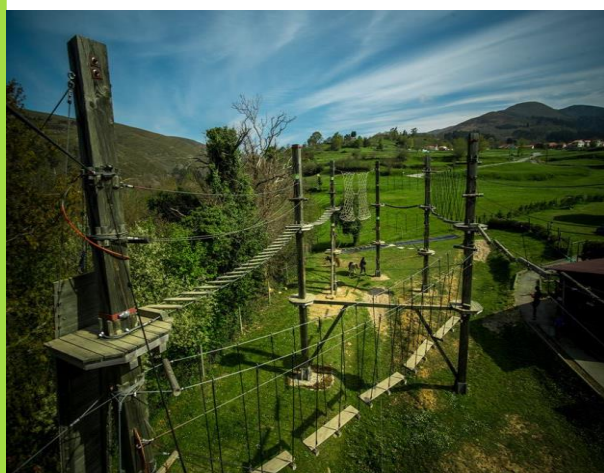


# CABUERNIAVENTURA

PARQUE TEMÁTICO, ALBERGUE Y  
ESCUELA DE TIEMPO LIBRE



## Medidas para la reducción del contagio por el coronavirus



Parque multiaventura

**Protocolo y  
Medidas Higiénico Sanitarias**





**Elaborado por el Comité de Gestión de Cabuerniaventura SL, constituido por el gerente de la empresa y los coordinadores de los distintos servicios, siguiendo las directrices y recomendaciones facilitadas por el Instituto para la Calidad Turística Española (ICTE) y la Secretaría de Estado de Turismo, la Comunidad Autónoma de Cantabria y la FEMP.**

**En virtud de lo establecido por Real Decreto-Ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19 y lo establecido por la Consejería de Sanidad de Cantabria en la Resolución del 18 de junio de 2020, por la que se establecen las medidas sanitarias aplicables en la Comunidad Autónoma de Cantabria durante el período de nueva normalidad.**





## ÍNDICE

<b>0. OBJETO Y CAMPO DE APLICACIÓN.....</b>	<b>4</b>
<b>1. TÉRMINOS Y DEFINICIONES .....</b>	<b>4</b>
1.1    COVID-19	
1.2    Riesgo	
1.3    Gestión del riesgo	
<b>2. MEDIDAS GENERALES PARA EL PARQUE MULTIAVENTURA ..</b>	<b>4</b>
2.1.    Medidas informativas	
2.2.    Documentos y registros	
<b>3. REQUISITOS DEL SERVICIO.....</b>	<b>6</b>
3.1    Requisitos generales	
3.2    Accesos y recepción de visitantes	
3.3    Servicio de restauración	
3.4    Actividades	
3.5    Zona comercial	
3.6    Aseos	
3.7    Zonas comunes	
<b>4. REQUISITOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN.....</b>	<b>12</b>
4.1    Plan de limpieza	
4.2    Requisitos en la limpieza del parque multiaventura	
4.3    Limpieza de textiles	
<b>5. REQUISITOS DE MANTENIMIENTO .....</b>	<b>14</b>
 <b>BIBLIOGRAFÍA .....</b>	 <b>14</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>15</b>





## 0. OBJETO Y CAMPO DE APLICACIÓN

La empresa Cabuerniaventura SL establece este protocolo sanitario frente al COVID-19 con el fin de que no aumente el riesgo de contagio comunitario. Para ello, la empresa ha creado un Comité de Gestión que ha identificado y analizado los riesgos en sus establecimientos y servicios, y ha implementado sistemáticamente las mejores medidas en sus instalaciones y con su personal para minimizar el riesgo y hacer frente al virus.

Este documento reúne las directrices y recomendaciones que la empresa ha aplicado en el parque multiaventura.

## 1. TÉRMINOS Y DEFINICIONES

### 1.1 COVID-19

El COVID-19 es una enfermedad producida por el coronavirus SARS-CoV-2, un virus detectado por primera vez en diciembre de 2019. Los síntomas más comunes que provoca dicha enfermedad son: fiebre, tos y sensación de falta de aire. Otros síntomas pueden incluir: cansancio, dolores, goteo de la nariz, dolor de garganta, dolor de cabeza, diarrea, vómitos. Algunas personas pierden el sentido del olfato o del gusto.

(Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, 2020).

### 1.2 Riesgo

Posibilidad de que una persona se contagie con el coronavirus SARS-CoV-2.

### 1.3 Gestión del riesgo

Actividades coordinadas para dirigir y controlar el alojamiento en relación al riesgo.

(UNE-ISO 31000:2018)

## 2. MEDIDAS GENERALES PARA EL PARQUE MULTIAVENTURA

- La empresa establecerá las normas de uso en los espacios compartidos para mantener la distancia de seguridad (p.e. en comedores, accesos, terrazas y otras zonas comunes).
- Se procederá a la ventilación, al menos diariamente por espacio de 5 minutos y con mayor frecuencia siempre que sea posible, de las distintas áreas cerradas no climatizadas del parque.
- La empresa dispone en el botiquín de un termómetro sin contacto por si algún cliente quiere tomarse la temperatura.





- En todas las actividades se deben respetar las distancias de seguridad interpersonal. Para ello y cuando sea necesario, se establecerá el correspondiente control de aforos. En caso de que no sea posible, será obligatorio el uso de mascarilla.

## 2.1 Medidas informativas

En el parque multiaventura, las medidas informativas consistirán en:

- La comunicación a los visitantes de las medidas preventivas e higiénico-sanitarias adoptadas por el parque.
- La comunicación a los visitantes de los consejos generales y las pautas recomendadas por autoridades sanitarias.
- Información a los visitantes de la conveniencia de evitar el contacto continuo en zonas de barandillas y similares (tematización, medidores externos, etc.) al ser superficies potencialmente contaminadas.

Se informará de estas medidas mediante cartelería en las propias instalaciones, en la taquilla u otros canales de comunicación del parque.

## 2.2 Documentos y registros

La empresa dispondrá de los siguientes documentos con el objetivo de facilitar y asegurar la gestión de la actividad de la empresa y evitar el contagio por la COVID-19:

- Dirigidos al cliente:
  - Declaración de conformidad del cliente, que incluye el protocolo de seguridad para la realización de actividades destinado a evitar el contagio por la COVID-19 y las condiciones de cancelación en caso de clientes con sintomatología compatible con la COVID-19, junto a las medidas a adoptar.
- Internos:
  - Plan de identificación de riesgos y medidas a adoptar por parte de sus trabajadores y sus clientes tanto generales para el conjunto de su oferta (prerreserva, recepción, uso de instalaciones), como específicos para cada tipo de trabajo y/o actividad.
  - Protocolo general a aplicar en caso de accidente (por ejemplo, caída de un cliente) que determine las medidas de prevención e higiénico-sanitarias a adoptar por el trabajador en relación al cliente accidentado.
  - Declaración de conformidad del empleado con el protocolo de seguridad, cuya firma acredita que el trabajador ha leído y comprendido el protocolo y se compromete a cumplirlo.





- Plan de formación específico para trabajadores.
- Plan de limpieza y desinfección tanto de sus instalaciones físicas y específicas para la práctica de actividades como para cada uno de los materiales empleados por parte de los clientes y trabajadores en el transcurso de las actividades.
- Registros establecidos en el plan de contingencia.

### 3. REQUISITOS DEL SERVICIO

#### 3.1 Requisitos generales

- La empresa facilitará al cliente antes de la reserva la Declaración de conformidad, solicitándole su aceptación recalcando la importancia de respetar en todo momento las indicaciones para garantizar la seguridad higiénico-sanitaria de la empresa, sus trabajadores, sus usuarios, residentes e instalaciones en las que se realicen las actividades.
- El aforo total del parque multiaventura será del 75% y el de las distintas atracciones o instalaciones será del 50%. Dichos aforos serán expuestos al público y el Comité de Gestión supervisará su cumplimiento, asegurando así que la distancia de seguridad interpersonal de 1,5 metros se respeta.
- De igual forma, para garantizar la distancia interpersonal de 1,5 metros entre clientes en las zonas de cola, al inicio y fin de cada actividad, se realizarán marcas en el suelo o mediante el uso de balizas, cartelería y señalización.
- Se fomentará el pago con tarjeta u otros medios electrónicos, preferiblemente contactless. Esto es aplicable en todos los servicios del parque. El TPV se desinfectará tras cada uso en el que haya habido contacto.
- Se controlará el número de visitantes mediante un control de entradas y salidas.
- Se instalarán puntos de desinfección de manos para los visitantes en el inicio y fin de cada actividad.
- Se clausurarán las fuentes de agua que dispongan de accionamiento manual.
- La distancia entre los trabajadores y los clientes será siempre de al menos 1,5 metros si no se usa la mascarilla. En el caso de que dicha distancia no se pueda respetar, tanto el cliente como el trabajador deberán ponerse la mascarilla.
- En el supuesto de que el cliente no cumpla las normas de prevención e higiénico-sanitarias establecidas, la empresa se las recordará, y si continuara sin cumplirlas, la empresa le pedirá que abandone las instalaciones.

#### 3.2 Accesos y recepción de visitantes

- La empresa solicitará en el momento de la confirmación de reserva la aceptación de las medidas





de seguridad implementadas en el establecimiento.

- Debe cumplirse con las distancias interpersonales de seguridad.
- La persona encargada de recibir al cliente lo hará con pantalla protectora y/o mascarilla.
- La empresa dispone de solución desinfectante en las zonas de acceso para uso de visitantes y de personal.
- En caso de que se observe necesario, la empresa fijará de manera visible marcadores de distancia para evitar aglomeraciones en los accesos y asegurar así la distancia mínima de seguridad entre clientes.
- La empresa fomentará la venta y reserva online de las entradas.
- La empresa evitará compartir bolígrafos y, si se comparten, los desinfectará tras cada uso.
- La empresa fomentará el uso de cartelería para evitar el uso de folletos. En caso de que se haga entrega de folletos individuales, éstos no pueden ser devueltos.
- Los mostradores se limpiarán y desinfectarán de forma periódica y al menos diariamente, considerando la mayor o menor afluencia de clientes.
- La empresa dispone de mascarillas (a la venta) para proveer al visitante en caso de que éste lo solicite.

### 3.3 Servicio de restauración

- La empresa establecerá un aforo máximo del 75% en el comedor cerrado y del 100% en las terrazas al aire libre de forma que se permita mantener la distancia de seguridad, y establecerá las medidas necesarias para que el aforo definido no sea sobrepasado (p.e. reserva previa, turnos, etc.)
- La empresa asegurará el mantenimiento de la distancia física de 1,5 metros entre las personas sentadas en diferentes mesas o, en su caso, agrupaciones de mesas. La ocupación máxima será de 25 personas por mesa o agrupación de mesas.
- La empresa pondrá a disposición de los clientes solución desinfectante para que se desinfecten las manos en la entrada del comedor y a la salida de los baños.
- La empresa utilizará mantelería de un solo uso.
- La empresa evitará el empleo de cartas de uso común. Informará al cliente de la oferta gastronómica disponible, precios y alérgenos, de tal manera que se minimice el riesgo de contagio entre clientes.
- Tras el servicio de comida, se ventilará el espacio y se limpiará y desinfectará el equipamiento, en particular, mesas, sillas y cualquier otra superficie de contacto entre un cliente y otro.





- Los elementos auxiliares del servicio, como la vajilla, cristalería, cubertería o mantelería, se almacenarán en recintos cerrados.
- La dispensación de servilletas, palillos, vinagre, aceite, sal, azúcar y otros utensilios similares se realizará de manera individualizada, evitando su uso compartido.

### 3.4 Actividades

En todas las actividades se cumplirá que:

- Se respetarán los aforos de cada actividad. Dichos aforos serán controlados por los monitores encargados de supervisar la actividad.
- Se dispondrá de solución desinfectante a disposición de los visitantes en las zonas de acceso y/o salida.
- Se realizará un seguimiento sobre los flujos de visitantes para evitar aglomeraciones y cruces. Se controlará las esperas en accesos e instalaciones (zonas de embarque, desembarque, zonas de cola, etc.), así como de los aforos, de forma que se garantice distancia de seguridad entre visitantes.

El parque establecerá un método de control interno para asegurar la distancia de seguridad en los servicios de entretenimiento en función de su tipología. Concretamente:

- El material no puede ser compartido entre clientes si no ha sido debidamente desinfectado entre uso y uso.
- Arnéses individualizados. Los equipos de escalada se asignarán a cada persona en el momento de llegada, siendo ese el equipo de escalada específico de esa persona para todo el día.
- Solo los monitores pueden poner y quitar los equipos de escalada. Cuando se quiten o se pongan, es obligatorio el uso de mascarilla.
- La subida a la torre se limita a la escalera, para facilitar la desinfección de las instalaciones.
- En la plataforma de la torre y en la actividad “Desafío” es obligatorio el uso de mascarilla por no ser posible guardar la distancia de seguridad con el monitor.
- Es obligatorio esperar a que el monitor reparta el material necesario, puesto que debe estar desinfectado para su uso.
- Es obligatorio esperar a que el monitor indique qué camas elásticas y coches a pedales pueden ser utilizados, puesto que estos deben estar desinfectados para su uso.
- Solo podrán utilizar la piscina al mismo tiempo personas que pertenezcan al mismo grupo, familia o cumpleaños.
- Se limpiarán y desinfectarán los bancos y mesas comunes tras su uso.







### 3.4.1. Tipología de clientes

Podrán realizar actividades aquellos grupos (familiares o amigos que reserven juntos las entradas) de hasta un máximo de 30 personas. Dichos grupos serán considerados como un único cliente.

En este caso, los menores de edad deben estar acompañados de un adulto en todas las actividades. En cada espacio habrá un monitor explicando el uso del material y recordando las medidas de seguridad y de higiene, así como realizando la limpieza y desinfección del equipamiento utilizado.

En el caso de que el grupo esté formado exclusivamente por menores de edad, se dividirá el grupo en subgrupos, cada uno de los cuales será guiado por un monitor de la empresa, el cuál dirigirá el orden y la forma de llevar a cabo las actividades. Los subgrupos estarán formados como máximo por 10 menores, que deberán permanecer con su monitor durante toda la jornada.

El monitor comerá con su subgrupo y se respetará la distancia de 1,5 metros entre ellos y con respecto a otros subgrupos.

### 3.4.2. Cumpleaños de menores por tiempo limitado

- Los niños deben lavarse las manos o desinfectarse con gel hidro-alcohólico al llegar, antes y después de cada actividad, y al finalizar la jornada.
- El grupo será tratado como un solo cliente, y el uso de mascarilla no será obligatorio excepto en aquellas situaciones en las que no es posible mantener la distancia de seguridad con el monitor.
- Arnesees individuales y personales durante toda la jornada, que serán desinfectados al final de la misma.
- Si se coincide con otro cliente en una actividad se deberán respetar los aforos y la distancia de seguridad de 1'50 metros de distancia.
- Es obligatorio esperar a que el monitor reparta el material necesario, puesto que debe estar desinfectado para su uso.
- Es obligatorio esperar a que el monitor indique qué camas elásticas y coches a pedales pueden ser utilizados, puesto que estos deben estar desinfectados para su uso.
- Solo podrán utilizar la piscina al mismo tiempo personas que pertenezcan al mismo grupo, familia o cumpleaños.
- Antes y después de la merienda se lavarán las manos o desinfectarán con gel hidroalcohólico.
- No se pueden compartir utensilios, tales como platos, vasos, cubiertos... además, estos serán desinfectados antes y después de su uso.





- Durante la merienda, el monitor será el encargado de servir la mesa.

### 3.4.3. Paintball

- Los grupos serán de un máximo de 30 jugadores, divididos en 2 equipos de 15 jugadores.
- Se limpiarán y desinfectarán las máscaras, chalecos y marcadoras antes y después de cada uso.
- La empresa dispone de dispensadores de gel hidroalcohólico para la desinfección de manos antes y después de la actividad.
- Aconsejamos traer vuestra propia ropa para jugar, y no preocuparse por la pintura de las bolas, sale al lavarse la ropa en la lavadora. En caso de querer usar nuestros buzos, éstos serán desinfectados tras su uso.
- Será obligatorio el uso de mascarillas por debajo de las máscaras de paintball, en caso de no disponer de una, la empresa tiene disponibles mascarillas de protección para su venta.
- Durante la explicación de las normas de seguridad se mantendrá una distancia mínima de 1,5 metros entre participantes.
- Los padres o acompañantes podrán ver las partidas desde el perímetro de los campos, siempre manteniendo la distancia de seguridad y llevando la mascarilla puesta en todo momento.
- Una vez terminada la actividad de paintball, deberán abandonar las instalaciones para evitar aglomeraciones.
- El paintball es una actividad al aire libre, no es una actividad de contacto, se mantiene siempre la distancia entre jugadores y los escenarios son de grandes dimensiones. Por todo esto, el riesgo de contagio es bajo.

### 3.4.4. Piscina recreativa

- El aforo máximo permitido será del 75%, respetando la distancia de seguridad entre usuarios de 1,5 metros.
- Previo a su apertura se ha llevado a cabo la limpieza y desinfección de las instalaciones, equipos y materiales con diluciones de lejía 1:50 recién preparada.
- En aquellas superficies en contacto frecuente con las manos de los usuarios, se llevará a cabo una limpieza y desinfección al menos 3 veces al día.
- Se recordará a los usuarios por medios de cartelería visible las normas de higiene y prevención a observar, señalando la necesidad de abandonar la instalación ante cualquier síntoma compatible con el COVID-19.
- Las sillas y tumbonas estarán disponibles para los clientes bajo petición, y se limpiarán y desinfectarán entre cliente y cliente.





### 3.5 Zona comercial

- El aforo máximo de la tienda será de 2 personas. Este aforo será controlado por el personal. En cualquier caso, se garantizará una distancia de 1,5 metros entre clientes.
- La atención será individualizada, no atendiendo a más de 1 cliente al mismo tiempo.
- Se pondrá a disposición del público dispensadores de gel hidroalcohólico en la entrada del local.
- Será obligatorio el uso de mascarilla.
- Se desinfectarán los productos de forma regular.
- Se fomentará el pago con tarjeta u otros medios electrónicos.
- El tiempo de permanencia en el interior del local será el estrictamente necesario para que los clientes puedan realizar sus compras o recibir la prestación del servicio.
- En el caso de que un cliente se pruebe una prenda que posteriormente no adquiera, la empresa higienizará dicha prenda antes de ser facilitada a otros clientes.

### 3.6 Aseos

Cumplirán las siguientes medidas:

- El aforo está limitado a 1 persona por aseo.
- Se reforzarán las medidas de limpieza y desinfección.
- Contarán con dispensadores de gel y de papel de secado o secador de manos.
- Las papeleras tendrán apertura de accionamiento no manual con bolsa en su interior.
- Se asegurará la reposición de consumibles (jabón, toallas de papel, etc.) y la limpieza periódicamente de los dispensadores de papel, gel y jabón periódicamente, atendiendo al nivel de uso.
- Se informará a los visitantes, por medio de cartelería, de la etiqueta respiratoria y de las medidas preventivas y de higiene a aplicar.
- De acuerdo a la Orden SND/386/2020, de 3 de mayo, los aseos de uso común se limpiarán y desinfectarán como mínimo 6 veces al día.

### 3.7 Zonas comunes

La empresa prestará una especial atención a la limpieza y desinfección de las zonas de uso común. En concreto:

- Dispondrá de solución desinfectante en las zonas comunes.
- La empresa desechará productos y enseres cedidos por los clientes que abandonan las instalaciones.

Además:





- Se velará por que los clientes respeten las distancias de seguridad en todas las zonas comunes del parque. En caso de que no sea posible, el cliente deberá usar mascarilla, que deberá traer consigo.
- Se asegurará la reposición de consumibles (jabón, toallas de papel). Los dispensadores de papel, gel y jabón se limpiarán al menos 6 veces al día.
- En las zonas de recreo infantil, se mantendrá un programa de mayor frecuencia de limpieza y desinfección tanto de las áreas como de los juegos e instalaciones. El cliente debe seguir las medidas higiénicas de uso al entrar a la zona de juegos (lavado de manos o uso en su defecto de solución desinfectante). Las personas responsables del cuidado de los niños y niñas observarán una higiene personal elevada con lavado y/o desinfección frecuente de manos.
- En la piscina recreativa se atenderá a las directrices y recomendaciones a aplicar de acuerdo a los resultados del informe científico solicitado sobre comportamiento del COVID-19 en el agua de piscinas tanto exteriores como cubiertas.

## 4. REQUISITOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

### 3.1. Plan de limpieza

El parque adaptará su plan de limpieza y desinfección teniendo en cuenta a la evaluación de los riesgos identificados. El plan considera:

- Un incremento de las frecuencias de limpieza y repasos, especialmente en las zonas de mayor contacto (superficies, pomos, mesas, muebles, zonas comunes, pasamanos, suelos, lavabos, grifería, manivelas, mostrador de recepción, puertas, llaves de habitaciones, teléfonos, mandos a distancia, botón de descarga del wc, barreras de protección, control de climatización, secador, barandas, mobiliario de terraza, perchas, lavadoras, secadoras, electrodomésticos de la cocina de uso para el cliente, equipamiento de habitaciones compartidas, literas etc.)
- Rutinas especiales de limpieza para piscinas para el uso de visitantes, instalaciones de animales, toboganes y parques infantiles.
- En los aseos se aumentará las frecuencias de limpieza y desinfección en función de su uso, asegurando la ausencia de humedades, vaciado y limpieza de papeleras diario, desinfección de superficies, etc.
- El establecimiento prestará una especial atención a la limpieza y desinfección de las zonas de uso común.





- Las superficies se limpiarán con productos desinfectantes y se realizará una ventilación/aireación diaria de las zonas de uso común en las que haya habido clientes.
- Los materiales utilizados por los clientes serán limpiados y desinfectados tras su uso.
- Para la limpieza se emplearán productos desinfectantes autorizados y de probada eficacia como diluciones de lejía (1:50) recién preparada. Éstos se utilizarán de acuerdo a las fichas de datos de seguridad de producto y en condiciones de seguridad.
- Cuando no exista un producto de desinfección autorizado y de demostrada eficacia, los materiales y superficies se lavarán con agua y jabón y se dejarán en cuarentena.

La recogida de papeleras de zonas de uso común se realizará de forma que éstas queden selladas y trasladadas al punto de recogida de residuos.

La empresa dispondrá de un registro diario de las limpiezas y desinfecciones realizadas.

### **3.2. Requisitos en la limpieza del parque multiaventura**

Se realizará dos veces al día, una limpieza y desinfección de las instalaciones, con especial atención a las superficies de contacto más frecuentes como atracciones, máquinas de entretenimiento, pomos de puertas, mostradores, pasamanos, suelos, teléfonos, grifos y otros elementos de similares características, conforme a las siguientes pautas:

- Una de las limpiezas se realizará al finalizar el día, o bien antes de la reanudación de la actividad al día siguiente.
- La otra limpieza se realizará durante la parada para la comida.

Se revisará cada hora el funcionamiento y la limpieza de sanitarios, grifos y pomos de las puertas de los aseos.

### **3.3. Requisitos en la limpieza del parque multiaventura**

Se realizará dos veces al día, una limpieza y desinfección de las instalaciones, con especial atención a las superficies de contacto más frecuentes como atracciones, máquinas de entretenimiento, pomos de puertas, mostradores, pasamanos, suelos, teléfonos, grifos y otros elementos de similares características, conforme a las siguientes pautas:

- Una de las limpiezas se realizará al finalizar el día, o bien antes de la reanudación de la actividad al día siguiente.





- La otra limpieza se realizará durante la parada para la comida.

Se revisará cada hora el funcionamiento y la limpieza de sanitarios, grifos y pomos de las puertas de los aseos.

### 3.4. Limpieza de textiles

- El cliente meterá en una bolsa los textiles “sucios”, y la cerrará hasta su tratamiento en la lavandería.
- No se sacudirán los textiles sucios ni se depositarán en el suelo.
- Los textiles “sucios” se lavarán a  $>60^{\circ}\text{C}$ .

## 5. REQUISITOS DE MANTENIMIENTO

Se verificará la funcionalidad de los elementos y equipamientos que se han instalado como medida de prevención frente al contagio y propagación del SARS-CoV-2 (dispensadores de jabón, papel, barreras físicas etc.).

## 6. BIBLIOGRAFÍA

[1] Medidas para la reducción del contagio por el coronavirus SARS-CoV-2 en Parques de Atracciones y de Ocio (ICTE,2020).

[2] Medidas para la reducción del contagio por el coronavirus SARS-CoV-2 en servicios de restauración (ICTE, 2020).

[3] Medidas para la reducción del contagio por el coronavirus SARS-CoV-2 en balnearios (ICTE,2020).

[4] Medidas para la reducción del contagio por el coronavirus SARS-CoV-2 en Turismo Activo y Ecoturismo.

[5] Ministerio de Industria, Comercio y Turismo (2020). Guía de buenas prácticas para los establecimientos del sector comercial.

[6] Ministerio de Industria, Comercio y Turismo (2020). Guía de Buenas prácticas para los establecimientos y trabajadores del sector turístico.

[7] Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social (2020). Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al COVID-19.





## ANEXO I: RECOMENDACIONES DE LA OMS PARA EL LAVADO DE MANOS

# ¿Cómo lavarse las manos?

Duración de todo el procedimiento: 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** Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



**11** Sus manos son seguras.



Organización  
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA.

SAVE LIVES  
Clean Your Hands





## ANEXO II: USO ADECUADO DE EPI. MASCARILLA

En base a la Resolución del 23 de abril, de la Secretaría General de Industria y de la Pequeña y Mediana Empresa, referente a los equipos de protección individual en el contexto de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, si un equipo no dispone de certificado UE del Organismo Notificado (junto con la Declaración de Conformidad del fabricante y del resto de información que se pide en el producto/envase para el mercado CE), para poder ser suministrado/comercializado de forma excepcional, deberá contar con una autorización temporal por parte de la correspondiente autoridad de vigilancia del mercado (punto 2 del apartado Primero de la resolución).

De forma general, la recomendación es utilizar EPI desechables, o si no es así, que puedan desinfectarse después del uso, siguiendo las recomendaciones del fabricante.

Los EPI deben escogerse de tal manera que se garantice la máxima protección con la mínima molestia para el usuario y para ello es muy importante escoger la talla, diseño o tamaño que se adapte adecuadamente al mismo.

La correcta colocación de los EPI es fundamental para evitar posibles vías de entrada del agente biológico; igualmente, importante es la retirada de los mismos para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso.

Los EPI deben desecharse de manera segura, en bolsas cerradas que se eliminarán en el contenedor de restos (no en el de reciclaje).

### **Mascarillas**

Las mascarillas recomendadas en entornos laborales en el contexto de la actual epidemia de COVID-19 son las higiénicas (no reutilizables, fabricadas según UNE 0064-1 y con uso limitado a 4 horas, o reutilizables, fabricadas según UNE 0065, y que deben ser lavadas a 60°C tras periodo de uso similar). También podrá hacer uso de mascarillas quirúrgicas (UNE-EN 14683:2019) aunque estas son preferibles reservarlas para personal contagiado o con sintomatología compatible con COVID-19

En todo caso, y como norma general, no es necesario utilizar mascarillas en un entorno donde no hay evidencia de persona o superficies contagiadas por SARS-CoV-2, siempre que se pueda guardar la distancia de seguridad. En caso de acceder a zonas con presencia personas contagiadas deben utilizarse mascarillas de protección respiratoria (tipo FFPII o FFPIII) excepto si no hubiera acercamiento a menos de dos metros. Se







podrán también utilizar mascarillas duales, que deberán cumplir tanto con las disposiciones legislativas de EPI como con las de PS (producto sanitario)

En ningún caso deberá tocarse la parte frontal de la mascarilla con las manos durante su uso y retirada.

Tampoco se dejará la mascarilla en la frente, cuello ni se guardará en el bolsillo entre un uso y otro.

*Nota: las mascarillas quirúrgicas y las mascarillas higiénicas no son consideradas EPI.*

## Mascarillas higiénicas en población general

La mayoría de las personas adquieren la COVID-19 de otras personas con síntomas. Sin embargo, cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas sin síntomas o con síntomas leves. Por ello, el uso de mascarillas higiénicas en la población general en algunas circunstancias podría colaborar en la disminución de la transmisión del virus.

Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:

Si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación

Mantén 1-2 metros de distancia entre personas

Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente

Evita tocarle ojos, nariz y boca

Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar

Use pañuelos desechables

Trabaja a distancia siempre que sea posible

Una mascarilla higiénica es un producto no sanitario que cubre la boca, nariz y barbilla provisto de una sujeción a cabeza u orejas

Se han publicado las especificaciones técnicas UNE para fabricar mascarillas higiénicas:

- Reutilizables (población adulta e infantil)
- No reutilizables (población adulta e infantil)

**¿A QUIÉN se recomienda su uso?**  
A la población general sana

**¿CUÁNDO se recomienda su uso?**

- Cuando no es posible mantener la distancia de seguridad en el trabajo, en la compra, en espacios cerrados o en la calle.
- Cuando se utiliza el transporte público.

**⚠ Haz un uso correcto para no generar más riesgo:**

- Lávate las manos antes de ponerla.
- Durante todo el tiempo la mascarilla debe cubrir la boca, nariz y barbilla. Es importante que se ajuste a tu cara.
- Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta.
- Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 horas. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra. No reutilices las mascarillas a no ser que se indique que son reutilizables.
- Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos.
- Las mascarillas reutilizables se deben lavar conforme a las instrucciones del fabricante.

21 abril 2020  
Consulta fuentes oficiales para informarte  
www.mscos.gob.es  
@sanidadgob

**¡ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDOS**

GOBIERNO DE ESPAÑA  
MINISTERIO DE SANIDAD

*Mascarillas higiénicas en población general (Ministerio de Sanidad, 2020)*





### ANEXO III: USO ADECUADO DE EPI. GUANTES

Los guantes de protección deben cumplir con la norma EN- ISO 374.5:2016. Se recomiendan que sean de vinilo o nitrilo, pero pueden usarse otros materiales más resistentes si la actividad que se vaya a realizar lo requiere. Los guantes deben contar con el marcado CE.

Los guantes pueden crear una falsa sensación de protección, por ello, es muy importante la higiene de manos antes y después de su uso, sobre todo si se han tocado superficies potencialmente contaminadas.

Los guantes deberán cambiarse con la frecuencia indicada según su uso y siguiendo las indicaciones del fabricante. En todo caso, se puede aplicar higienizante sobre ellos para alargar su uso, pero ante cualquier signo de deterioro (perforación, rasgado, etc.) deben ser sustituidos.

La manera correcta de quitarse los guantes sin contaminar las manos es siguiendo los siguientes pasos:



*Procedimiento para los servicios de prevención de riesgos laborales*

*(Ministerio de Sanidad, 2020)*

*Aprende a quitarte los guantes desechables sin riesgos*

*(Organización Colegial de Enfermería, 2020)*





## **ANEXO IV: DISTANCIAS DE SEGURIDAD**

El Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2 (Ministerio de Sanidad, 2020) establece la distancia de seguridad en 1,5 m.

