

CORONAVIRUS – COVID-19

22 de marzo 2020

Recomendaciones para personas que deben circular y realizar asistencia general

(operador de calle, bomberos, defensa civil, voluntarios, conductores de móviles de traslados, ambulancieros, etc)

HIGIENE DE LOS MOVILES LABORALES (también aplicable a vehículos particulares)

Antes de iniciar el servicio de transporte deberán limpiar y desinfectar el habitáculo: puertas (con especial atención en picaportes y apoya brazos), ventanillas y asientos.

CÓMO REALIZAR LA LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Estas tareas deben realizarse diariamente y dependiendo del tránsito y de la acumulación de personas, la frecuencia puede ser mayor.

****Antes de aplicar cualquier tipo de desinfectante debe realizarse la limpieza de las superficies con agua y detergente.**

Esta limpieza tiene por finalidad realizar la remoción mecánica de la suciedad presente.

Paso 1: Limpieza húmeda

La forma sugerida es siempre la limpieza húmeda con trapeador o paño, en lugar de la limpieza seca (escobas, cepillos, etc).

Un procedimiento sencillo es la técnica de doble balde y doble trapo:

- Preparar en un recipiente (balde 1) una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma.
- Sumergir el trapo (trapo 1) en la solución preparada en balde 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar. Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.
- Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.
- Enjuagar con un segundo trapo (trapo 2) sumergido en un segundo recipiente (balde 2) con solución de agua con detergente.

Paso 2: Desinfección de las superficies

Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección.

El proceso es sencillo y económico ya que requiere de elementos de uso corriente: agua, recipiente, trapeadores o paños, hipoclorito de sodio de uso doméstico (lavandina con concentración de 55 gr/litro):



CORONAVIRUS – COVID-19

22 de marzo 2020

- Colocar 100 ml de lavandina de uso doméstico en 10 litros de agua.
- Sumergir el trapeador o paño en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a desinfectar.
- Dejar secar la superficie.

Para realizar la limpieza y desinfección debe utilizarse equipo de protección individual adecuado.

HIGIENE DEL PERSONAL

- 1.** Los conductores deben higienizarse correctamente las manos antes de tomar servicio con agua y jabón o alcohol en gel. Deberán repetir este procedimiento todas las veces que consideren necesarias.
- 2.** Cada unidad debe contar con un kit de elementos básicos de limpieza inmediata: solución de agua y lavandina o agua y alcohol, paños limpios, alcohol en gel.
- 3.** Deberán circular siempre con las ventanillas abiertas para permitir el recambio de aire.
- 4.** Se recomienda periódicamente el detenimiento de la unidad con abertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.

Método adecuado para el lavado de manos con agua y jabón:

- Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado de manos debe durar al menos 60 segundos.

Método adecuado para el lavado con soluciones a base de alcohol:

- El frotado de manos con una solución a base de alcohol es un método práctico para la higiene de manos.

Es eficiente y se puede realizar en prácticamente cualquier lado. Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, la higiene de manos con soluciones a base de alcohol debe durar 30 segundos.



Lavado de manos

¿Sabés lavarte las manos correctamente?



1

Al comenzar,
humedecer las manos
con agua y jabón



5

Pulgares



2

Palma con palma



6

Detrás de los
dedos y uñas



3

Entre dedos



7

Muñecas



4

Detrás de
las manos



8

Enjuagar
y secar

CORONAVIRUS – COVID-19

22 de marzo 2020

Adecuada higiene respiratoria

La higiene respiratoria refiere a las medidas de prevención para evitar la diseminación de secreciones al toser o estornudar. Esto es importante, sobre todo, cuando las personas presentan signos y síntomas de una infección respiratoria como resfríos o gripe:

- Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar.
- Usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados.
- Limpiar las manos después de toser o estornudar.

Recordá siempre:

- Lavate las manos antes de iniciar la tarea.
- ** si la tarea requiere el uso de guantes se indican las siguientes medidas: luego del correcto lavado de manos, secar y colocar los guantes, utilizarlos durante toda la tarea. Al finalizar, retirar los guantes, descartarlos, lavar las manos. Si los guantes se rompen, deben ser cambiados repitiendo el procedimiento.
- Recogete el pelo, no uses aros, pulseras, cadenas o anillos
- Usá pañuelos descartables y arrojalos a un cesto de basura
- Al toser y/o estornudar hacelo en el pliegue del codo
- Si usás anteojos lavalos con agua y detergente
- No te toques la cara

La distancia sugerida es de 1 o 2 m.

Se deberá resolver en relación a la tarea a desarrollar por el equipo.

