS ACTIVAS – PREVENTIVAS	7

RECOMENDACIONES

4 - CRITERIOS DE LIMPIEZA DE HABITACIONES Y DEPENDENCIAS GENERALES	9
5 - CONSERJERIA – INGRESO DE HUESPEDES Y CLIENTES AL ESTABLECIMIENTO	10
6 - SERVICIO DE BAR – ROOM SERVICE	11
7 - BUENAS PRACTICAS DE MANUFACTURA	12
8 - SECTOR COMPRAS Y RECEPCION DE MERCADERIA	13
9 - MANTENIMIENTO	14
10 - RESIDUOS	15
11 - LAVANDERIA	16
12 - COMUNICACIÓN	17

INFORMACION - ANEXOS

GENERAL - QUE ES EL CORONAVIRUS – SINTOMAS – COMO SE TRANSMITE	18
LAVADO DE MANOS	20
PREPARACION DE SOLUCIÓN DESINFECTANTE DE HIPOCLORITO DE SODIO	21
LIMPIEZA Y DESINFECCION DEL PISO	22
PREPARACION DE SOLUCION DESINFECTANTE (ALCOHOL ETILICO E ISOPROPILICO)	24
USO DE ALCOHOL EN GEL	25
USO DE GUANTES	26
USO DE MASCARILLA	27
RECOMENDACIONES SUPERINTENDENCIA DE RIESGOS DEL TRABAJO	28

PRESENTACIÓN Y CARACTERÍSTICAS DIFERENCIALES DE LA ACTIVIDAD

La composición y desarrollo habitual de **nuestra actividad**, reúne **características claramente diferenciales** de lo que podría considerarse tanto el servicio de hotelería convencional como otras actividades comerciales cotidianas y que detallamos a continuación:

- **Establecimientos distribuidos geográficamente en forma descentralizada y homogénea.**
- **Baja cantidad de habitaciones, el promedio oscila en 25 por establecimiento.**
- **No cuentan con áreas de uso común.**
- **No representan locales que signifiquen reunión social masiva.**
- **Escaso flujo de personas, tanto de personal de servicio (en promedio 4 trabajadores por turno de trabajo) como de huéspedes. Imposibilidad de aglutinamiento o alta densidad de personas por m².**
- **Máximo de 2 (dos) personas por habitación, mayores de edad, de elección, contacto y conocimiento mutuo previo.**
- **Imposibilidad o mínima factibilidad de contacto entre los pasajeros y el personal del establecimiento (conserjerías cerradas y vidriadas, nulo contacto con el personal de limpieza y servicio).**
- **Imposibilidad o mínima factibilidad de cruce y/o contacto de los pasajeros entre sí.**
- **El tiempo de alojamiento habitual es corto, fraccionado en horas, con un periodo máximo de contratación de 24 horas.**
- **En la mayoría de los casos tienen acceso directo con el vehículo a una cochera privada y desde la misma ingresa a la habitación correspondiente.**
- **Cumplimentación de medidas de higiene y profilaxis especiales y extremas.**
- **Provisión al personal del establecimiento de los elementos de limpieza y seguridad requeridos.**
- **El personal de limpieza y servicio puede trabajar en forma individual y sectorizada por la baja cantidad de habitaciones por establecimiento; pudiendo utilizar al inicio una dotación reducida de personal con el fin de minimizar el contacto entre ellos.**
- **Nuestro personal se traslada en horarios no pico, siendo el ingreso y egreso habitual a las 06:00 hs, 14:00 hs y 22:00 hs. Mínimo flujo de personas en transporte.**

- **Nuestros establecimientos son PyMES. Establecimientos individuales, no de cadenas empresariales, con capitales de origen nacional en todos los casos, sociedades familiares o cuasi familiares, cuyos integrantes dependen en su mayoría de los ingresos puntuales de los respectivos hoteles.**
- **Por su naturaleza, pertenecen a la industria de servicios de carácter presencial directo, imposibilitadas de generar ingresos si no es por la concurrencia directa de los pasajeros.**
- **La estructura de costos está basada, en un alto porcentaje, en erogaciones fijas de inevitable suspensión.**

1 - CONSIDERACIONES GENERALES

El presente documento es de carácter consultivo ya que contempla meramente medidas y recomendaciones complementarias a las dictadas por el gobierno nacional, para ser consideradas y tenidas en cuenta por las gerencias de los hoteles para su aplicación en cada establecimiento.

Se trata de un documento “abierto” al que se le podrán ir incorporando nuevas informaciones, recomendaciones o instrucciones, en función de la evolución y/o eventual expansión del virus.

Resulta primordial considerar las normativas dictadas a nivel nacional (LINKEAR), como también las establecidas por cada jurisdicción ya que hay medidas que pueden variar, razón por la cual este documento podrá ser adaptado según la ubicación de cada establecimiento. Para los casos que las autoridades, organismos o instituciones vinculados con la salud, verifiquen que cumplen con las condiciones de casos sospechosos o confirmados, el hotel debe cumplir con las disposiciones del protocolo nacional y/o local según corresponda.

El temor que causa el COVID-19, debe ayudarnos a estar conscientes de cada acción que realicemos. El miedo no se debe convertir en ansiedad y parálisis, la aplicación de medidas de prevención adecuadas aportara la seguridad que la actividad y el pasajero necesitan para recuperar la confianza.

El covid-19 no es un organismo vivo y requiere de una célula huésped para sobrevivir, su tamaño para un virus es grande y se transmite por vía aérea a través de fluidos nasofaríngeos y por contacto de superficies contaminadas a través de nuestras manos.

Lógicamente incorporar nuevos hábitos es un proceso que se debe asimilar, por lo tanto, este manual ayudará como una guía, a planificar el trabajo para brindar seguridad, tanto a la estabilidad de las empresas y la salud de los trabajadores, como así también garantizar la calidad y seguridad del servicio a los clientes y huéspedes.

Dada la magnitud de la situación, el personal de los establecimientos al reinicio de nuestra actividad, y regresar a sus puestos de trabajo deberán recibir y notificarse en forma escrita acerca de cuáles son las modalidades y sus responsabilidades, respecto a la gestión de las medidas preventivas COVID-19 que se llevaran a cabo en el establecimiento, como así también precisar sobre la buena higiene personal, la importancia del lavado de manos con frecuencia, la apropiada higiene respiratoria, la obligatoriedad del uso del tapaboca de acuerdo a la regulación vigente y las recomendaciones ante la presencia de síntomas sospechosos de COVID-19.

De manera simultánea los establecimientos deberán ofrecer información detallada a los huéspedes y clientes mediante folletos, cartelerías, notas, etc. Ubicadas en lugares fácilmente visibles, respecto a los procedimientos internos que se llevan a cabo en cada lugar para garantizar la seguridad y calidad de servicios que se ofrecen, como las medidas de prevención recomendadas.

2 - MEDIDAS DE RESPONSABILIDAD LABORAL

- Se designará un responsable, por turno de trabajo, del establecimiento (propietario, gerente, conserje) quien deberá implementar todas las normas de bioseguridad recomendadas, a fin de preservar el ámbito laboral, a los trabajadores y las personas que concurran.
- Se desafectará a todo personal mayor de 60 años, embarazado y los empleados que notifiquen en forma expresa patologías previas que constituyen grupo de riesgo.
- Implementar medidas de control al personal, previo a su ingreso a trabajar, para la detección de síntomas compatibles con COVID-19. Para su procedimiento, se sugiere designar responsables, previamente capacitados para la tarea. La detección se puede lograr a través de varias técnicas incluyendo equipo de detección (tal como termómetro sin contacto) y/o cuestionarios sencillos , el mismo procedimiento deberá realizarse a los trabajadores de empresas tercerizadas que concurran al establecimiento.
- Si se establece la medición de temperatura al ingreso al establecimiento esta debe realizarse empleando termómetros infrarrojos que no impliquen contacto físico directo. Las personas encargadas de la medición deben contar con elementos de protección apropiados. La definición de caso es dinámica por lo que se debe mantener informado permanentemente a través de la página oficial del Ministerio de Salud de la Nación.
- En esta primera etapa se recomienda como medida preventiva, realizar dicho control diario del estado de salud de los trabajadores, tanto al ingresar como al finalizar la jornada laboral.
- Ante la identificación de personal con síntomas respiratorios o fiebre superior a 37,2, se debe contactar inmediatamente al Sistema de Emergencias de Salud local para su evaluación y eventual traslado a una institución de salud.
- Si un empleado, en su domicilio, tiene síntomas de gripe, tos, fiebre o falta de oxígeno debe contactar de inmediato a su médico y obra social para seguir sus recomendaciones e informar al hotel.

3 - MEDIDAS ACTIVAS – PREVENTIVAS

- Capacitar a los empleados en reconocimiento de síntomas de la enfermedad y los procedimientos vigentes.
- Se colocará en el ingreso al establecimiento, una alfombra embebida en solución desinfectante para que el personal interno y externo higienice la suela del calzado.
- El personal al ingresar a prestar tareas, previo cumplimiento del control de estado de salud debe desplazarse directamente al sector destinado a vestuario, sin deambular previamente por ningún sector. En el vestuario debe cambiarse la ropa, dejando la que trajo de la calle, en una bolsa y dentro de su casillero correspondiente, colocarse el ambo o ropa de trabajo, reutilizable y/o descartable, adecuada para desempeñar su labor del día. Al finalizar su tarea diaria toda la ropa usada debe ser lavada. El personal debe todos los días utilizar ropa recién lavada con productos confiables.
- Coordinar los horarios de los colaboradores para asegurar la dotación mínima de personal y evitar superposición de personas en los puestos de trabajo.
- El personal a cargo debe utilizar guantes de protección y tapaboca o barbijo, protección ocular de considerarse necesario, mantener limpio y desinfectado el sector de trabajo y los materiales de uso.
- Previo al ingreso y frecuentemente durante toda la jornada laboral cada trabajador deberá realizar un correcto lavado de manos, especialmente antes de comer y después del servicio sanitario.
- En los puestos de trabajo donde el empleado no tenga fácil acceso a un lugar donde lavarse las manos con agua y jabón, debe llevar consigo un frasco de alcohol en gel provisto por la empresa Ej.: mucamas.
- Lavar el uniforme diariamente con productos de reconocida confiabilidad o utilizar uniforme descartable. No permitir la salida del personal a la calle en horario laboral.
- No compartir artículos personales. Cubrir heridas o cortes con un apósito impermeable.
- Se llevará un registro de las temperaturas diarias de cada trabajador.
- Brindar a los trabajadores información y capacitación sobre cómo realizar las tareas diarias, como utilizar los equipos de protección individuales de higiene de manera segura.
- Disponer de alcohol en gel en espacios estratégicos para garantizar la fácil accesibilidad al mismo

U.T.H.G.R.A. -- F.A.D.A.P.H.

- Mantener una distancia de un metro y medio (1,5 mts) entre personas en un mismo sector o área de trabajo común.
- Reuniones de trabajo: Desestimar reuniones de más de dos personas, y reducir al mínimo los tiempos de las mismas, siempre utilizar tapaboca, en lo posible protección ocular, mantener una distancia de un metro y medio (1,5 mts) entre cada persona y ventilar la sala de ser posible.
- Comedor Personal: Ingresar en forma individual o como máximo de a dos personas, respetando La distancia estipulada. Cada vez que finalice un servicio, debe desinfectarse completamente el lugar según los criterios de limpieza establecidos para todas las áreas del establecimiento, y los utensillos de uso personalizados deben lavarse y esterilizarse con tecnología probada.
- Realizar una buena gestión de residuos será fundamental para minimizar posibles impactos secundarios sobre la salud y el medioambiente. Se debe evitar el manejo inadecuado de los desechos para no desencadenar un efecto de rebote y otras consecuencias.

4 - CRITERIOS DE LIMPIEZA DE HABITACIONES Y DEPENDENCIAS GENERALES

- a) Ventilar la habitación una vez usada en forma natural o mecánica, es recomendable evitar el uso de aire acondicionado, en caso de tener que usarlo se deberá realizar la limpieza diaria de los filtros, con soluciones recomendadas para tal fin.
- b) Al ingresar el personal nuevamente a la habitación en ventilación y sin retirar la ropa usada, se rociará con vaporizador una solución de alcohol al 70 % u otro desinfectante de calidad probada y autorizada, dejándolo actuar durante 10 minutos; luego retirar la ropa colocándola en bolsa resistente (no clasificar la ropa usada dentro de la habitación), quitar todos los elementos de aseo y desecharlos en bolsa aparte (rollos de papel higiénico, resto de jabones, bolsa con residuos, entre otros), utilizando guantes para la manipulación de la ropa de cama y de aseo personal, posteriormente trapear el piso con una solución de una parte de lavandina y cinco de agua, utilizar igual criterio para los sanitarios.
- c) Una vez ventilada la habitación y retirado los elementos usados convenientemente, se procederá a la limpieza general habitual y se repasaran los sanitarios, mesadas, picaportes, barandas, mobiliario etc. trapeando con un paño limpio embebido con una solución desinfectante (ej. Lavandina diluida al 10% en agua) y la utilización de productos de limpieza de un solo paso y amonio cuaternario en espuma para electrónica. No se debe ingresar carros de limpieza a la habitación. Se debe almacenar las sábanas y toallas limpias en un armario cerrado y manipular, procesar y transportar por separado de la ropa usada. En los carros de limpieza se debe disponer de alcohol en gel o solución desinfectante para manos, guantes descartables y distintas bolsas, para ropa usada y para elementos de aseo utilizados.
- d) Una vez terminado el proceso de ventilación, limpieza y desinfección de la habitación, el personal desechará los guantes utilizados, lavará convenientemente sus manos y procederá al armado de la habitación con la incorporación de ropa limpia y nuevos elementos de higiene, disponiendo luego la habitación para su posterior uso. Con la misma metodología se desinfectaran y limpiaran las áreas anexas de apoyo al personal. El personal en todo momento deberá utilizar sus elementos de protección y conservar el distanciamiento de otros compañeros
- e) Los colchones y almohadas deben tener una cubierta plástica, lavable y que deberá ser higienizada con los productos desinfectantes nombrados a tal fin.

5 - CONSERJERIA – INGRESO DE HUESPEDES Y CLIENTES AL ESTABLECIMIENTO

- Disponer de una estación de seguridad previa al ingreso del cliente (en el caso que el mismo accediera en forma peatonal), generalmente existen espacios, antecámaras previos a la recepción/conserjería, la cual no tiene contacto directo con los clientes, o bien utilizar en caso que lo requiera un método más efectivo que pueda ser incorporado con posterioridad.
- Disponer de una alfombra o trapo con solución desinfectante para la limpieza del calzado antes del ingreso al lugar.
- Demarcar en las áreas donde los huéspedes pudiesen ocasionalmente esperar con líneas en el piso o algún otro elemento visual para mantener la distancia mínima de 1,5 mts.
- En general las conserjerías son cerradas y sin contacto con el cliente. En caso de no contar con conserjería cerrada, instalar alguna barrera transparente de separación; como las disponibles en el mercado, bien de acrílico, poliuretano, u otra.
- Limitar la capacidad de ocupación de habitación a un máximo de dos personas por habitación.
- Manejo de dinero o tarjetas magnéticas: Según la OMS señala que el riesgo de transmisión del virus en esas circunstancias es bajo, siempre y cuando se mantenga la correcta higiene de manos y la desinfección de superficies del puesto de trabajo con las soluciones correspondientes para lo cual se proveerá de los productos correspondientes.
- Los conserjes utilizaran cubre boca y eventualmente protección ocular en caso de presencia ocasional de más de una persona dentro de la conserjería.
- Disponer de los números de teléfono de los centros de salud y emergencias. Contar con servicio privado de Área Protegida.
- Las tarjetas de identificación o llaves de las habitaciones reutilizables deben ser desinfectadas después de cada uso.

6 - SERVICIO DE BAR – ROOM SERVICE

Como se ha explicado anteriormente, nuestra actividad no cuenta con áreas comunes, todo servicio requerido por los huéspedes es brindado exclusivamente con servicio al cuarto y sin contacto directo entre el personal de servicio y los clientes.

En función de ello se proponen las siguientes recomendaciones:

- Evitar mantelería, recomendándose utilizar elementos descartables.
- Utilización obligatoria de barbijos o cubre bocas y cofias en todo momento y eventualmente protección ocular y guantes.
- Limitar el servicio en una primera etapa a los rubros de cafetería, bebidas cerradas y alimentos envasados pre elaborados en origen.
- En caso de optar por un servicio de bar más completo donde se incorpore alimentos elaborados en el establecimiento, se deberá incorporar al presente protocolo el aprobado para la actividad gastronómica.

7 - BUENAS PRACTICAS DE MANUFACTURA

- Al ingresar insumos al establecimiento, se procederá al correcto lavado, limpieza y sanitización, según corresponda.
- Mantener un correcto estado de Limpieza de instalaciones y utensilios equipos y superficies. Después de cada servicio, se deberá realizar limpieza y desinfección de todas las superficies que hayan podido ser manipuladas.
- Cada vez que se cambie de materia prima o producto, se procederá a Limpiar y desinfectar los equipos y utensilios con los detergentes y desinfectantes habituales o a alcohol diluido con agua (alcohol 70%-30% agua).
- No debe quedar humedad en la superficie una vez finalizado el procedimiento. Se debe lavar y desinfectar toda la vajilla, cubertería y cristalería en el sector correspondiente.
- Cada vez que ingresa mercadería, materias primas o productos, en sus envases o envoltorios, volver a limpiar y desinfectar correctamente.
- Mantener extrema higiene en bachas y mesadas quedando lo más despejadas posible, para hacer el trabajo más seguro.
- Ventilar frecuentemente los espacios.

8 - SECTOR COMPRAS Y RECEPCION DE MERCADERIAS

- Utilizar guantes descartables y tapaboca durante la recepción de mercadería a proveedores.
- Evitar el contacto con los transportistas y mantener en todo momento una distancia mínima de un metro y medio (1.5 mts).
- Limpiar y desinfectar el área de trabajo, zonas de recepción de mercaderías, carros de transporte y plataformas de apoyo.
- Sanitizar toda la mercadería que ingresa al establecimiento, colocarlas en envases propios ya desinfectados y una vez finalizado estos dos procesos, se ubicaran en los depósitos correspondientes.

9 - MANTENIMIENTO

El personal de mantenimiento debe encuadrarse bajo las siguientes indicaciones al momento de realizar las tareas asignadas.

- Revisar diariamente el funcionamiento e higiene de dispensadores de jabón, gel desinfectante, papel descartable -entre otros- procediendo a recargar, reparar o sustituir aquellos equipos que presenten averías.
- Higienizar de manera constante las herramientas elementos de trabajo.
- Los ascensores de servicio solo deberán ser utilizados de a uno a la vez.
- Fomentar el distanciamiento establecido entre compañeros evitando estar juntos en espacios reducidos.
- Para ingresar a una habitación, hacerlo con tapaboca y guantes, mantener la distancia prudente ante la presencia de otro compañero necesario para realizar la tarea encomendada y evitar tener contacto con todo otro elemento personal que se encuentre en la habitación, al finalizar la tarea reportar al personal de piso para la limpieza y desinfección del lugar.
- Revisar el sistema de aire acondicionado y principalmente la limpieza de filtros.
- Mantener la climatización a una temperatura ambiente entre 23-26º c, asegurando una suficiente renovación de aire.

10 - RESIDUOS

- Se deberá proveer de bolsas / cestos / recipientes de acumulación del descarte de EPP y si se utiliza ropa de trabajo descartable.
- Identificar y señalar los lugares destinados a la disposición de residuos.
- Los lugares donde se realiza la selección de los residuos y almacenamiento para su posterior retiro, deberá ser de uso exclusivo para tal fin y deberá estar perfectamente identificado y señalado.
- Cada vez que se realice selección o retiro de residuos, se utilizarán guantes (preferentemente descartables) y protección respiratoria (tapaboca).

11 - LAVANDERIA

- Clasificar la ropa sucia fuera de las habitaciones y el lavadero.
- No sacudir la ropa para lavar.
- La ropa debe lavarse con un desinfectante aprobado o una solución de blanqueador compatible. El material que no puede limpiarse debe eliminarse como residuo. Las prendas textiles deben lavarse en forma mecánica en ciclos completos a 60-90º c.
- Desinfectar carros, percheros, la ventana de atención al personal, etc.,
- Para la manipulación de la ropa de cama y aseo personal, sr deberán utilizar guantes.
- Almacenar las sábanas y toallas limpias en un armario cerrado y exclusivo y manipular, procesar y transportar por separado de cualquier otro Insumo.
- Lavar colchas con agua caliente y detergente, luego enjuagar y secar preferentemente en una secadora o limpiar en seco.
- Lavar las mantas de lana en agua tibia y luego secar al aire o en secadoras a temperatura fría o limpiar en seco.

12 - COMUNICACIÓN

- Difundir las recomendaciones del Ministerio de Salud de la Nación y de la autoridad sanitaria local.
- Exhibir en accesos y/o espacios de circulación común información oficial de prevención y números de teléfono
- Se recomienda a la gerencia y dirección gestionar todas las acciones a realizar desde la implementación de medidas preventivas hasta políticas de comunicación y supervisar su cumplimiento.
- Ante cualquier situación que afecte al establecimiento en el contexto de la actual situación epidémica por coronavirus COVID19, debe definirse, a través de la gerencia y dirección, una política clara y coordinada de información a los diferentes públicos.
- El Gerente General o la persona designada del hotel es el único portavoz oficial ante los medios de comunicación. Otros empleados no pueden aceptar entrevistas con los medios ni hacer ningún comentario a los mismos.
- No divulgar detalles o información sobre ningún huésped. Es altamente recomendable la implementación de un convenio de confidencialidad laboral para la suscripción de los trabajadores.
- Mantener comunicación actualizada y continua con los empleados. Es importante que todos conozcan la existencia de los problemas de salud vinculados con los síntomas previstos para el COVID 19.
- No se recomienda publicar avisos propios. Si la autoridad gubernamental emite carteles o materiales publicitarios relacionados, el hotel debe cooperar de acuerdo con los requisitos pertinentes.

ANEXO – GENERAL

Para lograr prevenir el contagio del COVID-19, es necesario tener algunos conocimientos básicos sobre su naturaleza, la forma en que ingresa a nuestro organismo y el deterioro que causa en la salud de las personas infectadas.

Los siguientes conceptos fueron divulgados por la Organización Mundial de la Salud (OMS):

¿Qué es un coronavirus?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad COVID-19.

¿Qué es la COVID-19?

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

¿Cuáles son los síntomas de la COVID-19?

Los síntomas más comunes de la COVID-19 son fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden presentar dolores, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas se infectan pero no desarrollan ningún síntoma y no se encuentran mal. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial. Alrededor de 1 de cada 6 personas que contraen la COVID-19 desarrolla una enfermedad grave y tiene dificultad para respirar. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave. En torno al 2% de las personas que han contraído la enfermedad han muerto.

Las personas que tengan fiebre, tos y dificultad para respirar deben buscar atención médica.

¿Cómo se propaga la COVID-19?

Una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala. Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si inhalan las gotículas que haya esparcido una persona con COVID-19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1 metro de distancia de una persona que se encuentre enferma.

La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre las formas de propagación de la COVID-19 y seguirá informando sobre los resultados actualizados.

¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con una persona que no presente ningún síntoma?

La principal forma de propagación de la enfermedad es a través de las gotículas respiratorias expelidas por alguien al toser. El riesgo de contraer la COVID-19 de alguien que no presente ningún síntoma es muy bajo. Sin embargo, muchas personas que contraen la COVID-19 solo presentan síntomas leves. Esto es particularmente cierto en las primeras etapas de la enfermedad. Por lo tanto, es posible contagiarse de alguien que, por ejemplo, solamente tenga una tos leve y no se sienta enfermo. La OMS está estudiando las investigaciones en curso sobre el período de transmisión de la COVID-19 y seguirá informando sobre los resultados actualizados.

ANEXO - LAVADO DE MANOS

El lavado de manos a que se hace referencia en esta Norma, debe hacerse de la siguiente manera:

1. Mojar las manos con agua tibia.
2. Aplicar una pequeña cantidad de jabón.
3. Frotar las palmas de sus manos (lejos del agua).
4. Frotar los dedos y los pulgares.
5. Frotar dorso de cada mano.
6. Frotar la punta de los dedos contra la palma de la otra mano a fin que el agua y el jabón penetre bajo las uñas.
7. Frotar las muñecas.
8. Estas acciones deberán durar por lo menos 30 segundos.
9. Enjuagar con abundante agua tibia.
10. Secar con una toalla de papel descartable.



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;



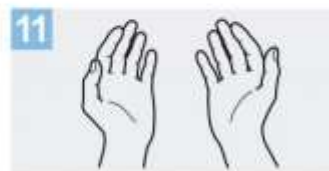
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

Crédito: OMS

ANEXO – PREPARACION DE SOLUCION DESINFECTANTE DE HIPOCLORITO DE SODIO

La solución desinfectante de lavandina debe tener una concentración del 5% de hipoclorito de sodio, su elemento activo.

La solución desinfectante que necesitamos, se puede preparar con lavandina concentrada disolviendo 1 litro de la misma en 19 litros de agua, o con lavandina común disolviendo 2 litros de la misma en 18 litros de agua.

La lavandina a utilizar debe ser de marca reconocida que asegure su calidad, y en su envase debe figurar la fecha de envasado ya que su efecto desinfectante dura solo 4 meses si el envase se encuentra cerrado.

Por otra parte se debe tener en cuenta que la solución desinfectante preparada según lo indicado más arriba, mantiene sus propiedades desinfectantes solo por 24 horas en recipiente cerrado y opaco.

ANEXO – LIMPIEZA Y DESINFECCION DEL PISO

En los establecimientos hoteleros y gastronómicos tenemos tres tipos de pisos:

1. Pisos de material lavable
2. Pisos de madera lustrados o plastificados.
3. Pisos alfombrados

La limpieza y desinfección de cada uno de ellos deberá hacerse de la siguiente manera:

1. Pisos de material lavable

Limpieza en seco

1.1 Si el piso posee gran cantidad de polvo o suciedad de ese tipo, puede optarse por una primera limpieza en seco.

En este caso no es recomendable el barrido con escoba o escobillón, pues este tipo de barrido esparce polvo, y eventualmente coronavirus que se hayan depositado en el suelo, por saliva, estornudos, o tos de alguna persona infectada.

Por lo tanto si es necesaria una limpieza en seco, es recomendable hacerla con aspiradora provista de filtro de agua, la cual deberá contener un 5% de lavandina o usar una barredora manual de rodillos.

1.2 Si se usa una barredora con filtro de agua cada hora se deberá renovar la solución de lavandina desechando la usada, pues por evaporación pierde su poder desinfectante.

1.3 Por seguridad la solución de lavandina a desechar se volcará en un balde, se la agregará algo más de lavandina, se dejara que actúe 10 min y se volcará en cualquier rejilla cloacal.

1.4 No se deberá tocar nunca la boquilla de aspiración ni el interior de los tubos de succión. Si eso ocurriese se deberá lavar las manos inmediatamente con agua y jabón como se indica en el ANEXO (LAVADO DE MANOS) de la presente Norma.

1.5 Al finalizar la tarea diaria la boquilla de aspiración los tubos de aspiración (los rígidos y el flexible), especialmente su interior, al igual que el filtro de agua deberán ser lavados con agua y jabón y desinfectados junto con todo el equipo, con una solución de lavandina al 5 % y dejar que se sequen por evaporación.

1.6 Si se usa una barredora a rodillos manual, cuando el recipiente recolector de polvo se llene deberá ser vaciado en un balde con solución de lavandina al 5 % dejando que esta actúe por lo menos 15 min. antes de ser volcado en una rejilla cloacal.

1.7 La carcasa y los rodillos al finalizar la tarea diaria serán lavados con agua y jabón, enjuagados y desinfectados con una solución de lavandina al 5%, dejándolos secar por evaporación.

Limpieza húmeda

1.8 A la limpieza en seco le seguirá la limpieza y desinfección húmeda mediante el trapeado con una solución de lavandina al 5%. El secado se hará dejando pasar 15 min. para lograr el mayor efecto desinfectante de la lavandina.

2. Pisos de madera lustrado o plastificado

Limpieza en seco

2.1 Si es necesaria una limpieza en seco se hará siguiendo lo expresado en los ítems anteriores 1.1 a 1.7 de este Anexo.

Limpieza húmeda

2.2 Se haga o no una limpieza en seco el piso de madera será trapeado con trapo limpio humedecido con una solución de lavandina al 5%. El secado se hará dejando pasar 15 min. para lograr el mayor efecto desinfectante de la lavandina.

2.3 Si es necesario se podrá encerar y frotar el piso con paño seco para restaurar el brillo del piso.

3. Pisos alfombrado

3.1 En este caso se procederá a la limpieza de la alfombra con aspiradora con filtro de agua o barredora manual de rodillos siguiendo las indicaciones detalladas en los ítems anteriores 1.1 a 1.7 de este Anexo.

ANEXO – PREPARACION DE SOLUCION DESINFECTANTE

PREPARACION DE SOLUCIÓN DESINFECTANTE DE ALCOHOL ETILICO

La solución desinfectante de alcohol etílico (alcohol medicinal) se puede preparar de la siguiente manera:

Se debe usar alcohol etílico al 96% que se puede adquirir en farmacias y droguerías y se debe mezclar 700 cc de ese alcohol con 300 cc de agua potable para obtener la solución desinfectante deseada conocida también como solución de alcohol 70/30.

PREPARACION DE SOLUCIÓN DESINFECTANTE DE ALCOHOL ISOPROPÍLICO

La solución desinfectante de alcohol isopropílico se puede preparar de la siguiente manera:

Se debe usar alcohol isopropílico al 99,9 %, que se puede adquirir en farmacias y droguerías y se debe mezclar 700 cc de ese alcohol con 300 cc de agua destilada para obtener la solución desinfectante deseada, conocida también como solución de alcohol isopropílico 70/30.

ANEXO - USO DE ALCOHOL EN GEL

1a



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

1b

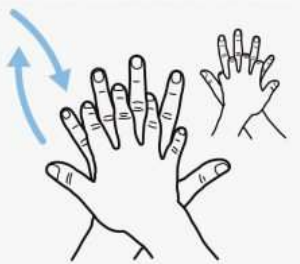


2



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



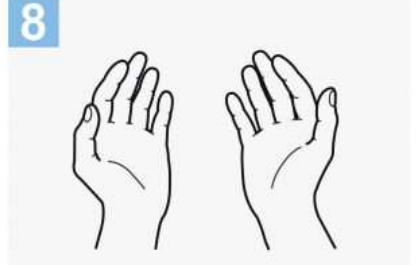
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

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



Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito: OMS

ANEXO - USO DE GUANTES

Quitarse los guantes



1
Coger el borde del guante por la parte exterior. Quitar el guante lejos de la mano, volteándolo completamente



2
Sujetar el guante retirado con la mano opuesta. Colocar el dedo de la mano sin guante por debajo del extremo del guante de la otra mano y retirarlo



3
Crear de una bolsa para ambos guantes y desechar

ANEXO – USO DE MASCARILLA

1 Antes de colocarse la mascarilla



Lave correctamente las manos
(Jabón o desinfectante a base de alcohol)

2 Cúbrase la boca y la nariz con la mascarilla



Asegúrese de que no haya espacios entre su cara y la mascarilla

3 Evite tocar la mascarilla mientras la usa



Si lo hace, realice la higiene de manos con un desinfectante para manos (Jabón o desinfectante a base de alcohol)

4 Reemplace la mascarilla con una nueva cuando esté húmeda



No reutilice las mascarillas de un solo uso

ANEXO – RECOMENDACIONES SRT

SARS-CoV-2 Recomendaciones y medidas de prevención en ámbitos laborales

MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN LOS AMBIENTES DE TRABAJO



- La higiene de manos, de manera frecuente, es la medida principal de prevención y control de la infección:
 - Antes y después de manipular basura, desperdicios, alimentos, comer y/o amamantar.
 - Después de tocar superficies públicas (*mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.*), manipular dinero, llaves, animales, ir al baño o cambiar pañales.
 - Mantener una distancia mínima de 1 metro con cualquier persona.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con el pliegue del codo o con un pañuelo desechable.
- Evitar compartir elementos de uso personal (*vasos, cubiertos, elementos de higiene, etc.*)
- Informarse sobre la forma de protegerse a sí mismo y a los demás ante la COVID-19, de acuerdo a las indicaciones del empleador y las indicaciones de los medios oficiales.
- Respetar las restricciones relativas a los viajes, los desplazamientos y las concentraciones multitudinarias de personas.
- Ventilación de ambientes mediante la apertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.
- La limpieza de superficies se recomienda que sea húmeda y frecuente de objetos y superficies, con productos como alcohol al 70%, lavandina, etc.

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL

Deben ser adecuados al riesgo o riesgos frente a los que debe ofrecerse protección acorde con la actividad laboral o profesional. Utilizar EPP descartables, o si no es así, que puedan desinfectarse después del uso, siguiendo las recomendaciones del fabricante. La correcta colocación de los EPP es fundamental para evitar posibles vías de ingreso del agente biológico. Cuando sea necesario el uso conjunto de más de un EPP, debe asegurarse la compatibilidad entre ellos.

PROTECCIÓN RESPIRATORIA

Sólo está recomendado para personas con síntomas de infección respiratoria y personal de salud que atiende a personas con síntomas respiratorios. En ningún caso tendrán válvula de exhalación, ya que favorecería la difusión del virus.

GUANTES

Se recomiendan que sean desechables. Para tareas de limpieza y desinfección de superficies, se deben utilizar guantes resistentes a la rotura.

ROPA DE PROTECCIÓN

Debe tener resistencia a la penetración de microorganismos. Se recomienda que la ropa de protección biológica sea desechable. La ropa que sea reutilizable (*ambos, batas, guardapochos, coñías, etc.*) no deberá ser utilizada fuera del ambiente laboral y la limpieza deberá evitar la difusión o propagación de los contaminantes biológicos.

PROTECCIÓN OCULAR Y FACIAL

Se utilizará cuando haya riesgo de contaminación de los ojos a partir de salpicaduras o gotas (*por ejemplo: sangre, fluidos del cuerpo, secreciones y excreciones*) y durante los procedimientos de generación de aerosoles.

COLOCACIÓN Y RETIRO DE LOS EPP

Deben colocarse antes de iniciar cualquier actividad probable de causar exposición y ser retirados únicamente después de estar fuera de la zona de exposición. Se debe evitar que los EPP sean una fuente de contaminación.

DESCARTE / DESCONTAMINACIÓN

Después del retiro:

Los EPP desechables deben colocarse en contenedores adecuados y correctamente identificados para residuos patológicos. Los EPP reutilizables deben recogerse en contenedores o bolsas específicas y descontaminarse usando el método indicado por el fabricante antes de guardarlos. Deberá haber un procedimiento específico para disposición y tratamiento de los EPP.

ALMACENAJE Y MANTENIMIENTO

Los EPP deben ser almacenados adecuadamente, siguiendo las instrucciones dadas por el fabricante, de manera que se evite el daño accidental de los mismos o su contaminación.

Emergencias:



Consultas e informes
0800 666 6778
ayuda@srt.gob.ar



© 2020 SRT/ST/STP/STP/STP

Página 7 de 7