

GUIA PARA LA ACTIVIDAD DEL SERVICIO DE PERSONAL DE CASAS PARTICULARES EN CONTEXTO DE PANDEMIA COVID-19

INTRODUCCION

El contexto actual de la pandemia por el nuevo coronavirus exige adaptar las lógicas y dinámicas del funcionamiento para el desarrollo de la actividad del servicio de empleadas de casas particulares en nuestra provincia.

Este documento define lineamientos y brinda recomendaciones para la actividad de los empleado/as del Servicio de empleadas de casas particulares en dicho contexto.

Importante: Dadas las características de la enfermedad y la dinámica actual de la pandemia, estas recomendaciones se encuentran en revisión continua y podrán sufrir modificaciones teniendo en cuenta nuevas evidencias que puedan ir surgiendo.

CONSIDERACIONES GENERALES EN EL SERVICIO DE EMPLEADAS DE CASAS PARTICULARES

- Mantener presente la importancia del distanciamiento social (mínimo de 1,5m), procurando evitar todo tipo de contacto físico entre las personas.
- El uso de cubrebocas, tapabocas y/o barbijos sociales, es obligatorio.
- Se debe evitar la concurrencia al trabajo de adultos mayores de 60 años y personas con factores de riesgo:
 - Personas con diabetes/cardiopatías/hipertensión.
 - Pacientes con trasplantes.
 - Pacientes con cáncer.
 - Personas con desnutrición.
 - Pacientes que sufren EPOC o conjunto de enfermedades pulmonares,
 - Embarazadas,
- Se debe evitar la concurrencia al trabajo de personas con síntomas compatibles con COVID-19: fiebre de 37.5°C o superior y tos, dolor de garganta, disnea (dificultad para respirar), mialgia (dolores musculares), afectación de sentidos del olfato y del gusto, secreción y goteo nasal, fatiga.
- Tampoco se deberá concurrir en caso de que alguno de los miembros de la familia donde se desempeñan las tareas, presente síntomas y/o se encuentre en estudio como caso sospechoso.
- Las personas que se encuadran en los grupos de riesgo serán exceptuadas de realizar las actividades en casas particulares, así como también deberá contemplarse situaciones de personas con hijos en edad escolar, que no puedan dejar al cuidado de otras personas.
- El trabajador/a deberá poseer en todo momento el permiso de circulación expedido por la provincia. Obtenido por el empleador en la página <https://www.larioja.neotec.com.ar/servicio/permisoparacircular/>
- De resultar posible, el personal debe arribar al domicilio caminando, en bicicleta, moto o cualquier medio de transporte individual. De no ser posible, el empleador deberá disponer los medios de movilidad para su personal doméstico.
- En caso de que el empleador o convivientes de él, pertenezcan a grupos de riesgo, deberán extremarse las medidas para evitar el contacto
- No tocarse la cara.
- Taparse con el pliegue del codo al estornudar o toser.

- No fumar.

ORGANIZACIÓN GENERAL

- En el caso en que el personal tome contacto o haya tomado contacto en los últimos 14 días con personas clasificadas como “caso confirmado”, deberá ser evaluado por la autoridad sanitaria local y en caso de clasificarse como contacto estrecho deberá cumplir con estricto aislamiento según reglamentación del Ministerio de Salud de la provincia.
- Dada la frecuencia de transmisión de COVID-19, debe reforzarse la importancia de:
 - No minimizar los síntomas.
 - No concurrir al establecimiento enfermos.
 - Cumplir en forma estricta las medidas de aislamiento en caso de ser identificados como contactos estrechos.

Antes de Iniciar el Trabajo:

- Deben informar si ha presentado síntomas compatibles con COVID-19 o alguno de sus contactos cercanos.
- Se recomienda realizar control de temperatura corporal y/o prueba de olfato. (ej. Alcohol o Vinagre)
- Se recomienda seleccionar 1 o 2 mudas de ropa exclusivas para el trabajo.
- En caso de que el empleado/a asista en su medio de transporte, deberá disponerse de un espacio seguro para su guarda, desinfectándolo al arribo y antes de partir. Y un espacio para que el personal doméstico pueda asearse o cambiarse.
- Desinfección de casco personal. Uso no compartido (en caso de motos y bicicletas)
- Uso de chaleco reflectivo (en caso de motos y bicicletas).
- Concurrir al trabajo con la menor cantidad de efectos personales (llaves, anillos, collares, aros, anteojos, etc.) y/o mantenerlos al resguardo y desinfectados.
- Mantenga las uñas cortas.
- Procure llevar el cabello recogido.

Durante las tareas:

- Se sugiere la higienización de manos frecuentemente, teniendo especial atención: Ver Anexo 1.
 - Antes y después de manipular alimentos, paquetes o residuos.
 - Al estar en contacto con mesas, muebles, picaportes, barandas, etc.
 - Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
 - Después de ir a los sanitarios.
- La distancia entre personas debe ser de 1.5m mínimo, en todo momento.
- Está prohibido saludar con un beso en la mejilla y/o un apretón de manos.
- Deberá secarse con toallas de papel descartable y desecharlas en contenedor de residuos.
- Se recomienda el uso de tapaboca y guantes durante la jornada laboral, los mismos deben ser de recambio diario.
- El empleador deberá procurar el uso exclusivo de las herramientas de trabajo por parte de su personal doméstico.
- No podrán compartirse alimentos ni bebidas, mate.
- Se recomienda que al momento de recepcionar algún pedido mercadería o algo en particular se debe proceder a la desinfección de los paquetes o bolsas, mediante un trapo humedecido con solución de alcohol 70% o alcohol en Gel o lavandina diluida.

Al regresar al hogar:

- Desinfectar suela de calzado por ejemplo en batea o paño de piso humedecido con lavandina diluida (1 cucharada sopera de lavandina diluida en 1 litro de agua).
- Se recomienda bañarse cada vez que regresan al hogar.
- Separar ropa de trabajo y lavarla inmediatamente con agua caliente a 40-60°C.
- Desinfectar todas las superficies que tocaron: vehículo utilizado para traslado, picaportes, rejas, vidrios, llaves, celular, billetera, etc. con solución de alcohol 70% o alcohol en Gel o lavandina diluida.

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

- Se deberá informar y capacitar a las/os empleadas/os en reconocimiento de síntomas de la enfermedad y de las medidas de prevención del COVID-19. Ver ANEXO 2.
- El empleador deberá proveer al empleado/a los elementos de protección personal.
- El empleado/a y el empleador deberán utilizar en todo momento Barbijo o Tapa Boca y protección ocular.
- Los EPP son individuales y no deben compartirse.
- Cualquier EPP que no esté en condiciones adecuadas de uso no podrá utilizarse.
- Antes de colocarse un EPP es importante lavarse las manos con agua y jabón, o con alcohol en gel o alcohol al 70%. Es fundamental garantizar la higiene y desinfección de las manos.
- Los EPP deben colocarse antes de iniciar cualquier actividad laboral que pueda causar exposición y ser retirados únicamente después de estar fuera de la zona de exposición.
- Debe garantizarse la implementación de la Resolución N°29/2020 de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo notificación de medidas de prevención en los ámbitos laborales y recomendaciones sobre la correcta utilización de los Elementos de Protección Personal (EPP), en el marco de la emergencia sanitaria producto de la pandemia del COVID-19. VER ANEXO 3 <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/335000-339999/335805/norma.htm>

DESINFECCIÓN Y VENTILACION: Mayor detalle ver ANEXO 4

- Se podrá utilizar lavandina comercial (común): Colocar un pocillo de café (100 ml) en un balde con 10 litros de agua. O colocar una cuchara sopera (10 ml) de lavandina en 1 litro de agua. La preparación debe utilizarse en el día de su preparación.
- Se podrá utilizar alcohol líquido: Colocar 7 partes de alcohol y 3 partes de agua en un recipiente limpio o en un rociador. Tener en cuenta que es inflamable y tiene que estar alejado del fuego, por lo que en espacios como la cocina se desaconseja su uso.
- Se recomienda realizar limpieza y desinfección de las superficies y herramienta de alto contacto (taladros, amoladoras, otras herramientas manuales, mesas, bancos, sillas, teléfonos, cargadores, instrumental) con productos como alcohol al 70%, dilución de lavandina, etc. Debe asegurarse el secado de las mismas para evitar que una sustancia inflamable pueda quedar expuesta a altas temperaturas.
- Se colocará 1 paño de piso, humedecido con lavandina diluida en agua en el ingreso del área de trabajo.
- En tareas en ambientes cerrados, se deberán ventilar los ambientes adecuadamente de forma natural, se recomienda cada 2 horas.
-

DETECCIÓN DE UN CASO SOSPECHOSO

En un supuesto caso de que alguna persona sea considerada como caso sospechoso por presentar fiebre (37,5° C o más) y uno o más de los siguientes síntomas: tos, dolor de garganta dificultad para respirar,

falta de gusto o falta de olfato, se realizará personalmente la denuncia epidemiológica al 107 y se procederá a implementar el protocolo previsto por el COE (Comité Operativo de Emergencia).

GESTIÓN DE RESIDUOS

- Disponer de cestos que no requieran manipulación para su uso (boca ancha, sin tapa o accionado por pedal).
- Los residuos generales se deben guardar en lo posible 72hs., en bolsas resistentes, bien cerradas y con un rociado de desinfectante.

BIBLIOGRAFIA

- 2020. LIMPIEZA Y DESINFECCION. MATERIAL SANITARIO, SUPERFICIES Y AMBIENTES, Ministerio de Salud de la Nación.
- OMS. Organización Mundial de la Salud. Infografía COVID-19
- <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/atencion-publico>

REGISTRO DE MODIFICACIONES

Fecha	Versión	Detalle
19/05/2020	0	Puesta en vigencia de la guía.

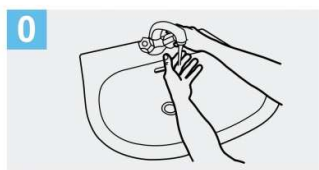
ANEXO 1**Lavado de manos con agua y jabón**

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

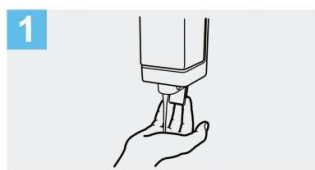
Método adecuado para el lavado de manos con agua y jabón

Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado de manos debe durar al menos 40–60 segundos.

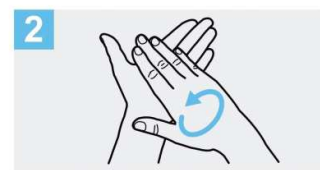
El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse siguiendo los pasos indicados en la ilustración.



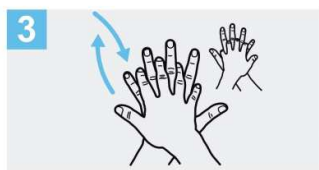
0 Mójese las manos con agua;



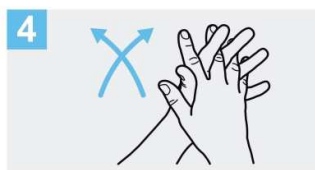
1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



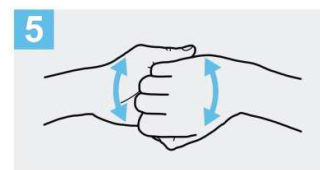
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



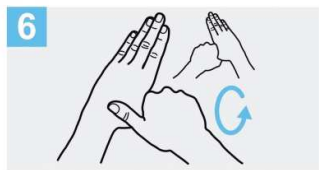
3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



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;



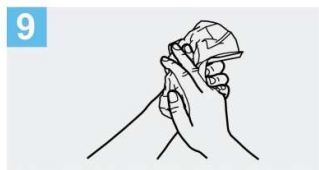
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



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;



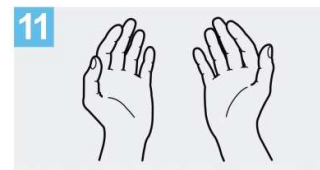
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

Crédito: OMS

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

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.

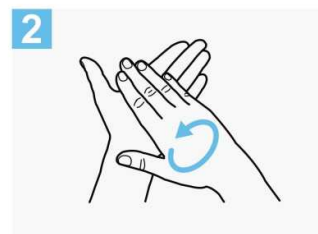
La higiene de manos con soluciones a base de alcohol se debe realizar siguiendo los pasos indicados en la ilustración.



1a
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;

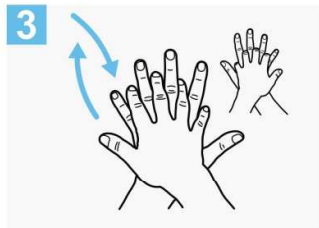


1b



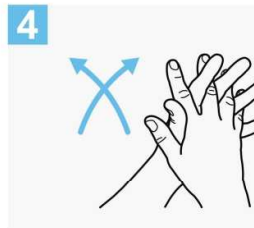
2

Frótese las palmas de las manos entre sí;



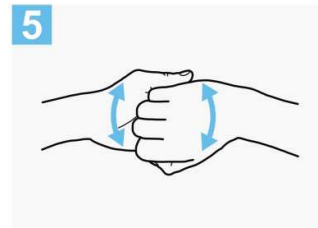
3

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;



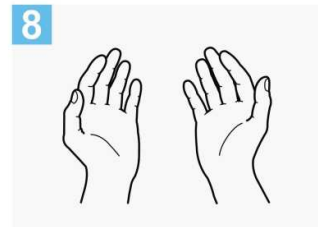
6

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

Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito: OMS

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.

Usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados.

Limpiar las manos después de toser o estornudar.

Las empresas y organismos deben garantizar la disponibilidad de los materiales para facilitar el cumplimiento de una adecuada higiene respiratoria en áreas de trabajo.

Disposición de 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.


ANEXO 2

COVID-19

ENFERMEDAD POR EL CORONAVIRUS 2019

CONÓCELO.

COVID-19 es una enfermedad respiratoria nueva que se identificó por primera vez en Wuhan, China. Actualmente, la propagación se da principalmente de persona a persona.



SÍNTOMAS*

- FEBRE
- CANSANCIO
- TOS SECA
- FRÍO ALTO
- NEURÁLGIA
- DIFICULTAD RESPIRATORIA

SÍNTOMAS COMUNES

CASOS GRAVES

*Los síntomas podrán aparecer de 1 a 12 días después de la exposición al virus.

¿Quiénes están en mayor riesgo de enfermarse gravemente?

- Adultos mayores de 60 años.
- Personas con enfermedades preexistentes como diabetes o cardiopatías.

¿Cómo se transmite?

- Por contacto personal cercano con una persona infectada.
- A través de personas infectadas al toser o estornudar.
- Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

Hasta el momento, no hay vacuna ni tratamiento específico, solo tratamiento de los síntomas. Los casos graves pueden necesitar oxígeno suplementario y ventilación mecánica.

PREPÁRATE.

Infórmate a través de fuentes confiables.

Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón o usa un gel a base de alcohol.

Cúbrete la boca con el antebrazo cuando tosas o estornudes, o con un pañuelo desechable, luego tíralo a la basura y límpiate las manos.

ACTÚA.

Evita el contacto cercano con personas que tengan síntomas de gripe.

Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

Evita compartir vasos, platos u otros artículos de uso personal y limpia y desinfecta los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia.

Si has viajado a áreas donde circula el virus o has estado en contacto cercano con alguien que lo tiene y presentas fiebre, tos o dificultad para respirar, busca atención médica de inmediato. No te automediques.

Nota: Algunos datos pueden cambiar en la medida en que se tenga más conocimiento sobre la enfermedad. febrero 2020.

OPS Organización Panamericana de la Salud

Organización Mundial de la Salud

Conócelo. Prepárate. Actúa.
www.paho.org/coronavirus

ANEXO 3. Res 29/20 SRT

SARS-CoV-2 Recomendaciones y medidas de prevención en ámbitos laborales

MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN LOS AMBIENTES DE TRABAJO

- La higiene de manos, de manera frecuente, es la medida principal de prevención y control de la infección:
 - Antes y después de manipular basura, desperdicios, alimentos, comer y/o amamantar.
 - Después de tocar superficies públicas (*mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.*), manipular dinero, llaves, animales, ir al baño o cambiar pañales.
 - Mantener una distancia mínima de 1 metro con cualquier persona.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con el pliegue del codo o con un pañuelo desechable.
- Evitar compartir elementos de uso personal (*vasos, cubiertos, elementos de higiene, etc.*)
- Informarse sobre la forma de protegerse a sí mismo y a los demás ante la COVID-19, de acuerdo a las indicaciones del empleador y las indicaciones de los medios oficiales.
- Respetar las restricciones relativas a los viajes, los desplazamientos y las concentraciones multitudinarias de personas.
- Ventilación de ambientes mediante la apertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.
- La limpieza de superficies se recomienda que sea húmeda y frecuente de objetos y superficies, con productos como alcohol al 70%, lavandina, etc.

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL

Deben ser adecuados al riesgo o riesgos frente a los que debe ofrecerse protección acorde con la actividad laboral o profesional. Utilizar EPP descartables, o si no es así, que puedan desinfectarse después del uso, siguiendo las recomendaciones del fabricante. La correcta colocación de los EPP es fundamental para evitar posibles vías de ingreso del agente biológico. Cuando sea necesario el uso conjunto de más de un EPP, debe asegurarse la compatibilidad entre ellos.

PROTECCIÓN RESPIRATORIA

Sólo está recomendado para personas con síntomas de infección respiratoria y personal de salud que atiende a personas con síntomas respiratorios. En ningún caso tendrán válvula de exhalación, ya que favorecería la difusión del virus.

GUANTES

Se recomiendan que sean desechables. Para tareas de limpieza y desinfección de superficies, se deben utilizar guantes resistentes a la rotura.

ROPA DE PROTECCIÓN

Debe tener resistencia a la penetración de microorganismos.

Se recomienda que la ropa de protección biológica sea desechable.

La ropa que sea reutilizable (*ambos, batas, guardapolvos, cofias, etc.*) no deberá ser utilizada fuera del ambiente laboral y la limpieza deberá evitar la difusión o propagación de los contaminantes biológicos.

PROTECCIÓN OCULAR Y FACIAL

Se utilizará cuando haya riesgo de contaminación de los ojos a partir de salpicaduras o gotas (*por ejemplo: sangre, fluidos del cuerpo, secreciones y excreaciones*) y durante los procedimientos de generación de aerosoles.

COLOCACIÓN Y RETIRO DE LOS EPP

Deben colocarse antes de iniciar cualquier actividad probable de causar exposición y ser retirados únicamente después de estar fuera de la zona de exposición. Se debe evitar que los EPP sean una fuente de contaminación.

DESCARTE / DESCONTAMINACIÓN

Después del retiro:

Los EPP desechables deben colocarse en contenedores adecuados y correctamente identificados para residuos patológicos.

Los EPP reutilizables deben recogerse en contenedores o bolsas específicas y descontaminarse usando el método indicado por el fabricante antes de guardarlos.

Deberá haber un procedimiento específico para disposición y tratamiento de los EPP.

ALMACENAJE Y MANTENIMIENTO

Los EPP deben ser almacenados adecuadamente, siguiendo las instrucciones dadas por el fabricante, de manera que se evite el daño accidental de los mismos o su contaminación.

Su ART es:

Emergencias:



Consultas e Informes
0800 666 6778
ayuda@srt.gob.ar



Página 1 de 1

ANEXO 4.

Limpieza Y Desinfección

Capacitación Y Protección Personal

El personal de limpieza y desinfección ambiental deberá recibir capacitación en medidas de prevención de infecciones.

El personal de limpieza deberá usar EPP:

- Barbijo.
- Protección ocular.
- Calzado impermeable.
- Guantes.

Productos De Limpieza Y Diluciones

✓ Los desinfectantes probados para eliminar virus son: hipoclorito de sodio 500- 1000ppm u otros clorados alcoholes 62-70%, compuestos fenólicos, compuestos de amonio cuaternario y peróxido de hidrogeno 0,5%, monopersulfato de potasio.

✓ La dilución correcta de hipoclorito de sodio para desinfección de áreas críticas es de 1000ppm y es dependiente de la concentración inicial de clorado. Ej: partiendo de una concentración inicial de 55gr. de cloro por litro, hacer la siguiente cuenta: $1000 \text{ (ppm)} \times 1000 \text{ (ml de agua en el pulverizador)} / 55000 \text{ (gr. de cloro a mg)} = 20 \text{ cc de cloro en 1 litro de agua}$. Los clorados se utilizan en superficies ya limpias y enjuagadas. Solo se usan en pulverizadores. La concentración mínima para la eliminación del virus es 500 ppm.

✓ En el caso de utilizar productos compuestos de amonio cuaternario para la desinfección de superficies e instrumental, deberán tenerse en cuenta los siguientes aspectos:

- o Evitar el contacto con los ojos y la piel.
- o Llevar guantes de protección y protección ocular.
- o Eliminar el producto y su recipiente como residuos peligrosos.
- o En caso de proyecciones, salpicaduras o de contacto con los ojos lavar abundantemente con agua segura durante 15 minutos, manteniendo los párpados separados.
- o En caso de proyecciones, salpicaduras o de contacto con la piel retirar inmediatamente toda la ropa manchada o salpicada, que no debe volver a utilizarse antes de ser descontaminada. Lavar en forma inmediata y con abundante agua.
- o Contener y recoger las fugas con materiales absorbentes no combustibles, por ejemplo: arena, tierra, vermicular, tierra de diatomeas en bidones para la eliminación de los residuos. Absorber el producto disperso con materiales absorbentes no combustibles y barrer o retirar con una pala. Colocar los residuos en bidones con vistas a su eliminación. No mezclarlos con ningún otro residuo. Lavar con abundante agua la superficie manchada y no recuperar el producto con vistas a una reutilización.

Desinfección de superficies

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.

Paso 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.

Paso 2: Desinfección de las superficies

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

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. 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.

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.