ANEXO I

mgp | Municipalidad de General Pueyrredon
Tenemos todo

PROTOCOLO PARA COMERCIOS A LA CALLE
VENTA MINORISTA DE BIENES

De conformidad con lo dispuesto por la Resolución Nº 135/2020 del Ministerio de Trabajo de la Provincia de Buenos Aires se implementará el presente Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo en el marco de la EMERGENCIA PANDEMIA COVID-19, el cual resulta de cumplimiento obligatorio para el Empleador, sus socios, representantes e integrantes de los órganos en caso de tratarse de sociedades de cualquier tipo, trabajadoras/es y todas aquellas personas ajenas al establecimiento que ingresen al mismo.

I MEDIDAS GENERALES DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN.

1. Realizar higiene de manos frecuentemente. Se aconseja que el lavado de manos con agua y jabón sea de una duración de 40 segundos, y que incluya palmas, dorso de manos y muñecas. Podrá consultar el método recomendado por la Organización Mundial de la Salud en la imagen Numero N° 1, agregada a la finalización del presente.
2. Distanciamiento social (mantener un metro y medio de distancia entre personas).
3. No generar contacto físico con otras personas (saludos, abrazos, besos).
4. No generar reuniones grupales.
5. Al toser o estornudar cubrirse la boca con el pliegue del codo, o con un pañuelo desechable.
6. Evitar compartir utensilios personales, tazas, vasos, mate, etc.
7. Evitar el contacto con personas que están cursando infecciones respiratorias.
8. Ventilar los ambientes. En período invernal o de bajas temperaturas debe hacerse con regularidad para permitir el recambio de aire.
9. Limpiar las superficies y los objetos que se usan con frecuencia.
10. Contactarse en forma inmediata con el sistema de salud SAME 107 ante la presencia de fiebre y síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, resfrío).
11. En caso que presentar síntomas, las autoridades sanitarias solicitan NO asistir a los centros de salud en forma espontánea.

II RECOMENDACIONES PARA DESPLAZAMIENTOS HACIA Y DESDE EL LUGAR DE TRABAJO.

16

1. Ante la presencia de fiebre y síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, resfrío), NO concurrir a su lugar de trabajo, contáctese en forma inmediata con el sistema de salud (Línea 107).

2. Caminar o utilizar bicicleta, para permitir más espacio a quienes no tienen otra alternativa de traslado.

3. Desplazarse en vehículo particular y mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y desinfección del interior del mismo.

4. Respetar las distancias mínimas recomendadas.

5. En caso de utilizar transporte público, deberá usar elementos de protección que cubran nariz, boca y mentón (tapa boca), evitar conversaciones, mantenerse alejado del resto de los pasajeros.

III PROCEDIMIENTO PARA COMERCIO MINORISTA A LA CALLE > VENTA DE BIENES

1. ALCANCE.

El presente abarca al comercio minorista a la calle de venta de bienes finales, quedando excluidos del presente, venta de servicios, shoppings centers, galerías, ferias comunitarias y locales gastronómicos.

Siempre se priorizará la atención a personas mayores de 65 años, embarazadas, niños y cualquier otra persona con factores de riesgo.

2. ANTES DE INICIAR LAS TAREAS

Personal:

a. Se consultará por estado de salud del trabajador y su familia, siendo dable utilizar un cuestionario preestablecido. En caso de manifestar posibles síntomas, no se permitirá el ingreso, recomendándose la vuelta a su lugar de residencia y contactar con servicio médico. Controlar la temperatura previa a la entrada en el local comercial y debe ser menor de 37,5ºC.

b. El personal al ingresar al establecimiento deberá realizarse una desinfección de calzado y ropa de calle.

c. Lavado de manos con abundante agua y jabón líquido durante 30 segundos, deberá secarse con toallas de papel descartable y desecharlas en el basurero.

d. Las manos sin anillos ni pulseras, uñas cortas. Cabello recogido.

16

e. Deberán hacer cambio de la ropa de uso habitual a la de trabajo, para lo cual se les proporcionará un espacio físico para cumplir con el punto anterior.

f. Disponer, en lo posible, un sistema de turnos rotativos del personal de trabajo, de modo de reducir la congestión y circulación de personas.

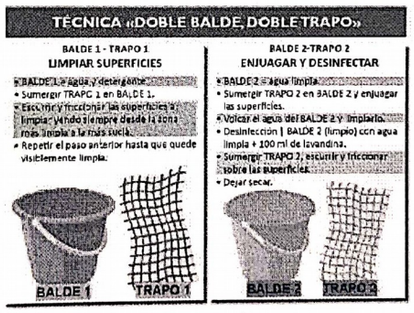
g. Establecer horarios especiales de atención exclusivos para mayores de 65 años.

h. Disponer de personal que controle los accesos y evitar aglomeraciones de personas en los locales.

3. LIMPIEZA DE ESTABLECIMIENTOS

a. Se recomienda utilizar la "técnica de doble balde – doble trapo", que habitualmente se realiza en ámbitos hospitalarios para evitar las infecciones intrahospitalarias y que en el contexto epidemiológico actual aplicaría tranquilamente para cualquier actividad laboral.

b. Es una técnica muy sencilla y se necesita contar con agua corriente, detergente e hipoclorito de sodio (lavandina), dos baldes y dos trapos



Indicaciones para el preparado de kit de desinfección húmeda

- Limpieza de la superficie con una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico.
- Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección.
- Desinfección: Preparar Hipoclorito de sodio de uso doméstico (lavandina con concentración de 55 gr/litro).
- Colocar 100 ml de lavandina de uso doméstico en 10 litros de agua.
- Con esta solución pueden desinfectarse las superficies que estén visiblemente limpias.

- Esta solución produce rápida inactivación de los virus y otros microorganismos.
- Nunca hay que mezclar las sustancias utilizadas con otros desinfectantes.
- Mantener el ambiente laboral ventilado.
- Se reforzarán las tareas de limpieza y desinfección frecuentemente de pisos, picaportes, mostradores, sector de caja registradora, teclados, teléfonos, mercadería, manijas de los canastos, carros, manijas de las heladeras y freezer suelo, cortina protectora, teclados, sillas escritorios, etc.
- Poner al alcance rociadores de soluciones y dispensadores con alcohol en gel.

4. INGRESO DE PÚBLICO AL LOCAL

a. Está prohibida la aglomeración de clientes en el interior de las locales.

b. Dentro del establecimiento se autorizará la permanencia de hasta un 50% de la capacitad total habilitada, sujeto a que se cumpla la distancia mínima de 1,5 metros entre personas, evitando el contacto humano cercano.

c. De no haber espacio en el local: desde la puerta de acceso se deberán formar fila lineal (no serpenteante) respetando 1,5 metros de distancia entre personas.

d. Se colocarán 2 trapos de piso con lavandina diluida en agua. El primero será colocado del lado de afuera de la puerta de acceso al local. Quien ingrese deberá realizar la limpieza de los pies en el mismo. El segundo, estará dentro del local. Nuevamente se deberá realizar la limpieza de pies y al mismo tiempo se proveerá de alcohol en gel que deberá estar en contacto con las manos como mínimo 20 segundos. También se los rociará con solución adecuada para brindarles una mínima desinfección.

e. Los trapos de piso con lavandina se lavarán en promedio cada 8 a 10 clientes de transito continuo o cada 2 horas.

f. Comprobar la ausencia de sintomatología en los clientes (no tos, no problemas respiratorios, no fiebre). En lo posible, controlar la temperatura previo a la entrada en el local comercial que debe ser menor de 37,5ºC.

g. Los clientes deberán ingresar a los locales utilizando tapabocas o barbijo obligatorio.

5. ZONA DE ATENCION:

Espacio exclusivo del personal que presta servicio en el comercio.

a. Se recomienda la instalación de una barrera física real (Vidrio, acrílico, etc.) entre personal de atención y el cliente (de no contar con esto respetar el distanciamiento mínimo de 1,5 metros entre dos personas). Esto se puede reemplazar por máscara de protección facial.

b. Se deben limpiar sus manos con gel desinfectante cada vez que intercambien algún objeto con los clientes (bolsos, carritos, canastos, etc.).

16

c. En caso de que el pago se realice a través de tarjetas de crédito o débito, se deberán desinfectar tanto la tarjeta como el posnet utilizado con solución de agua y alcohol.

d. Se recomienda disminuir el uso de celular en las zonas de trabajo. En caso de que se lo utilice deberá desinfectarse correctamente luego de su uso.

e. En caso de usar manoplas de nylon o guantes de látex, nitrilo para la atención, tienen que realizar periódicamente desinfección de los mismos con alcohol en gel y /o lavado con agua y jabón. En caso detectar que las manos ya se encuentran visiblemente húmedas o el nylon se haya deteriorado, deberá procederse al cambio de las mismas debido a que dejara de ser efectivo su uso.

6. EXHIBICION DE INFORMACION

Este documento, será de exhibición obligatoria por parte de los empleadores, debiendo exponerse al menos uno por establecimiento, en lugares destacados que permitan la fácil visualización.

En todos los ingresos a los locales, se colocará cartelería indicando el **USO DE BARBIJO SOCIAL OBLIGATORIO**.

Disponer en los locales cartelería necesaria, ubicada en lugares estratégicos, para que la información y recomendaciones les llegue a todos por igual. (colaboradores, clientes y proveedores), para favorecer la prevención de covid19.

En todos los ingresos a los locales, se colocará cartel indicando la **CANTIDAD MAXIMA DE CLIENTES** que pueden estar dentro del local al mismo tiempo.

7. PROVEEDORES.

• Definir los sectores donde se recibirán a proveedores y clientes, con el objeto de minimizar el contacto con el personal de la empresa y de ser posible planificar días y horarios para evitar superposición.

• Para la entregar y recepción de mercadería, implementar alguna modalidad donde no haya contacto directo entre quien entrega y quien la recibe (carros, cajones, puertas, rejas, cintas, etc.), de modo que se focalice todo el posible riesgo en un lugar/sector, que se deberá desinfectar asiduamente.

• Para mercadería transportada en camiones, coordinar ingresos y egresos de los mismos para evitar congestiones y minimizar los tiempos de carga, descarga y espera. Se recomienda que la espera del chofer sea dentro del camión.

• Para el ingreso de mercadería a los depósitos se deberá previamente desinfectar con los productos recomendados a tal fin.

• Control de acceso de personal externo. Se aplicarán los mismos controles que al propio respecto al acceso y se limitará al estricto e imprescindible para mantenimiento de la

16

actividad. Los movimientos dentro del local del personal externo deberán estar limitados sólo a las áreas donde se requiera su presencia.

8. INDUMENTARIA. PROBADORES. MANEJO DE PRENDAS

PROBADORES:

•Está prohibido la utilización de los probadores.

•La empresa debe simplificar el proceso de devolución y cambios de prendas.

•Las prendas devueltas deberán ser desinfectadas previo a ser nuevamente exhibidas mediante cualquier método probado, como el uso de vapor caliente, ozono o luz ultravioleta.

•En caso de no ser desinfectadas por alguno de los métodos anteriores, las prendas deben ser retiradas de la venta y permanecer al menos 48 hs. antes de ser expuestas de nuevo al público.

9. MANIPULACIÓN DE RESIDUOS

- Identificar y señalizar lugares destinados a la disposición de residuos.
- Mantener la limpieza y desinfección de los depósitos de residuos.
- Cada vez que se realice, utilizar guantes (descartables preferiblemente) y en caso de ser factible asistencia mecánica que reduzca el contacto con los mismos.

10. VENTA ON-LINE

En los establecimientos en los que no se pueda respetar la distancia de seguridad, fomentar los medios de compra no presenciales con servicio de entrega a domicilio.

Difundir la opción de realización de venta on-line entre la clientela de grupos de riesgo.

11. CAPACITACIÓN Y CONCIENTIZACIÓN DEL PERSONAL

- Antes de reanudar las tareas difundir al personal el protocolo interno con todas las medidas de Higiene Y Seguridad adoptadas por la Empresa para evitar el contagio y propagación del CONVID 19.
- Poner cartelería y señalización sobre medidas de seguridad y recomendaciones de higiene.

• Colocar cartel provisto por la ART referente a tema Covid-19, según Resolución SRT N° 29/2020.

• Definir por sector una persona que sea referente con el objetivo de que se cumplan las normas básicas establecidas y que explique al personal la importancia de cumplirlas.

• Reforzar las medidas de higiene personal, en especial el lavado frecuente de manos.

• No tocarse el rostro, ojos, nariz o boca.

• De ser posible reemplazar el uso de lentes de contacto por anteojos (de no ser posible, antes de manipular los lentes higienizar bien las manos) y evitar el uso de maquillajes.

• No compartir vasos, vajilla y mate.

• Utilizar para desplazarse hacia el ámbito laboral desde el domicilio y viceversa, así como también en todo el Establecimiento protección naso bucal, tal como barbijo quirúrgico o similar, salvo en los sectores que por su naturaleza se requiera otro tipo de protección respiratoria debido a los contaminantes propios de la tarea.

12. ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

• Deben proporcionarse y utilizarse los adecuados al riesgo acorde con la actividad laboral o profesional. Para su selección consultar al Servicio de Seguridad e Higiene.

• Protección respiratoria: se proveerá barbijo, salvo en los sectores que por su naturaleza se requiera otro tipo de protección respiratoria debido a los contaminantes propios de la tarea.

• Guantes: Además de los que correspondan para el desarrollo de la tarea, para limpieza y desinfección de superficies, se deben utilizar guantes resistentes a la rotura.

• Protección ocular, facial y respiratoria, las que puesto de trabajo demande.

12. DECLARACION JURADA DE COMERCIOS.

Previa a la apertura del comercio, se deberá realizar con carácter de declaración jurada la manifestación del conocimiento de los protocolos y recomendaciones extras para la actividad comercial

IV MEDIDAS ADICIONALES A IMPLEMENTAR EN EL ÁMBITO DE TRABAJO:

1. Requisitos mínimos art. 3 Resolución MTPBA Nº 135/2020.

a. Distanciamiento interpersonal.

16

o Se deberá respetar un distanciamiento interpersonal de un metro y medio en todo el ámbito laboral, entre puestos de trabajo, baño/s, comedor/es, fila de ingreso, ascensores, etc.

o En caso de que las tareas realizadas no permitan guardar la distancia recomendada, se implementarán barreras de contención entre cada puesto de trabajo.

b. Lavado de manos con agua y jabón.

o Se establecerán baños y/o lavatorios y/o estaciones de lavado en todas las aéreas comunes de trabajo, con agua, jabón y toallas de papel.

o Toda persona que ingrese al establecimiento, deberá realizar lavado de manos con agua y jabón frecuentemente, siguiendo los pasos indicados por la Organización Mundial de la Salud, conforme a la imagen Numero N° 1, agregada a la finalización del presente.

c. Provisión y utilización del alcohol en gel cuando se manipulen cosas a causa o en ocasión del trabajo.

o Para aquellos supuestos en que la tarea y/o actividad desempeñada no permita el lavado frecuente de manos, deberá realizarse limpieza en seco de las mismas con alcohol en gel y/o alcohol al 70% (siguiendo los pasos indicados por la Organización Mundial de la Salud conforme a la imagen Numero N° 2 agregada a la finalización del presente). Dichas soluciones serán proporcionadas por el empleador y estarán disponibles en las áreas comunes de trabajo para todas aquellas personas que se encuentren en las mismas.

o El empleador proporcionará a aquellas personas abocadas a la atención al público alcohol en gel de uso individual.

d. Ventilación de ambientes.

o Se realizará la ventilación de los ambientes cerrados, sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas con regularidad. De ser posible, se mantendrán todas las ventanas abiertas para la ventilación de los espacios; caso contrario, se procederá a ventilar periódicamente, con la mayor frecuencia posible.

o En ambientes con aire acondicionado se deberá mantener un eficiente funcionamiento del sistema de ventilación, para favorecer la renovación constante del aire.

e. Limpieza de superficies. Desinfección de los objetos y herramientas de trabajo de uso frecuente.

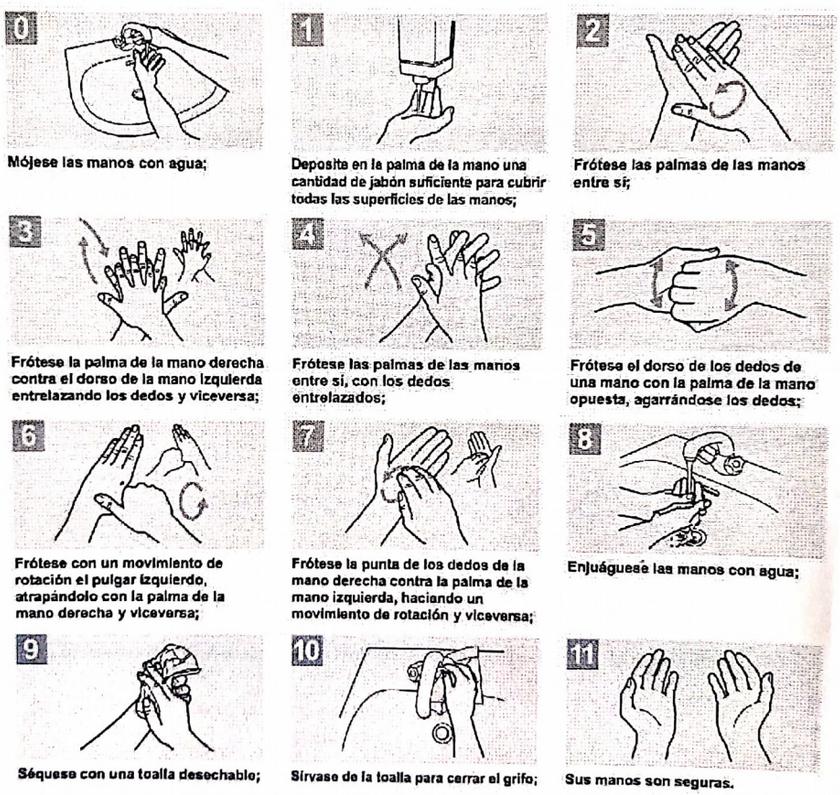
o Se realizará limpieza y desinfección cada 2 horas de las superficies de alto contacto.

o En el resto de las superficies y objetos se efectuará limpieza húmeda frecuente, de ser posible con la misma periodicidad que la indicada en el apartado anterior, utilizando rociador o toallitas con productos de limpieza tales como alcohol al 70%, lavandina, etc.

Farm. ALICIA VIVIANA BERNABEI
SECRETARIA DE SALUD
Municipalidad de Gral. Pueyrredon

PROCEDIMIENTO DEL LAVADO DE MANOS.

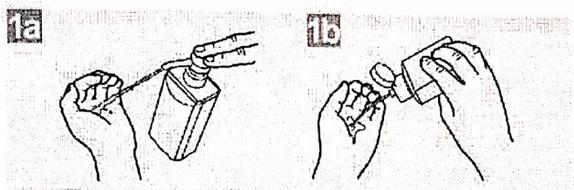
Información de la OMS – USANDO JABON (duración mínima 40 segundos)



Información de la OMS – USANDO ALCOHOL EN GEL (duración mínima 20 segundos)

16

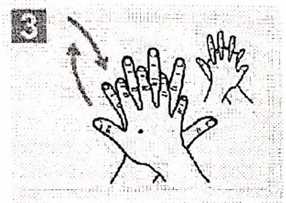
mgp | Municipalidad de General Pueyrredon
Tenemos todo



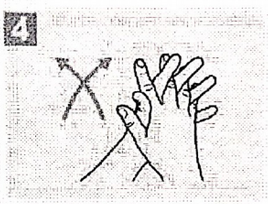
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



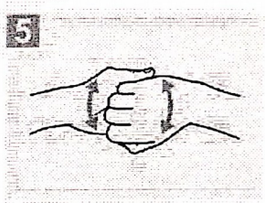
Frótese las palmas de las manos entre sí;



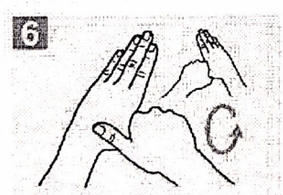
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



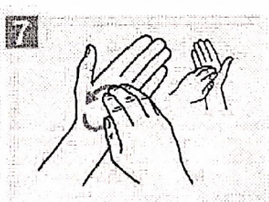
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



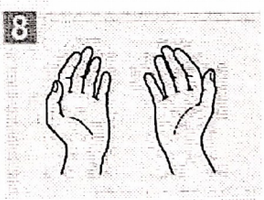
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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

16

ANEXO II

COLEGIO DE NUTRICIONISTAS
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

La Plata, 29 de Abril de 2020.
Última actualización: 6 de mayo de 2020.

RECOMENDACIONES DE ATENCIÓN EN CONSULTORIO PARA LICENCIADOS EN NUTRICION EN CONTEXTO COVID 19

Aclaración importante: las presentes recomendaciones son dinámicas y están sujetas a las disposiciones futuras que dicten el Ministerio de Salud de Nación y el Ministerio de Salud de pcia de Bs. As., conforme al desarrollo y evolución de la pandemia.

PROGRAMACIÓN DE TURNOS.

- Los turnos deberán otorgarse de manera telefónica o mediante cualquier otro medio tecnológico.
- Los mismos deben espaciarse, con un mínimo de 40 minutos entre pacientes, para evitar la aglomeración de los mismos en sala de espera.
- Se considera este tiempo contemplando aproximadamente 30 minutos de consulta y 10 minutos de desinfección entre pacientes.
- Los turnos programados se confirmarán con 24 horas de anticipación, siguiendo las recomendaciones que se detallan:
  a. Al momento de la confirmación, deberá realizarse un TRIAGE telefónico en donde se interrogará al paciente sobre la presencia de síntomas compatibles con COVID, según definición de caso consultando a https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso.
  b. En caso de presentar alguno de estos síntomas el turno deberá ser cancelado sin excepción, y el paciente informado sobre la existencia de la línea de atención ciudadana (148 Provincia de Buenos Aires-107 Mar del Plata)
  c. El paciente deberá asistir a la consulta solo. No se permitirán acompañantes en el establecimiento, excepto por motivos de fuerza mayor por ejemplo: niños o personas con movilidad reducida. En tales casos se autoriza un único acompañante.
  d. Se solicitará extrema puntualidad en la asistencia, y se recomendará, dentro de las posibilidades del paciente, evitar movilizarse en trasporte público.
  e. El paciente deberá mantener el distanciamiento social y utilizar cubrebocas casero y/o barbijo hasta llegar al consultorio y dentro de éste (Atendiendo al decreto provincial nº 450/20)

MOMENTO DE LA CONSULTA:

- El profesional y el personal administrativo, deberá en todo momento mantener un trato respetuoso con el paciente, pero evitando saludos de abrazo, y/o de mano, y/o beso y todo otro contacto innecesario.
- Al ingresar al consultorio el paciente deberá inmediatamente lavarse las manos con agua y jabón y/o con alcohol en gel (estos insumos deberán ser provistos por el profesional o el centro de salud). *Ver los gráficos expuestos al final de la presente guía.*
- Debido a la dificultad de mantener la distancia social paciente/profesional, por las dimensiones habituales de un consultorio, el paciente no debe retirarse en ningún momento el tapaboca. El profesional deberá asegurarse que el paciente se haya higienizado previamente las manos y que el barbijo lo tenga colocado de forma correcta.

CUIDADOS DEL PROFESIONAL:

- El profesional deberá asistir al consultorio con ropa de calle y cubrebocas casero o barbijo, evitando trasladarse en trasporte público y con la máxima puntualidad.
- Al ingresar al consultorio deberá higienizarse las manos correctamente, repitiendo dicha acción antes de comenzar con la atención de cada paciente. *Ver los gráficos expuestos al final de la presente guía.*
- Luego deberá proceder a cambiarse colocando un ambo limpio, o bien chaqueta y pantalón destinado específicamente a la jornada laboral.
- Luego del cambiado, deberá volver a higienizarse las manos, y colocarse un barbijo quirúrgico antes de recibir al primer paciente. El mismo deberá ser cambiado si la atención se prolonga más de 4 horas.
- El profesional no podrá asistir pacientes si presenta síntomas compatibles con COVID.

ESPACIO FÍSICO:

- Entre paciente y paciente deberán desinfectarse todas las superficies: escritorio, computadora, posnet, bolígrafo, teléfono, picaporte, instrumentos de medición, tales como: balanza, plicómetro, cintas, y cualquier otra superficie que pudiese haber estado en contacto con el paciente, el profesional o las secreciones de cualquiera de ellos. Se utilizará alcohol al 70% o una solución de hipoclorito sódico que contenga 1000 ppm de cloro activo (dilución 1:50 de lavandina con concentración 40-50 gr/litro preparada recientemente). Toda desinfección debe ser húmeda, no se recomienda usar escoba/escobillón.
- Se debe procurar la ventilación de ambientes cerrados mediante la apertura de puertas y ventanas a fin de permitir el recambio de aire con frecuencia. La ventilación de ambientes cerrados, sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas, debe hacerse con regularidad.
- El Lic. en Nutrición debe exigir la limpieza y desinfección de espacios comunes, sala de espera y baño de la institución, tarea que deberá ser realizada por personal de limpieza de cada centro de salud donde se encuentre ejerciendo su jornada laboral.

Farm. ALICIA VIVIANA BERNABEI
SECRETARIA DE SALUD
Municipalidad de Gral. Pueyrredon
Decreto nº 3261/19

COLEGIO DE NUTRICIONISTAS
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

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 40–60 segundos.



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 **Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;**

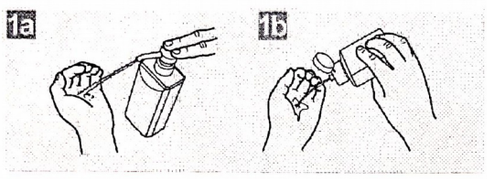
11 **Sus manos son seguras.**

Crédito: OMS

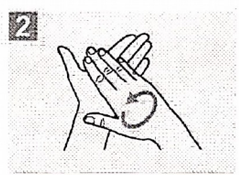
COLEGIO DE NUTRICIONISTAS
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

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

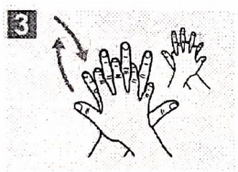
Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, la higiene de manos con soluciones a base de alcohol debe durar 20 – 30 segundos.



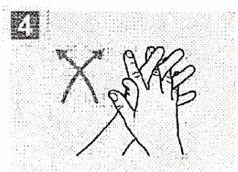
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



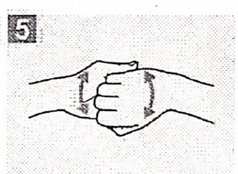
Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



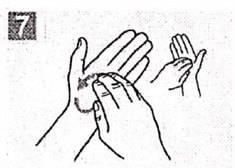
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



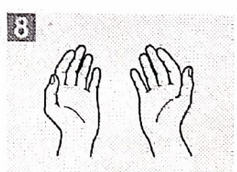
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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

Farm. ALICIA VIVIANA BERNABEI
SECRETARIA DE SALUD
Municipalidad de Gral. Pueyrredon
Decreto nº 3261/19

ANEXO III

[Escribir texto]

COLEGIO DE KINESIÓLOGOS
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

ACTUACIÓN FRENTE AL COVID-19.
RECOMENDACIONES GENERALES PARA LA PRACTICA KINESICA DE CONSULTORIO CON TURNO PREVIO.

1- OBJETIVOS

*Análisis de la actividad del consultorio de kinesiología y desarrollo del plan frente al coronavirus.

*Asegurar la atención kinésica del paciente que lo requiere, minimizando los riesgos de contagio ante la enfermedad.

*Evaluar cada profesional a los de grupos de riesgo (por edad, por enfermedades preexistentes, por posible contacto con lugares de riesgo o con personas que hayan viajado al exterior del país).

*Reforzar el programa de desinfección en todas las áreas de trabajo y en personal.

2- ALCANCES

Para todas las personas que trabajen directa o indirectamente (profesionales, empleados, personal de limpieza) en el área de kinesiología; y en todas las áreas de trabajo: consultorio, gabinete, baño y vestuario, equipos y utensilios, gimnasio, elementos del gimnasio y aéreas externas del consultorio.
Para toda persona que ingrese al área de kinesiología.

3- RESPONSABLES

Será responsable del cumplimiento del procedimiento del presente Protocolo el Director Técnico o el profesional de turno que se encuentre trabajando.
Aquellos profesionales responsables que se desempeñen a cargo de un director deberán firmar un compromiso AD HOC a este protocolo de atención.

4 - DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO

PARA EL PROFESIONAL

* La vestimenta del profesional será utilizada en el gabinete solo por un día (no será la misma que se utilice para circular en la calle), y cuando se retire deberá llevarla para el correspondiente lavado en su casa, en bolsa cerrada. No puede quedar en el ambiente de trabajo.

Diagonal 74 Nº 783 | Tel/Fax: (0221)424-3885 | 1900 La Plata, Buenos Aires, República Argentina.
info@cokiba.org.ar - www.cokiba.org.ar

COLEGIO DE KINESIÓLOGOS
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

* Si la Ropa entra en contacto con el paciente la misma deberá cambiarse antes del próximo paciente.

* Se estipula que solo se encontrará trabajando un profesional por turno; también se disminuirá la cantidad de pacientes por turno (hasta un máximo de 2, siempre y cuando los mismos se encuentren en ambientes separados).
Asimismo, se minimizará el tiempo de ejercitación en el establecimiento, y se suplirá con recomendaciones impresas o virtuales, para completar la ejercitación en su domicilio.

*Se abastecerá a los profesionales con barbijos, protección ocular y guantes en los sectores de trabajo. Por la práctica profesional que nos es propia se recomienda el lavado de manos con asiduidad por sobre el uso de guantes.
En caso de utilización de guantes, estos serán estrictamente de un solo uso y se descartarán.

*Se exigirá el lavado de manos o desinfección con alcoholen gel antes y después de atender a cada paciente.

*Se exhortará al profesional a que se controle la temperatura corporal al momento del ingreso y egreso del consultorio, quedando ésta registrada en una planilla. Previamente se higienizarán las manos con alcohol al 70%, y se higienizará también el termómetro entre tomas. De encontrar una temperatura por encima de los 38 grados, se llamará a la autoridad sanitaria correspondiente y se activará protocolo en caso sospechoso de Covid-19.

PARA LA INFRAESTRUCTURA

*Se colocará en la puerta de entrada del área de kinesiología un cartel que diga: "PACIENTES CON TOS, FIEBRE, DOLOR DE GARGANTA O ENFERMEDADES PREEXISTENTES NO SERAN ATENDIDOS"

*Al ingresar al consultorio habrá dos (2) trapos de piso, uno mojado con la dilución con agua lavandina (100cc en 10 litros de agua) y otro húmedo con la misma dilución de agua lavandina, debiendo pasar primero por el mojado y luego por el trapo húmedo para higiene de las suelas del calzado.
Otra alternativa sería esparcir con un rociador con lavandina en la misma proporción, las suelas de los calzados para su desinfección.

*Se extremará el orden y la limpieza, sobre todo en superficies con alto riesgo de favorecer la transmisión (picaportes, utensilios, camillas, mesadas), debiendo desinfectarse con alcohol al 70%.
Se contará con difusores de alcohol 70%-30% (70 alcohol – 30 agua) para dicha función.

Diagonal 74 Nº 783 | Tel/Fax: (0221)424-3885 | 1900 La Plata, Buenos Aires, República Argentina.
info@cokiba.org.ar - www.cokiba.org.ar

COLEGIO DE KINESIÓLOGOS
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

*Se instará a que los equipos de trabajo deban usarse solo por una persona y deben higienizarse antes y después de ser utilizados.

*Se ventilarán los ambientes con regularidad para asegurar el recambio de aire.

*Se fortalecerá el programa de desinfección de pisos, camillas, mesadas, elementos de rehabilitación, utensilios, elementos de gimnasio y equipos de gabinetes con lavados generalizados cada dos horas con agua lavandina en una dosis de dilución de 1/10.

*Se desinfectarán las cortinas (las mismas no podrán ser de tela) de los boxes con difusor que contengan alcohol al 70%, entre las sesiones. Recordar que el efecto desinfectante es luego de los dos (2) minutos de la aplicación realizada.

*Se agregarán dispenser de alcohol en gel y difusores de solución de alcohol al 70%, reforzando los ya existentes.

*Se prescindirá de utilizar cubre camillas sobre las camillas para facilitar la higienización de las mismas con soluciones de alcohol al 70 %, antes de cada sesión. La desinfección de las camillas será realizada con pulverizador en forma directa sobre la cuerina.

PARA EL PACIENTE

*Se mantendrá en la sala de espera una distancia de seguridad de 2 metros entre los pacientes, de acuerdo a las recomendaciones emanadas por el ministerio de Salud de la Nación.

*Se solicitará al paciente el lavado de manos o aplicación de alcohol en gel tanto al ingreso como al egreso de la sesión. El mismo será provisto en el consultorio.

*Se dispondrá que el paciente permanezca sin acompañante en su sesión, exceptuando que sea un paciente con discapacidad y así lo requiera, o si es menor de edad.

*Se exigirá que el paciente concurra con una toalla personal para ser utilizada en su sesión sólo por él, como así también de su propio barbijo.
Asimismo, se sugiere que asista con su propio kit de protección e higiene personal (alcohol en gel, pañuelo descartable).

Diagonal 74 Nº 783 | Tel/Fax: (0221)424-3885 | 1900 La Plata, Buenos Aires, República Argentina.
info@cokiba.org.ar - www.cokiba.org.ar

COLEGIO DE KINESIÓLOGOS
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

*Si el paciente que concurre al consultorio presenta algún síntoma que caracterizan el coronavirus (fiebre, tos, dolor de garganta), se activará el protocolo de seguridad llamando a la autoridad competente. (Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires – Línea 107)

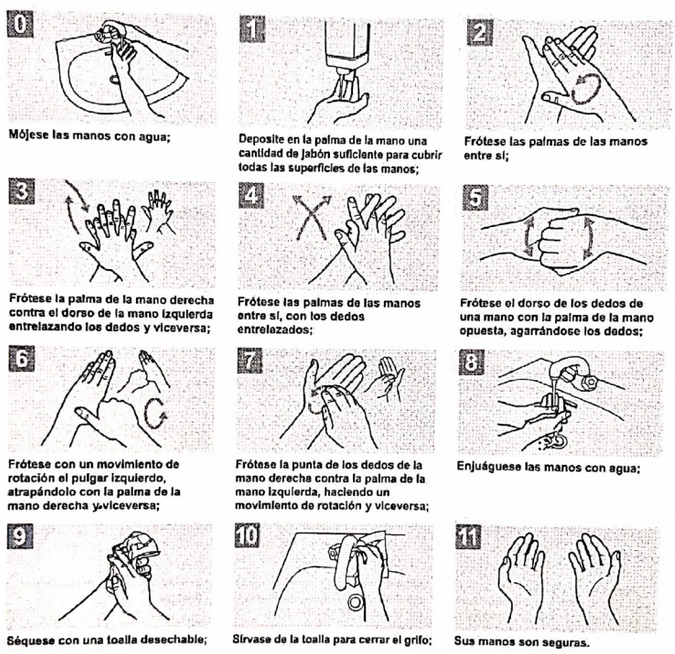
Lic. Kgla. y Fisiatra CORTA ESTEBAN JUAN FELIPE
Presidente
Colegio de Kinesiólogos Pcia. Bs. As.

Farm. ALICIA VIVIANA BERNABEI
SECRETARIA DE SALUD
Municipalidad de Gral. Pueyrredon
Decreto nº 3261/19

Diagonal 74 Nº 763 | Tel/Fax: (0221)424-3885 | 1900 La Plata, Buenos Aires, República Argentina.
info@cokiba.org.ar - www.cokiba.org.ar

COLEGIO DE KINESIÓLOGOS
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

Grafico Higiene de manos con jabón



Crédito: OMS

Diagonal 74 Nº 783 | Tel/Fax: (0221)424-3885 | 1900 La Plata, Buenos Aires, República Argentina.
Info@cokiba.org.ar - www.cokiba.org.ar

COLEGIO DE KINESIÓLOGOS
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

Grafico higiene de manos con alcohol



Crédito: OMS

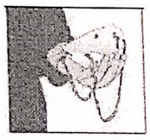
Diagonal 74 Nº 783 | Tel/Fax: (0221)424-3885 | 1900 La Plata, Buenos Aires, República Argentina.
info@cokiba.org.ar - www.cokiba.org.ar

COLEGIO DE KINESIÓLOGOS
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

Como colocarse el barbijo o tapaboca



1. Retire el protector del envase.



2. Coloque la máscara sobre la palma de la mano con los elásticos libres. No tocar el interior del mismo.



3. Coloque la máscara sobre su cara con la pieza nasal sobre su nariz. Pase el elástico superior sobre su cabeza.



4. Pase el elástico inferior y colóquelo debajo de la oreja y sobre el cuello.



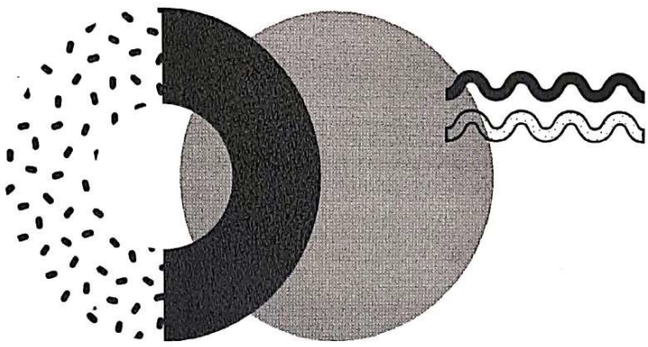
5. Ajuste los costados de la nariz utilizando los dedos.



6. Ajuste correctamente la máscara.

Diagonal 74 Nº 783 | Tel/Fax: (0221)424-3885 | 1900 La Plata, Buenos Aires, República Argentina.
info@cokiba.org.ar - www.cokiba.org.ar

ANEXO IV



RECOMENDACIONES PARA LA ATENCIÓN PROGRAMADA DE TERAPIA OCUPACIONAL

Documento elaborado por las Asociaciones de TERAPIA OCUPACIONAL de la **Provincia de Buenos Aires.**

ATOPBA ASOCIACION TERAPISTAS OCUPACIONALES Prov. de BUENOS AIRES

AMTO ASOCIACIÓN MARPLATENSE DE TERAPISTAS OCUPACIONALES

abato Asociación Bahiense de Terapistas Ocupacionales

INTRODUCCIÓN

El contexto actual de la pandemia del COVID-19 exige una adecuación como profesionales de la TERAPIA OCUPACIONAL, planteando nuevas dinámicas de funcionamiento, en todos los sectores en los que se inserta la disciplina.

Este documento pretende definir lineamientos y recomendaciones generales, para garantizar la prevención y minimizar el riesgo de contagio, en aquellos casos en donde se autorice la continuidad de la atención ambulatoria y domiciliaria programada en el contexto de la pandemia.

El Ministerio de Salud, así como algunas sociedades científicas, actualizan en forma permanente todas las recomendaciones en materia de atención en varias disciplinas, destacando siempre realizar ***solamente intervenciones en actividades y casos esenciales*** con el fin de evitar la propagación del virus, por lo cual, estas recomendaciones se encuentran en revisión continua.

Todas las consultas y procedimientos ambulatorios deberían limitarse a situaciones especiales e impostergables.

Las Asociaciones de la Provincia de Buenos Aires, elaboramos este documento básico, a fin de aclarar, reforzar y facilitar todas las medidas y recomendaciones necesarias al momento de llevar a cabo la atención ambulatoria o en domicilio, en aquellos distritos de la provincia, donde las autoridades sanitarias locales hayan establecido las excepciones del ASPO (aislamiento social preventivo y obligatorio) en actividades asistenciales.

En tiempos de la pandemia de COVID19, será un desafío para la Terapia Ocupacional como profesión de la salud, trabajar en colaboración con el Sistema Sanitario Argentino en la educación y prevención de este virus.

Se deberá monitorear la potencial deprivación ocupacional que esta situación puede acarrear en las poblaciones que se atienden y pensarse nuevos escenarios y prácticas, para poder seguir brindando de manera segura los servicios esenciales de la TO en pos de la autonomía e independencia de las personas.

ORGANIZACIÓN DEL PROCESO DE ATENCIÓN

ATENCIÓN AMBULATORIA

Gestión de Turnos

Gestionar el turno telefónicamente, por correo o por WhatsApp y enviar una constancia del turno al paciente

Informar, al momento de otorgar el turno, acerca de las recomendaciones a seguir para la consulta:
- Asistir con los elementos de seguridad: tapa boca y nariz, toalla de mano personal u otros elementos de uso personal que requiera para la sesión.
- Duración de la sesión
- Que deberá asistir solo a la consulta. Sólo en casos especiales podrá ingresar con acompañante.

Solicitar información sobre la presencia de algún síntoma compatible con el COVID-19 en el momento de la comunicación y detectar población de riesgo. (ver anexo 1)

En los casos que sea posible se evitará la manipulación de dinero ofreciendo al paciente el pago de las sesiones por débito o transferencia

Los turnos deberán organizarse de manera que luego de la atención de cada paciente se realice la limpieza y desinfección adecuada antes del ingreso del proximo paciente

La Sesión

Del Encuadre
- La consulta será individual
- Restringir las consultas presenciales a casos indispensables
- En las sesiones presenciales acortar al mínimo posible la interacción persona a persona.
- Se sugiere implementar dispositivos en forma remota cuando fuera posible para complementar la sesión a través de teleterapia (planes de actividades, ejercicios, videos, tutoriales por ejemplo, en el seguimiento de patologías crónicas y estables).

De las Normas de Bio-seguridad
- Mantener las superficies limpias y desinfectadas de acuerdo a la normativa (anexo2)
- Realizar una desinfección de superficies y elementos de uso habitual entre paciente y paciente. Escritorio, camillas, picaportes, etc.
- Se recomienda el rociado con alcohol al 70% en pulverizadores de mano
- Utilizar la mínima cantidad de elementos y materiales, teniendo en cuenta sólo los que sean lavables o descartables.

Sala de espera

De la comunicación

- Señalizar con cartelería: que no será atendido aquel paciente que presente algún síntoma como: tos, disnea, fiebre, dolor de garganta entre otros. (Consultar el siguiente link para actualizar cartelería https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso)
- Brindar recomendaciones visuales en todos los puntos de acceso a las instalaciones a modo de recordatorio de las medidas de prevención del virus y accionar frente a la presencia de síntomas.

Del distanciamiento social

- Diagramar la distribución del mobiliario a fin de que sea posible el distanciamiento físico (1,5 mts)
- Organización de los horarios con el resto de los profesionales que atienden en el mismo consultorio para poder respetar este distanciamiento y evitar la acumulación de personas.
- Evitar el ingreso de acompañantes a la sala de espera.

De las normas de bioseguridad

- Al ingreso a la sala de espera deberá haber 2 trapos de piso uno mojado con la dilución de agua con lavandina (100 cc de lavandina en 10 litros de agua) y el otro húmedo con la misma dilución de agua lavandina, debiendo pasar, primero por el mojado y luego por el trapo húmedo para higiene de las suelas de los zapatos de quienes ingresan.
- Otra opción puede ser tener preparado en un rociador solución con lavandina en igual proporción (100 cc de lavandina en 10 litros de agua) y esparcir en la suela de los zapatos. Es importante que dicha solución sea de preparación cercana a la utilización para asegurar el uso y efecto.
- Los pacientes de la sala de espera deberán cumplir con el uso obligatorio de tapa bocas y nariz..
- Asegurar la disponibilidad de agua y jabón o soluciones de alcohol gel, toallas descartables, y recipiente para desecharlos.
- Eliminar revistas, juguetes, floreros, cortinado y todo material en general que pueda contaminarse y que requiera un complejo sistema de limpieza y desinfección.
- Debera limpiarse y desinfectarse todas las superficies comunes entre paciente y paciente.

ATENCIÓN DOMICILIARIA

Gestión de Turnos

Gestionar los turnos telefónicamente, por correo o por WhatsApp

Es recomendable al momento de la comunicación solicitar información de la presencia de algún síntoma compatible con el COVID-19. Se deberá ampliar el cuestionario al resto de las personas que conviven con el paciente.

Informar al momento de otorgar el turno acerca de las recomendaciones a seguir para la asistencia al tratamiento domiciliario, el paciente y cuidadores deberán utilizar los elementos de seguridad: tapa boca y nariz.

Informar que al asistir al domicilio, tengan preparado para el ingreso del profesional dos trapos de piso, uno mojado con la dilución de agua con lavandina (100cc en 10 litros de agua) y el otro húmedo con la misma dilución de agua lavandina, debiendo pasar, primero por el mojado y luego por el trapo húmedo para higiene de las suelas de los zapatos.

Sesión Domiciliaria

Al ingresar al domicilio

Colocarse camisolín, barbijo y guantes descartables

Proceder a la higiene de las suelas de los zapatos del profesional

Asegurarse de la limpieza del lugar donde se llevará a cabo la sesión

Evitar el contacto con materiales que no se requieran para abordar el tratamiento

Luego de la manipulación de elementos, utensilios u objetos proceder a la limpieza e higiene de acuerdo a las pautas establecidas.

Retirarse el camisolín, los elemento de protección personal, y colocarlos en una bolsa.

Higienizarse las manos, con agua y jabón, antes de salir del domicilio.

Salir del Domicilio

PROTECCIÓN PERSONAL

Dado que la práctica de Terapia Ocupacional implica contacto directo con el paciente, generalmente con proximidad física y sostenida en el tiempo de la consulta, y esto aumenta significativamente el riesgo de contagio, es importante respetar las recomendaciones e indicaciones para la atención. Los elementos de protección personal (EPP) deben ser adecuados, atento a la actividad que se desarrolle. Se recomienda:

Para los profesionales

- Ante la aparición de síntomas en el paciente o profesional, deberán cumplir con el aislamiento y abstenerse éste último de prestar servicios.
- En cuanto a su arreglo personal se recomienda: uñas cortas, pelo recogido, evitar uso de anillos, pulseras, reloj y otros accesorios.
- La vestimenta del profesional deberá ser usada solo para la actividad de atención, no debiendo circular en la calle con la misma; una vez retirada deberá desecharse en bolsa y descartarlo de acuerdo a las normas de bioseguridad.
- Se usara camisolín en caso de ser necesario.
- Protección con máscara y barbijo quirúrgico; o tricapa; o antiparras de protección ocular y barbijo quirúrgico.
- Los guantes serán de un solo uso (látex o nitrilo) y deberán ser retirados y descartados de acuerdo a las normas de bioseguridad.
- Lavado de manos con jabón antes y después de cada acción.
- Evitar el uso de celular
- Todos los elementos de protección personal deben ser desechados en el domicilio donde se realizó la sesion.

Para los pacientes

- Uñas cortas, pelo recogido, evitar uso de anillos, pulseras, reloj y otros accesorios.
- Deberán usar los elementos de seguridad, tapa boca y nariz
- El lavado de manos será supervisado por el profesional, antes de ingresar al consultorio.

Para acompañantes

- Uso permanente del tapabocas y nariz
- Lavado de manos

Nota: Estas recomendaciones se deberán readecuar en relación a las modificaciones que el covid-19 lo exija. Se tomará como referencia los "Recomendaciones para la utilización de Equipos de Protección Personal (EPP) en trabajadores de salud. Ministerio de Salud. Provincia de Buenos Aires.

Farm. ALICIA VIVIANA BERNABEI
SECRETARIA DE SALUD
Municipalidad de Gral. Pueyrredon
Decreto nº 3261/19

ANEXOS

Anexo 1
Información del paciente

- ¿Ha tenido contacto reciente con algún paciente con COVID-19?
- ¿Ha tenido fiebre, tos, mialgias o algún síntoma compatible con COVID-19?
- Edad?
- Patología preexistente?

Se evitará en lo posible la atención a personas que conformen población de riesgo para COVID-19 (mayores de 60 años, embarazadas, patología preexistente, inmunodeficiencias)

Anexo 2
Medidas de limpieza y desinfección general

- **Ambiente**

Se recomienda la ventilación frecuente del lugar y si es posible evitar el uso de aire acondicionado, en caso de tener que usarlo, cada 40 minutos de uso, se debe abrir la puerta 20 minutos.

- **Piso**

Cada 60 a 90 minutos se limpiará el piso con 10 a 20 ml de lavandina en un litro de agua, dependiendo de la circulación de personas.
Es recomendable que entre paciente y paciente se higienice el piso con la solución mencionada.

- **Muebles e instrumentos**

Las superficies en contacto con el paciente, deberán limpiarse con las soluciones de desinfección recomendadas para la desinfección de todas las superficies una vez que se termina la atención.

Anexo 3
Lavado de Manos



BIBLIOGRAFÍA

- Recomendaciones para los equipos de salud (https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/equipos-salud)
- Ministerio de salud de la Provincia de Buenos Aires
- Descargar material para difusion (https://portal-coronavirus.gba.gob.ar/es/material-para-difusion)
- www.sadi.org.ar/novedades/item/954-recomendaciones-inter-institucional-para-la-prevencion-de-covid-19-sadi-sati-adeci-ine
- https://www.aota.org/~/media/Corporate/Files/Practice/Health/COVID-19-Outpatient-Decision-Guide.pdf

CONTACTOS

abato
Asociación Bahiense de Terapistas Ocupacionales

abato94@gmail.com
ABATO Bahía Blanca
@abatobahiablanca
www.abato.com.ar

AMTO
ASOCIACIÓN MARPLATENSE DE TERAPISTAS OCUPACIONALES

amtopresidencia@gmail.com
AMTO Mar del Plata
@amtomardelplata
Falucho 3369. Mar del Plata

ATOPBA
ASOCIACION TERAPISTAS OCUPACIONALES Prov. de BUENOS AIRES
PERSONERIA JURIDICA Nº 3268

atopba@yahoo.com.ar
ATOPBA La Plata
@atopbaok
Calle 68 n°281 La Plata

ANEXO V

PROTOCOLO PARA LA ATENCIÓN PSICOLÓGICA EN CONSULTORIO

Recomendaciones para la atención psicológica presencial en consultorios[1][2] [3][4] [5][6][7][8][9][10][11]

Están fundadas en las normas nacionales y provinciales y buscan prevenir la transmisión de todas las infecciones respiratorias, incluyendo las infecciones producidas por coronavirus como el COVID-19.Estas infecciones se transmiten por gotas de saliva al hablar, toser y estornudar; y pueden contaminar superficies y objetos en un área de circunferencia de aproximadamente un metro.

Pautas generales para la atención presencial en consultorio:

1.Turnos preprogramados por vía telefónica y/o correo electrónico, para la atención presencial, previendo tiempo entreturnos para evitar el aglomeramiento de personas.

2.Proseguir con la modalidad de teleasistencia, en tanto y en cuanto se acuerde el consentimiento del paciente.

3. Indagar previamente a la atención, el estado de salud del paciente sobre la presencia de síntomas respiratorios u otros síntomas compatibles con COVID-19. **(*) Presentacion DDJJ Ver Anexo 2**

4. Mantener un registro de todas las personas que concurren al consultorio.

5. El/la profesional deberá emitir la prescripción de la próxima consulta, especificando día, hora y domicilio del consultorio, con firma y sello del profesional (para la primera constancia, se sugiere enviarla al paciente por email u otro medio digital).

6. Las personas en contacto con el/la profesional será el estrictamente necesario, teniendo en cuenta situaciones particulares (atención de niño/as, adulto/as mayores y/o personas con discapacidad).

7. Lo/as profesionales que deban circular por la vía pública en el marco de su labor profesional deberán adjuntar al permiso de circulación autogestionable, la credencial y/o constancia de su Matrícula Provincial, que los acredita como profesionales de la salud.

8. Implementación de las medidas de bioseguridad establecidas para la protección de los profesionales de la salud y de la población en su conjunto, evitando la propagación del Coronavirus:

- Distanciamiento social: es fundamental. Se considera por lo menos una distancia de 1,5 metros entre personas para logar dismjnuir la transmisibilidad del virus.
- Mantener la higiene de las manos: limpiándolas regularmente con agua y jabón o con alcohol en gel, en particular luego de tocar superficies que pudiesen estar contaminadas con el virus.
- Barbijo social: por Decreto Provincial N°255/20, es de uso obligatorio para la circulación y permanencia en espacios fuera del domicilio particular, tanto para el profesional y como para el paciente.(*)

9. Higiene de ropa, calzado y accesorios utilizados en la jornada laboral al regreso al hogar.

1. Recomendaciones visuales

En todo momento es recomendable poner a disposición del público información sobre la adecuada higiene de manos y la apropiada higiene respiratoria o manejo de la tos ante la presencia de síntomas de una infección respiratoria.

Las recomendaciones visuales suelen ser de utilidad como recordatorios en todos los puntos de acceso a las instalaciones. Se sugiere su ubicación en lugares fácilmente visibles para pacientes.

Afiche de espacio público



2. Adecuada higiene de manos

Una adecuada higiene de manos puede realizarse a través de dos acciones sencillas que requieren de un correcto conocimiento de ambas técnicas:

Lavado de manos con agua y jabón

Higiene de manos con soluciones a base de alcohol (por ejemplo, alcohol en gel)

Es importante higienizarse las manos frecuentemente sobre todo:

Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, manipular dinero, llaves, etc.

Después de ir al baño.

2.1 Lavado de manos con agua y jabón

El lavado de manos requiere asegurar insumos básicos como jabón líquido o espuma en un dispensador, y toallas descartables.

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 40–60 segundos.

El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse siguiendo los pasos indicados en la ilustración:



Crédito: OMS

2.2 Higiene de manos con soluciones a base de alcohol

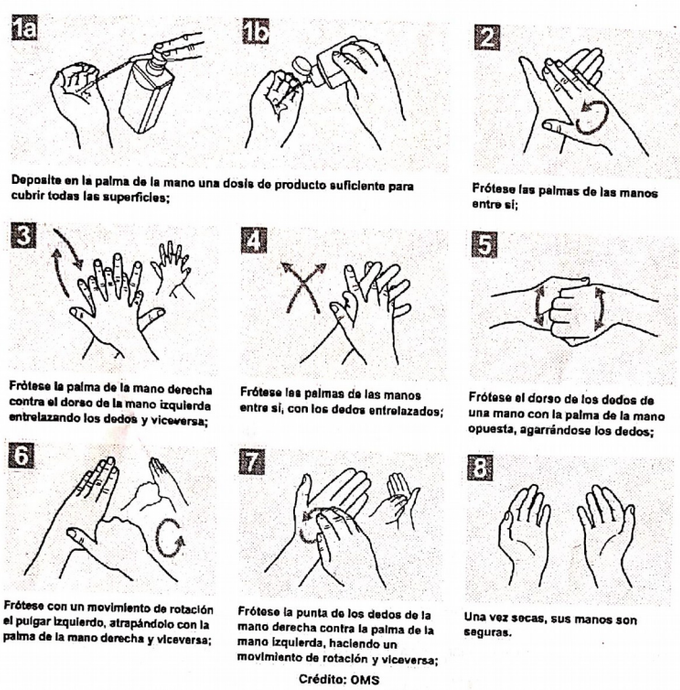
El frotado de manos con una solución a base de alcohol es un método práctico para la higiene de manos.

Es eficiente y se puede realizar en prácticamente cualquier lado.

Método adecuado para el uso de soluciones a base de alcohol en gel.

Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, la higiene de manos con soluciones a base de alcohol debe durar 20 – 30 segundos.

La higiene de manos con soluciones a base de alcohol se debe realizar siguiendo los pasos indicados en la ilustración.



Crédito: OMS

3. 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.

Desecharlos pañuelos utilizados en un cesto de residuos.

Limpiar las manos después de toser o estornudar.

Los consultorios deben garantizar la disponibilidad de los materiales para facilitar el cumplimiento de una adecuada higiene respiratoria en áreas de espera:

Cestos para el desecho de los pañuelos usados que no requieran de manipulación para su uso: boca ancha, sin una tapa que obligue al contacto.

Sistemas dispensadores con soluciones desinfectantes para una adecuada higiene de manos.

El lavado de manos es una opción igual de efectiva, pero debe garantizarse que los suministros necesarios estén siempre disponibles.

También se sugiere la colocación de material gráfico que demuestre como debe realizarse la higiene de manos adecuada.

4. Desinfección de superficies y ventilación de ambientes

La contaminación de superficies y objetos es una de las vías más frecuentes de transmisión de las infecciones respiratorias. Se recuerda que diversas superficies deben ser desinfectadas regularmente para minimizar el riesgo de transmisión por contacto: mostradores, barandas, picaportes, puertas, etc.)

Retirar materiales plausibles de contaminación (juguetes, libros, eliminar mobiliario innecesario)

Higiene de elementos de trabajo: (antes y después de la atención de cada paciente) higienizar espacios de circulación, puertas y manijas, superficies planas, celulares, teclados, pantallas.

La desinfección debe realizarse diariamente y esta frecuencia, depende del tránsito y de la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes.

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.

Para al desinfección de superficies se utilizarán soluciones a base de alcohol que son el estándar internacional recomendado por alta eficiencia demostrada. Se puede preparar en estado líquido en dilución al 70% (7 partes de alcohol etílico 96° en 3 partes de agua) para aplicar mediante un vaporizador.

4.1 - 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.

4.2 - Desinfección de las superficies

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

Con esta solución pueden desinfectarse las superficies que estén visiblemente limpias o luego de su limpieza. Esta solución produce rápida inactivación de los virus y otros microorganismos

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):Colocar 10ml (2 cucharadas) de lavandina de uso doméstico en 1 litro de agua a temperatura ambiente. De utilizar una lavandina comercial con concentración de 25 g/l, se debe colocar el doble volumen de lavandina para lograr una correcta desinfección.

Sumergir el trapeador o paño en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a desinfectar.

Dejar secar la superficie.

El personal de limpieza debe utilizar equipo de protección individual adecuado para limpieza y desinfección.

4.3 - Ventilación de ambientes

La ventilación de ambientes cerrados, sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas debe hacerse con regularidad para permitir el recambio de aire.

En otras circunstancias y lugares se recomienda que se asegure el recambio de aire mediante la abertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.

5. Trazar un plan: el valor de estar mejor preparados

A fin de colaborar desde cada consultorio con las acciones preventivas dispuestas por el Estado Nacional, es importante poder definir en cada ámbito una propuesta que contemple las siguientes acciones:

Identificar a las personas que puedan estar en riesgo y brindarles apoyo, sin fomentar la estigmatización ni la discriminación. Principalmente personas que padezcan afecciones como diabetes, cardiopatías o enfermedades pulmonares) o sean de edad avanzada, factores que las pueden hacer más vulnerables a cuadros graves de la enfermedad.

Informar a los profesionales y pacientes acerca del plan y la importancia de no acudir al trabajo aunque solo presenten síntomas leves.

Prever medidas a adoptar en el establecimiento para aislar a una persona que manifieste síntomas de COVID-19 en una sala o zona donde no tenga contacto con otras personas, hasta comunicarse con las autoridades locales de salud pertinentes.

Contemplar las consecuencias sociales y de salud mental que podría generar un caso de COVID-19 en el lugar de trabajo o en la comunidad, y ofrecer información y apoyo al respecto.

(1):https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico

(2): https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/cuidarnos

(3): https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/telefonos

(4):**Teléfono provincia de Buenos Aires:Llamá al 148**

(5):Ministerio de Salud de la Nación:

- ✔ Salud Responde: 0800-222-1002-
- ✔ Llamá al **120**, es **gratuito** desde cualquier lugar del país y te atienden **las 24 horas.**
- ✔ Whatsapp: Escribí Hola al número **+54 9 11 2256-0566** ycomenzáa chatear.

(6):https://normas.gba.gob.ar/ar-b/decreto/2020/255/211990
(7):https://normas.gba.gob.ar/ar-b/resolucion/2020/135/211720
(8):https://www.argentina.gob.ar/aplicaciones/coronavirus
(9):http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=335423
(10):http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=335741
(11):https://www.gba.gob.ar/sites/default/files/comuni/archivos/Decreto%20Emergencia%20Sanitaria.pdf

ANEXO II

Farm. ALICIA VIVIANA GERINGBEI
SECRETARIA DE SALUD
Municipalidad de Gral. Pueyrredon
Decreto Nº 3261/19

DECLARACIÓN JURADA PACIENTE ATENCIÓN AMBULATORIA

PACIENTE (Nombre y Apellido) .....

DNI: .....

1. ¿Posee ACTUALMENTE algunos de los siguientes SINTOMAS?

a. Fiebre Sí ..... No .....

b. Tos Sí ..... No .....

c. Secreción nasal Sí ..... No .....

d. Expectoración Sí ..... No .....

e. Disnea (falta de aire) Sí ..... No .....

f. Dolores musculares Sí ..... No .....

g. Diarrea Sí ..... No .....

h. Anosmia / Disgeusia (falta de olfato y gusto) Sí ..... No .....

2. ¿Tiene o ha tenido fiebre en los últimos 14 días? Sí ..... No .....

3. ¿Tiene o ha tenido tos, dolor de garganta o dificultad respiratoria en los últimos 14 días? Sí ..... No .....

4. ¿Estuvo fuera de la ciudad en los últimos 14 días? Sí ..... No ..... *¿Dónde? _____

5. ¿Ha estado en aislamiento preventivo domiciliario (cuarentena) por sospecha de Covid-19? Sí ..... No .....

Si respondió afirmativamente a la pregunta anterior:

a. ¿Cuál fue el motivo de la cuarentena?

Ha vuelto de un viaje al exterior Sí ..... No .....

Tuvo contacto con algún viajero o persona contagiada Sí ..... No .....

b. ¿Cuántos días declara que estuvo en cuarentena? _____ *Fecha de inicio: _____

Fecha de finalización: _____

c. ¿Tuvo contacto con alguna persona estando en cuarentena? Sí... No... *¿Con quién? _____ *¿Por qué motivo? _____

Es muy importante que si Ud. responde afirmativamente a alguno/s de los ítems aquí plasmados se comunique con el profesional antes de asistir a la consulta.

FIRMA ACLARACIÓN FECHA _____/_____/_____.