

# 1.FITXA

## KOVID-19 HIGIENE-JARRAIBIDEAK



Las microgotas que contienen el virus pueden depositarse en las superficies de los enseres y espacios habitados. Es posible la transmisión del COVID-19 desde estas superficies contaminadas dada la supervivencia que tiene en las mismas. El análisis de varios estudios revela que los coronavirus como el SARS y el MERS pueden sobrevivir en superficies de cristal, metal o plástico incluso por encima de 9 días (**a la temperatura de 30 0C -o más- se reduce la supervivencia**)

**La limpieza de los enseres domésticos y superficies con agentes biocidas los inactiva de forma eficaz y rápida.**

### 1 DESINFECTATZAILEAK

- Los desinfectantes de uso ambiental (se deja fuera los de ámbito clínico) son BIOCIDAS regulados a través del Reglamento nº. 528/2012, del Parlamento europeo y del Consejo, de 22 de mayo de 2012, relativo a la comercialización y el uso de los biocidas.
- Los que interesan para el objeto de este documento son los Tipo de producto 2 (TP 2): Desinfectantes y alguicidas no destinados a la aplicación directa a personas o animales.
- La forma en la que esté formulado el desinfectante condiciona su eficacia, por lo que es importante utilizar biocidas que hayan demostrado ser capaces de ejercer una acción viricida de amplio espectro.
- Sin detrimento de ello, uno de los desinfectantes que las autoridades sanitarias recomiendan, es la LEJÍA (muy efectiva en la inactivación de los coronavirus): con una concentración del 0,21% aplicada durante 30 segundos de tiempo se reduce la infectividad viral en más de 104.
- Son las soluciones de hipoclorito alcalino (lejías), tal y como se producen por la industria, incluyan o no los aditivos necesarios para su puesta en el mercado, siendo su contenido en cloro activo no inferior a 35 gramos por litro ni superior a 100 gramos por litro.
- Si cogemos la lejía con menos concentración de hipoclorito posible (35 g/L), una dilución de 1:50, proporcionaría una concentración de aproximadamente 0.07% (muy eficaz).

## 2

# DILUZIOA PRESTATZEA



- Coger 20 mL. de lejía de casa, se echa en botella de 1 L mejor una que haya contenido ya lejía), y llenar con agua de grifo (20 mL. son 4 cucharaditas pequeñas, o una grande + una pequeña)
- Cerrar la botella y agitar.
- Ya está la dilución de 1:50 en 1 L.
- Impregnar el trapo / bayeta en esta disolución para desinfectar superficies.
- Limpiar la bayeta con agua de grifo tras cada uso, y vuelta a empezar.

## 3

# ESKUAK GARBITZEKO JARRAIBIDEAK

- Los objetos de uso personal como gafas, móviles, se desinfectarán frecuentemente con solución hidro-alcohólica desinfectante. Se podría usar el alcohol que hay por casa (96 %). Para uso con efectos personales se debe rebajar al 70%:
- 1.- 70 mL. alcohol y subir hasta 100 mL. con agua. Agitar y usar.
- Es de suma importancia que exista una buena limpieza ANTES de proceder a la desinfección (superficies).

## 4

# AIREZTAPENA

El propósito de VENTILACIÓN DE LOS ESPACIOS CERRADOS, es mantener una buena calidad del aire interior, garantizando que ese aire es seguro de respirar. El hacinamiento y la falta de aportación de aire fresco, son factores que favorecen la transmisión del virus. Si se ventila por medios mecánicos, debe observarse buen mantenimiento y desinfección de los mismos.

# 2.FITXA

## KASUEN ETXEBIZITZAK ETA URBANIZAZIOETAKO EREMU KOMUNAK GARBITZEA ETA DESINFEKTATZEA



- Como norma general, para los cuidadores y contactos, mantener las pautas dictadas por las Autoridades Sanitarias y su médico.
- De vital importancia hacer una adecuada ventilación de la vivienda.

### 1

## HONDAKINAK ETXEAN MANEIJATZEA

- Lavar la ropa de cama, toallas, etc. de las personas enfermas con jabones o detergentes habituales, a 60-90 °C y dejar secar completamente. Esta ropa deberá colocarse en una bolsa con cierre hermético Hasta el momento de lavarla. Evitar sacudir la ropa antes de lavarla.
- El material desechable utilizado por la persona enferma y sus cuidadores (guantes, pañuelos, mascarillas), el EPI del personal sanitario (excepto gafas y mascarilla) y cualquier otro residuo del paciente, se eliminará en el cubo de basura dispuesto en la habitación, preferiblemente con tapa y pedal de apertura (accionamiento no manual).
- La bolsa de plástico debe tener cierre hermético y cerrarse antes de sacarse de la habitación.
- La bolsa con los residuos podrá eliminarse con el resto de los residuos domésticos (residuos urbanos) siempre que estén introducidos en una bolsa cerrada herméticamente.
- Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios reutilizables se lavarán con agua caliente y jabón, o preferiblemente en el lavavajillas (por la Tª).
- Tras el contacto con los residuos siempre se deberá realizar higiene de manos.



## 2

# GAINAZALEN DESINFEKZIOA

- Las superficies que se tocan con frecuencia (mesitas de noche, somieres, muebles del dormitorio, etc.), los pomos de las puertas, las superficies del baño y el inodoro, grifos, teclados, teléfonos, mandos a distancia, etc.,..., deberán ser limpiadas con material desechable y desinfectadas diariamente con un desinfectante doméstico que contenga lejía a una dilución 1:50 (explicado con anterioridad) preparado el mismo día que se va a utilizar.
- La persona encargada de la limpieza deberá protegerse con mascarilla y guantes.
- Tras realizar la limpieza se deberá proceder a una buena higiene de manos.

## 3

# URBANIZAZIOETAKO EREMU KOMUNAK GARBITZEA ETA DESINFEKATZEA

- Si en la urbanización se detecta un caso confirmado, el personal encargado debe incrementar la frecuencia de la limpieza y desinfección de las áreas más utilizadas por los residentes, como ascensores (caja, botones de llamadas, puertas), pomos de puertas, salas, etc.
- Los residuos que se recojan pueden ser tratados como residuos domésticos y no requieren ningún tratamiento especial. Las bolsas con estos residuos se cerrarán y depositarán en los cubos propios que disponen en cada urbanización.
- Colocación de carteles de prevención ante COVID-19, siempre en lugares visibles.



# 3. FITXA

## GARBIKETA ETA DESINFEKZIOA 3. ADINEKO EGOITZETAN ETA BESTE ZENTRO INSTITUZIONAL BATZUETAN



### 1

### LAN-KONTRATUKO LANGILEEN SARBIDEA

El acceso a las residencias debería estar restringido a las personas que trabajan en el mismo: servicios de mantenimiento, personal de cocina, cuidadores, personal de gestión, etc. Deben ir convenientemente protegidos, de tal forma que, a la entrada del centro, cada día deberán ponerse una bata, mascarilla, guantes y calzas para los zapatos, y lo mantendrán todo el tiempo que se encuentren en el centro. A la salida, serán depositados en un contenedor que será gestionado como residuo asimilable a urbano.

### 2

### BARNERATUEN ETA LAN EGITEN DUTEN LANGILEEN HIGIENE-JARRAIBIDEAK

Se reforzarán las pautas de conducta higiénica habitual, extremando la limpieza de las manos y la higiene respiratoria.

La limpieza y desinfección general de estos centros se realizará con una mayor frecuencia. La ventilación es muy importante.

Las zonas (habitaciones o salas de enfermería) destinadas a residentes que han sido sometidos a aislamientos de diferentes tipos como consecuencia de los procesos infecciosos que han padecido, se procederá del siguiente modo:

#### VENTILACIÓN

Se establecerán adecuadas pautas de ventilación que, además de mantener una buena calidad del aire, frena la capacidad de transmisión del virus.

#### LIMPIEZA Y RESIDUOS

Para que resulte efectiva la desinfección, debe extremarse la limpieza.

Los residuos sanitarios provenientes de la asistencia a usuarios con procesos infecciosos específicos (coronavirus) que han requerido medidas de aislamiento, se deberían clasificar como residuos biosanitarios infecciosos, como así establece las pautas de la Organización Mundial de la Salud.

Estos residuos exigen el cumplimiento de medidas de prevención en la manipulación, recogida, almacenamiento, transporte, tratamiento y eliminación, por representar riesgos para los trabajadores, para la salud pública o el medio ambiente.



# DESINFECCIÓN

- Las superficies que se tocan con frecuencia (mesitas de noche, somieres, muebles del dormitorio), los pomos de las puertas, las superficies del baño y el inodoro, grifos, teclados, teléfonos, mandos a distancia, etc., deberán ser limpiadas con material desechable y desinfectadas diariamente con un desinfectante doméstico que contenga lejía a una dilución 1:50 (2 partes de lejía por cada 98 de agua, o lo que es lo mismo, 20 mL. en 1L. de agua, o 10L. en medio litro de agua), preparado el mismo día que se va a usar.
- Los espacios comunes, como salas de estar, gimnasios, bibliotecas, lugares de culto, etc., además de la oportuna aireación diaria, serán desinfectadas siguiendo las pautas habituales ya establecidas, poniendo el énfasis en los puntos más utilizados: pomos de puertas, mesas, apoya brazos de sillones, etc. Se utilizará la misma dilución de lejía que antes.
- También será objeto de una especial consideración el comedor colectivo, platos, cubiertos, vasos, bandejas, etc. La limpieza del menaje se realizará en lavavajillas con los detergentes usuales (por la T<sup>a</sup>). Las mesas y sillas se desinfectarán utilizando bayetas desechables con un desinfectante doméstico que contenga lejía a una dilución 1:50 (lo mismo que antes).
- Se tendrá en cuenta aquellos paramentos verticales y horizontales que puedan ser susceptibles de contaminarse. Se utilizará la misma dilución de lejía.
- La persona encargada de la limpieza deberá protegerse con mascarilla y guantes.
- Tras realizar la limpieza, el personal encargado de la misma, deberá lavarse las manos.

## 3

## PUNTU KRITIKOAK

- Mandos a distancia (control remoto de TV, y otros tipos de electrodomésticos).
- Ascensores: usarlo solo si fuese necesario y compartido con muy pocas personas cada vez.
- Silletas de ruedas y muletas
- Dispensadores de agua fría
- Máquinas expendedoras de bebidas calientes, frías y alimentos
- Baños, cuñas, ...

# FICHA 4

## JENDEARENTZAT ZABALIK DAUDEN LEKUAK GARBITZEA ETA DESINFECTATZEA



### SUPERMERKATUAK

Los supermercados son centros estratégicos en los que se deben adoptar medidas preventivas, a la entrada y a la salida del mismo.

A la entrada, los clientes se deberían poner guantes de plástico. A la salida, depositarán en un contenedor el material usado.

En cuanto a limpieza y desinfección, se seguirán las pautas ya descritas en anteriores protocolos / fichas: limpieza exhaustiva con detergentes, y desinfección. Debe existir una adecuada limpieza antes de proceder a la desinfección.

### DESINFECTAR CON FRECUENCIA (LEJÍA O DESINFECTANTE ADECUADO):

- Las puertas de entrada.
- Los manillares de los carritos y de las cestas.
- Los ascensores y los botones de llamada, etc.
- Los guardamanos de las escaleras y cintas mecánicas.
- La zona de cajas.
- Las zonas de autoservicio.

### OTRAS PAUTAS

- El control del acceso de los clientes al establecimiento se debería realizar teniendo en cuenta su aforo. Además, se asegurará una distancia preventiva mínima de 1,5 metros entre los clientes, y que una vez completado su aforo no se permita el acceso de nuevos clientes.
- Se debería aumentar la vigilancia para que los usuarios no manipulen los productos expuestos, que no tosan o estornuden sobre ellos (este punto es de suma importancia).
- Si tuvieran megafonía, se emitirán de forma regular mensajes de prevención, en particular la prohibición de manipular alimentos expuestos.
- Los manipuladores reforzarán la higiene de las manos, con el lavado frecuente con agua y jabón y el uso de geles hidroalcohólicos.

# 5. FITXA

## ETXEKO HONDAKINEN ERABILERA



En hogares con casos o en cuarentena s debe seguir el método de las tres bolsas.

### 1

#### ERAGINDAKO PERTSONAREN KONFINAMENDU-GELAREN BARRUAN

- Tener cubo de basura, de accionamiento no manual.
- Dentro de este cubo se pone la BOLSA nº. 1
- En ella se meten TODOS los residuos de la persona afectada, incluyendo el material desechable, sin efectuar separación alguna para el reciclaje (se mete TODO)
- La BOLSA nº. 1 se cierra muy bien, y se introduce en la
- BOLSA nº. 2 , situada a la salida de la habitación de confinamiento. En esta BOLSA nº. 2 además se pueden echar los guantes y demás material usado por los cuidadores. Acto seguido, se cierra muy bien.
- Se saca la BOLSA nº. 2 de la habitación de confinamiento de la persona afectada.

### 2

#### ERAGINDAKO PERTSONAREN KONFINAMENDU-GELATIK KANPO

La BOLSA nº. 2 se deposita, junto con el resto de residuos domésticos en la BOLSA nº. 3 .

Acto seguido, y de inmediato, se realiza **LAVADO DE MANOS, CON AGUA + JABÓN, DURANTE, AL MENOS, 40-60 SEGUNDOS.**

### 3

#### ETXETIK KANPO

La BOLSA nº. 3 se deposita en el contenedor.