

Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo, en el marco de la EMERGENCIA PANDEMIA COVID-19

1. OBJETO

Prevenir cualquier tipo de contagio de los pacientes y del personal de Alfamédica, ante la enfermedad del coronavirus.

2. ALCANCE

Todas las personas que ingresan a nuestras instalaciones y al personal de la empresa, especialmente los encargados de la atención al público y profesionales.

3. DOCUMENTOS RELACIONADOS

PG 07: Procedimiento Realización del Servicio

Decretos del Poder Ejecutivo Nacional relacionados con la contingencia por COVID 19

Resolución N° 568/2020 y N° 627/2020 Ministerio de Salud de la Nación

Recomendaciones "SARS-Cov-2 Recomendaciones y medidas de prevención en ámbitos laborales" Anexo II aprobadas por Res. 29/2020 SRT

Folleto de Recomendaciones para la prevención de infecciones respiratorias en instituciones con atención al público emitido por el Ministerio de Salud (Versión 26/02/2020)

4. PROCEDIMIENTO DURANTE EL TRASLADO DESDE Y HACIA EL TRABAJO

- 4.1. Evitar en todo momento tocar objetos o superficies, salvo los que sean de agarre para evitar caídas. Evitar en todo momento tocarse la cara con las manos.
- 4.2. Desinfectar las manos con alcohol diluido líquido (7 partes de alcohol, 3 partes de agua), alcohol en gel o antibacterial todas las veces que se haya tocado cualquier superficie.
- 4.3. Respetar la distancia entre personas de por lo menos 2 metros.
- 4.4. Al estornudar o toser **no taparse la boca con la mano**, de ser posible contar con pañuelos descartables que luego serán desechados perfectamente en bolsa de plástico cerrada antes de descartarlo. Si no se cuenta con pañuelos descartables, **toser o estornudar en el ángulo del codo**.
- 4.5. Al llegar al trabajo **lavarse perfectamente las manos** con la técnica indicada en el punto 10.



- 4.6. Utilizar barbijos y guantes de acuerdo a las instrucciones dadas por las autoridades sanitarias nacionales, provinciales y municipales. Utilizar barbijo en forma obligatoria si tiene algún síntoma: tos, fiebre, estornudos, dificultad para respirar, y en el caso de tener que trasladarse a algún centro de salud.

5. PROCEDIMIENTO PARA LOS PACIENTES QUE INGRESAN A ALFAMEDICA Y PARA LAS INSTALACIONES

- 5.1. Mantener un área de restricción de paso frente a las recepciones para evitar el acercamiento definido según protocolo oficial (adjunto).
- 5.2. Realizar cuestionario de ingreso al edificio según "F00-01 Rev. 00". En caso de respuesta positiva a cualquiera de las preguntas, prohibir el ingreso a las instalaciones de ALFAMEDICA, y recomendar el contacto para asistencia a la línea 107.
- 5.3. Proporcionarle al paciente el lavado de manos con agua y jabón o alcohol en gel al ingresar al establecimiento.
- 5.4. A su ingreso se tomará la temperatura con termómetro digital láser. Si tuviera 37.5 grados y asintomático o asintomático no se permitirá su ingreso y se lo derivará a consultar con su obra social, prepago o bien en el UFU del Htal Muñiz. En el caso de tener 38 o más grados, será separado del resto y de inmediato se activará el protocolo llamando al SAME. 107 para que arbitre las respuestas del caso.
- 5.5. Evitar todo tipo de contacto físico con el paciente, incluso al saludar.
- 5.6. Utilizar sillas en sala de espera de forma alternada (se bloquea silla por medio para distanciamiento). No se permite más del 50% de utilización de la capacidad de cada piso.
- 5.7. Evitar aglomeraciones de personas en todas las zonas de la clínica.
- 5.8. Se le requiere a los pacientes permanecer sentados hasta ser llamados para su atención
- 5.9. No se permite el ingreso al Centro con acompañantes ni niños.
- 5.10. Utilizar acrílicos de protección en todas las recepciones y consultorios, para minimizar las posibilidades de contagio durante las interacciones entre pacientes y colaboradores.
- 5.11. Disponer de alcohol en gel en cada sala de espera y consultorio.
- 5.12. Respetar el orden de llegada para la atención de pacientes y otorgar turnos para empresas clientes que lo soliciten entre las 10.00 y las 11.30 horas que tienen menor demanda en la atención.
- 5.13. Efectuar la atención en consultorio tomando en cuenta medidas de seguridad de protocolo oficial.



6. PROCEDIMIENTO PARA EL PERSONAL DE ALFAMEDICA Y MEDICOS

- 6.1. Utilización permanente de elementos de protección adecuados de acuerdo con el puesto de trabajo: los mismos son, barbijos, mascara facial, guantes descartables y todo tipo de insumo que necesiten para la protección tanto del personal como de los pacientes que van a ser atendidos.
- 6.2. Lavarse las manos en forma permanente y seguir las indicaciones del protocolo oficial (adjunto). Especial hincapié en este punto especialmente:
 - 6.2.1. Antes y después de manipular basura o desperdicios.
 - 6.2.2. Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
 - 6.2.3. Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
 - 6.2.4. Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
 - 6.2.5. Después de ir al baño
- 6.3. El personal de atención al paciente, evitar todo tipo de contacto físico, incluso al saludar.
- 6.4. Mantenerse a más de un metro y medio de distancia de las personas.
- 6.5. En caso de toser o estornudar, debe cubrirse la boca y nariz con un pañuelo desechable y tirarlo en un contenedor de basura. En caso de no contar con pañuelo al momento de toser o estornudar, hacerlo sobre el pliegue del codo con el propósito de no contaminar las manos.
- 6.6. Evitar tocarse la cara con las manos (en especial ojos nariz y boca).
- 6.7. No compartir alimentos, bebidas, cubiertos, platos, vasos, teléfonos celulares ni objetos personales o de higiene personal.
- 6.8. Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos.
- 6.9. Recoger el cabello en los casos que sea posible.
- 6.10. Ventilación de ambientes: Sobre todo en ambientes de trabajo cerrados, debe asegurarse el recambio de aire.
- 6.11. Garantizar la limpieza y desinfección del espacio y muebles de trabajo periódicamente.
- 6.12. Si dentro de los 14 días previos visitó alguno de los países declarados por la OMS como país con circulación social del virus o estuvo con alguna persona que lo visitó, debe aislarse en su domicilio por el plazo de 14 días desde su ingreso al país, de forma obligatoria.



- 6.13. En caso de presentar síntomas (fiebre, tos, dolor de garganta, decaimiento general) llamar al 107 (C.A.B.A.) o 148 (Prov. Bs. As.), según corresponda, y no concurrir al lugar de trabajo. En caso de presentar síntomas y provenir o haber visitado alguno de los países mencionados, no asistir al lugar de trabajo durante 14 días y solicitar asistencia médica. Informar inmediatamente a su superior directo.
- 6.14. El personal o paciente con síntomas de coronavirus, no debe asistir a ningún centro de salud y mucho menos de medicina laboral, debe ser asistido por el personal sanitario preparado para la contingencia y que además puede efectuarle estudios y decidir su internación donde estime pertinente o su control en domicilio.

7. PROCEDIMIENTO PARA MEDICOS QUE REALIZAN VISITAS A DOMICILIO

- 7.1. Los médicos que realizan visitas a domicilio deberán tener en cuenta todos los ítems mencionados en punto 6 "PROCEDIMIENTO PARA EL PERSONAL DE ALFAMEDICA Y MEDICOS", y adicionalmente los mencionados a continuación.
- 7.2. Desinfectarse las manos antes y después de ingresar a cada domicilio.
- 7.3. Hacer las preguntas de protocolo al paciente para asegurarse de que no es un caso de riesgo antes de ingresar. En caso de que sí lo sea, informar procedimiento oficial a seguir por parte del paciente.
- 7.4. Mantener el uso de los EPP correspondientes en todo momento. Procurar mantener la distancia mínima necesaria mientras sea posible, y en caso de tener que acercarse para llevar a cabo la revisión hacerlo siempre tomando las medidas de precaución aconsejadas por protocolo oficial.
- 7.5. Movilizarse siempre con la documentación que les permite circular durante la cuarentena.

8. USO DE GUANTES DESCARTABLES

- 8.1. Antes de utilizarlos lavarse las manos con la técnica indicada en el punto 10.
- 8.2. Durante su uso no tocarse la cara en ningún momento. Mientras se utilicen los guantes deben ser desinfectados con alcohol en gel frecuentemente.
- 8.3. Una vez finalizado el turno de trabajo proceder a retirarlos de la siguiente manera: pellizcar ligeramente la parte inferior del guante, traccionar hacia el exterior, retirar sin tocar el interior del guante, recogerlo con la parte protegida, introducir dos dedos en el interior del guante que aun esta puesto, retirarlo, darle la vuelta tocando solo la parte interna.



- 8.4. Luego de su uso los guantes deben ser descartados inmediatamente.
- 8.5. Lavarse las manos nuevamente con agua y jabón por un mínimo de 30 segundos o solución hidroalcohólica (7 partes de alcohol, 3 partes de agua).

9. USO DE BARBIJOS

- 9.1. No deben tocarse la cara durante su uso sin antes lavarse las manos. Es eficaz su uso si se combina con el lavado frecuente de manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica (7 partes de alcohol, 3 partes de agua).
- 9.2. Colocación del barbijo:
 - 9.2.1. Lavarse manos durante 20-30 segundos según la técnica indicada en el punto 10. Secarse sin que queden partes húmedas antes de colocarse o sacarse el barbijo. Revise si el respirador está en buenas condiciones. Si el mismo parece estar dañado no lo utilice y reemplácelo con uno nuevo. Evite que haya vello facial, hebras de cabello, joyas, lentes, prendas de vestir o cualquier otra cosa entre el barbijo y su cara o que esté previniendo la colocación adecuada del respirador.
 - 9.2.2. Para colocarse el barbijo coloque en la palma de su mano con la parte que se coloca sobre la nariz tocando los dedos.
 - 9.2.3. Agarre el barbijo en la palma de la mano (con la mano ahuecada), dejando que las bandas caigan sobre la mano. Sostenga el barbijo debajo de la barbilla con la parte que se coloca sobre la nariz mirando hacia arriba.
 - 9.2.4. La banda superior (en barbijos de banda única o doble banda) se coloca sobre la cabeza, descansando en el área superior de la parte de atrás de la cabeza. La banda inferior se coloca alrededor del cuello y debajo de las orejas. No cruce las bandas una sobre la otra.
 - 9.2.5. Coloque la punta de los dedos de ambas manos en la parte superior del gancho de metal que cubre la nariz (si tiene gancho). Deslice hacia abajo la punta de los dedos por ambos.
 - 9.2.6. Coloque ambas manos sobre el barbijo y aspire un poco de aire para revisar si el mismo se ajusta totalmente a su cara.
 - 9.2.7. Para quitarse el barbijo no toque la parte de adelante del mismo. Quítese el barbijo tirando la banda inferior sobre la parte de atrás de la cabeza sin tocar el respirador y haciendo lo mismo con la banda superior.
 - 9.2.8. El tiempo de uso del barbijo está de acuerdo al tipo de que se trate. Consultar con las especificaciones técnicas respectivas.

10. LAVADO DE MANOS

- 10.1. El lavado de manos se realiza con agua y jabón durante 40-60 segundos de manera frecuente de acuerdo al instructivo de abajo. De no disponer de esta posibilidad utilizar alcohol en gel o solución hidroalcohólica al 70 % (7 partes de alcohol, 3 partes de agua).



10.2. Ver figura:



11. RECOMENDACIONES PARA EL HOGAR

11.1. Tener a mano en la puerta de ingreso un trapo rociado con solución de agua y lavandina para limpiar las suelas o quitarse los zapatos antes de entrar. En lo posible, antes de ingresar al hogar es conveniente además quitarse la ropa y colocarla en una bolsa para luego lavar. Si no es posible, lavarse perfectamente las manos con agua y jabón antes y después de quitarse las prendas dentro de la casa y colocar la ropa en bolsa para luego lavar.

11.2. Limpiar todas las superficies que habitualmente tocamos, picaportes, barandas, teclas de luz, control remoto, etc. con la solución de lavandina o solución hidroalcohólica (7 partes de alcohol, 3 partes de agua), teniendo en cuenta que debe permanecer con esta solución por lo menos 5 minutos. Las superficies que se lavan con la solución de agua lavandina no se deben enjuagar.

11.3. La recomendación general es lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón según la técnica indicada en el punto 10.



12. PROCEDIMIENTO PARA RECURSOS HUMANOS ANTE CONTINGENCIAS POR CORONAVIRUS

- 12.1. Ante la solicitud de médico por parte de un empleado se les debe consultar el motivo.
- 12.2. En el caso que tenga 38° o más de fiebre, tos seca, dolor de garganta, mocos, se les debe indicar que llamen al 107 (C.A.B.A.) o 148 (Prov. Bs. As.), según corresponda, para que el equipo sanitario oficial lo revise y evalúe la necesidad o no de internación y proceda según protocolo.
- 12.3. En el caso que sea cualquier otra patología se les podrá remitir el médico.

