

# PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN EN TEMA DE LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO DEL HOGAR PARA LA LA PREVENCIÓN DE CONTAGIOS POR CORONAVIRUS (COVID-19)

Es imprescindible **reforzar las medidas de higiene personal** en todos los ámbitos de nuestra vida, siguiendo estas recomendaciones. En particular, se destacan las siguientes medidas:

- **La higiene de manos** es la medida principal de prevención y control de la infección.
- **Etiqueta respiratoria:**
  - Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar, y desecharlo a un cubo de basura con tapa y pedal. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
  - Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
  - Practicar buenos hábitos de higiene respiratoria.
- **Mantener distanciamiento social de 2 metros.**

Se deberán limpiar diariamente las instalaciones comunes, así como específicamente vestuarios, aseos y comedor.

- **Los aseos** dispondrán en todo momento de los útiles necesarios para una correcta higiene personal.

## Las medidas higiénico-sanitarias que debe seguir el personal son:

- Evitar contactos físicos innecesarios.
- Siempre que sea posible mantener distancia de más de 2 metros de persona a persona.
- Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósito impermeable, al iniciar la actividad.
- Cuando existan lesiones que no se puedan cubrir, debe evitarse el contacto directo.
- El lavado de manos debe realizarse al comenzar y terminar el trabajo y después de realizar cualquier operación que pueda implicar el contacto con

material o superficies infecciosas. Dicho lavado debe realizarse con agua y jabón líquido.

- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca. Las manos lo tocan todo y los gérmenes pueden sobrevivir en las superficies durante un tiempo.
- No comer, beber ni fumar en un lugar distinto del destinado para ello.
- Se debe seguir el plan de limpieza habitual para las áreas comunes y, además, focalizarse de manera especial en las superficies de contacto (mesas, pasamanos, pomos de puertas, botoneras de maquinaria)
- Para desinfectar las superficies de contacto se deberá utilizar lejía o una solución de hipoclorito sódico que contenga 1000 ppm de cloro activo (dilución 1:50 de una lejía con concentración 40-50gr/litro preparada recientemente). El personal de limpieza utilizará para esta tarea guantes de protección y mascarilla de protección FFP2 y gafas protectoras.
- Utilizar ropa, y bolsas específicas, por ejemplo, identificadas/codificadas por código de colores para evitar la contaminación cruzada.

#### Otras medidas recomendadas:

- Llevar las uñas cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca y otros adornos.
- Recoger el cabello largo en una coleta o moño bajo.
- Evitar el uso de lentillas.
- Evitar el uso de maquillaje u otros productos cosméticos que puedan ser fuente de exposición prolongada en caso de resultar contaminados.

Al salir de la zona de trabajo, el trabajador deberá quitarse las prendas de trabajo y los equipos de protección individual, quedando totalmente prohibido llevarse a su domicilio cualquier prenda.