



COVID 19

Guías Técnicas

Recomendaciones

**Para el personal de los servicios de residencias de
adultos mayores**

RECOMENDACIONES PARA PERSONAL DE SERVICIOS EN RESIDENCIAS DE ADULTOS MAYORES

Para el armado del protocolo, colocar al inicio los datos del establecimiento

- Razón social y CUIT
- Dirección, localidad, provincia, Código Postal
- Horarios y turnos habituales de trabajo
- Cantidad de trabajadores

1. NORMATIVA DE REFERENCIA

Ley 20.744 de Contrato de Trabajo. · Ley 19.587 de Higiene y Seguridad en el Trabajo. · Ley 24.557 de Riesgos del trabajo. · Ley 27.541 de Solidaridad Social y Reactivación Productiva en el marco de la Emergencia Pública. · Decreto N° 351/1979: reglamentario de la Ley N° 19.587. · Decreto N° 260/2020: Declaración de la emergencia sanitaria por el Poder Ejecutivo Nacional como consecuencia de la pandemia del Coronavirus. · Decreto N° 297/2020 y sus normas complementarias y/o modificatorias: Ordenamiento del Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio en todo el territorio nacional, junto con sus excepciones y los servicios considerados esenciales. · Decreto 367/2020: Consideración de COVID-19 como Enfermedad de carácter profesional no listada. · Resoluciones N° 568/2020 y N° 627/2020 del Ministerio de Salud de la Nación: Se establecen medidas obligatorias y recomendaciones a fin de prevenir y evitar la propagación del Covid-19. · Resolución N° 29/2020 de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo: Se determina la implementación obligatoria de afiches informativos sobre medidas de prevención específicas relativas al Covid19, y aprobación del documento “Recomendaciones y medidas de prevención en ámbitos laborales”. · Resolución 21/2020 de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo: sobre Teletrabajo en el marco de la Emergencia Sanitaria. · Resolución 38/2020 de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo: reglamentaria del DNU 367/2020. · Disposición GG - SRT N° 05/2020: sobre recomendaciones especiales para trabajos exceptuados del cumplimiento del aislamiento social, preventivo y obligatorio; recomendaciones para el desplazamiento desde y hacia el trabajo, uso de elementos de protección personal y correcta colocación y retiro del protector respiratorio. Todo ello sin perjuicio de lo que establezca la autoridad sanitaria local.

El empleador deberá exhibir en lugar visible afiche Res SRT 29/2020 – Afiche informativo sobre medidas de prevención específicas acerca del Coronavirus COVID-19.

2. COVID-19: Contagio y prevención

El COVID-19 se contagia por vía aérea, cuando una persona portadora del virus tose o estornuda y segrega pequeñas gotas. Al entrar en contacto con los ojos, la boca o la nariz de otras personas se produce el contagio. El virus no permanece suspendido en aire, pero sí puede vivir por ciertos períodos de tiempo sobre cualquier tipo de superficies.

Los síntomas más comunes de la COVID-19 son:

- Fiebre
- Cansancio

- Tos seca
- Dificultad para respirar o sensación de falta de aire
- Pérdida del olfato
- Dolor de garganta
- Pérdida del gusto
- Dolores de cuerpo
- Congestión nasal
- Rinorrea
- Diarrea

El virus presenta una estructura lipídica (la cubierta que lo envuelve) que lo hace muy soluble a soluciones jabonosas. Por eso, la principal medida de prevención individual es el lavado de manos (complementada, en forma secundaria, por el alcohol al 70%) y la principal medida colectiva es la “técnica de doble balde - doble trapo”:

- Iniciar la limpieza con soluciones jabonosas con agua y detergente de uso común.
- En el balde N.º 1 agregar agua y detergente.
- Sumergir el trapo N.º 1 en balde N.º 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, instrumental de trabajo etc.). Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.
- Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.
- En el balde N.º 2 (limpio) agregar agua, colocar 100 ml de lavandina, sumergir trapo N.º 2, escurrir y friccionar en las superficies. Si la concentración es de 55 gr/litro, 100 ml de lavandina rinden para 10 litros de agua.
- Enjuagar con trapo N.º 2 sumergido en balde N.º 2 con agua.
- Dejar secar

3. RECOMENDACIONES GENERALES

- Reforzar todas las medidas de higiene personal.
- Lavado frecuente de manos durante la jornada y especialmente:
 - Antes y después de manipular basura, desperdicios, alimentos o de comer.
 - Luego de tocar superficies públicas (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.), manipular dinero, tarjetas de crédito / débito, llaves, animales, etc.
 - Después de utilizar instalaciones sanitarias.
 - Después de estar en contacto con otras personas.
- Mantener una distancia mínima de 2 metros entre personas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Usar protección (barbijo y/u ocular) cuando haya riesgo de salpicaduras o gotas (por ejemplo: sangre, fluidos del cuerpo, secreciones y excreciones).
- No compartir elementos de uso personal (vasos, cubiertos, mate, elementos de higiene, etc.) en comedores o durante la jornada laboral.
- Mantener todos los lugares ventilados.
- Reforzar las rutinas de limpieza y desinfección de los locales antes de comenzar a trabajar y al terminar.
- Limpiar todas las superficies de trabajo y pisos con agua y jabón, solución con lavandina o alcohol al 70%, incluyendo todas aquellas superficies que se tocan (picaportes, botoneras de ascensores, teclados, cajas, etc.).

- Limpiar y desinfectar las herramientas y materiales de trabajo antes y después de trabajar o frente al cambio de turno. Lo mismo con los vehículos y otros elementos de uso compartido (limpiar y desinfectar frente al cambio de personal). En lo posible, evitar el uso compartido.
 - Las tareas de fumigación o limpieza y desinfección deben seguir las medidas de seguridad e higiene propias de la tarea.
 - Garantizar la provisión de agua potable en cantidades suficientes para hidratarse, higienizar y desinfectar.
 - Reducir al mínimo la dotación.
 - Mantener la distancia de 2 metros entre los trabajadores en todo momento.
 - Separar al trabajador de otras personas o del público mediante mamparas, pantallas o cortinas adecuadas, en la medida en que sea posible.
 - Limitar el ingreso de público a lugares de atención o de visitantes (familiares de detenidos, personas que ingresan a una sala de espera, etc.). Hay que indicar que aguarden en la vía pública manteniendo la distancia, no permitir el ingreso de acompañantes innecesarios, establecer cupos máximos de ingreso, son algunas de las medidas a evaluar.
 - Proveer a los trabajadores de elementos de higiene (agua y jabón, alcohol en gel, otros) y seguridad según corresponda a sus actividades (guantes descartables, barbijo descartable, protección ocular, otros) y capacitarlos en su correcta colocación, retiro, disposición, mantenimiento.
- Los EPP (elementos de protección personal) son individuales, no se comparten.
 - Los EPP de protección contra el coronavirus deben ser descartables, en lo posible, y no interferir con otros EPP necesarios para realizar la tarea en forma segura.
 - Higienizar y desinfectar los guantes descartables, especialmente cuando hay interacción con público o intercambio de objetos (tarjetas, dinero, mercadería).
- Reducir al mínimo el traslado de personal, realizando la higiene y desinfección antes y después de cada traslado. Minimizar el uso de transporte público.
 - Reforzar las condiciones de higiene de los espacios comunes particularmente comedores y sanitarios, aumentando la frecuencia de higiene y desinfección. Establecer turnos para que haya menos personas utilizándolos en forma simultánea. No compartir utensilios.
 - En caso de ser necesario el acercamiento por entrega de materiales/mercancías y/o alimentos, se debe asignar un lugar para dejarlos con un mecanismo de aviso a fin de que otro trabajador espere y lo retire oportunamente, minimizando el acercamiento y contacto entre personas. Este lugar se deberá higienizar constantemente.
 - Para mercadería transportada en camiones: coordinar ingresos y egresos de los mismos para evitar congestiones y minimizar los tiempos de carga, descarga y espera. Se recomienda que la espera del chofer sea dentro del camión.
 - Mantener la limpieza de los depósitos de residuos, higienizándolos con agua y jabón, o soluciones desinfectantes. Establecer protocolos específicos de acción en caso de tratamiento de residuos contaminados. Señalizar lugares destinados a la disposición de los elementos de higiene, desinfección y EPP descartados.
 - Los servicios de Higiene y Seguridad en Trabajo, y de Medicina Laboral deberán evaluar las condiciones particulares del establecimiento y recomendar las medidas específicas que correspondan implementar en cada caso, así como también analizar los procesos de trabajo y otros elementos del sistema de gestión para sugerir adaptaciones. Los servicios serán responsables de la capacitación al personal.
 - El empleador deberá exhibir en lugar visible afiche Res SRT 29/2020 – Afiche informativo sobre medidas de prevención específicas acerca del Coronavirus COVID-19.

4. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS

- Prohibir o limitar al máximo el ingreso y el egreso a toda persona que no trabaje en la residencia, incluyendo las visitas familiares. Brindar asistencia a los residentes para mantener el contacto con los familiares por medios digitales.
- Colocar en la entrada y en lugares comunes afiches con información y consejos preventivos sobre el coronavirus.
- Disponer dispensadores con alcohol en gel en áreas comunes.
- Realizar actividades formativas para la educación sanitaria de residentes y personal.
- Reforzar la vacunación de acuerdo con el Calendario Nacional vigente.
- Controlar la temperatura todos los días a los residentes.
- Asignar cuidadores o enfermeros para distintos grupos de residentes, quienes deberán hacer un seguimiento diario de la salud y registrar su evolución.
- Evitar la rotación del personal asignado para la atención directa de las personas mayores, reduciendo así el riesgo de transmisión.
- Las personas trabajadoras con sintomatología respiratoria deberán consultar a su servicio sanitario para realizar una valoración individualizada sobre la pertinencia de la continuidad de sus actividades laborales.
- Limitar el uso de los residentes de los espacios comunes y hacerlo usando tapabocas.

Recomendaciones para las personas trabajadoras de la residencia

- El uso de barbijo debe ser cuando no se puede mantener la distancia social (2 metros) y en conjunto con el resto del equipo de protección personal (gafas o pantalla facial, guantes, ropa de trabajo o camisolín).
- Debe reducirse al máximo posible el número de trabajadores en contacto directo con el residente. Pueden organizarse grupos de profesionales que asistan a grupos de personas afiliadas, sin rotación.
- Realizarán higiene de manos antes y después del contacto con los residentes, después del contacto con superficies o equipos potencialmente contaminados (se considera contaminado todo aquello que haya entrado en contacto con un caso sospechoso o sus secreciones o permanecido a una distancia menor a dos metros de este) y después de quitarse el equipo de protección individual.
- Los guantes deben ser cambiados siempre con cada residente y se ha de realizar higiene de manos tras su retirada y antes de colocarse unos nuevos. Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos.

Recomendaciones de limpieza y desinfección

- Se deben implementar programas intensificados de limpieza en el centro, con especial atención a las zonas donde puedan transitar mayor número de personas y las superficies de contacto frecuente.
- El procedimiento de limpieza y desinfección de las superficies y de los espacios en contacto con el paciente se deberá realizar acorde a las Recomendaciones del Ministerio de Salud de la Nación. Existe evidencia de que los coronavirus se inactivan en contacto con una solución de hipoclorito sódico con una concentración al 0,1%, etanol al 62-71% o peróxido de hidrógeno al 0,5%, en un minuto.
- Es importante que no quede humedad en la superficie cercana al paciente. Se pueden emplear toallitas con desinfectante.
- Se emplearán los detergentes y desinfectantes habituales autorizados para tal fin y para las superficies se utilizará material textil desechable.
- En el caso de superficies que no sean aptas para la limpieza con soluciones de agua con detergentes o lavandina, como teléfonos celulares y teclados de computadoras entre otros, y de ser aptos a limpieza con alcohol, utilizar solución alcohólica al 70%. De lo contrario utilizar productos aptos para ese fin.
- El personal de limpieza deberá ser instruido, previa a la realización de la primera entrada a la habitación de las personas afectadas por COVID-19 acerca del uso del equipo de protección individual adecuado.
- El material utilizado que sea desechable se introducirá en un cesto destinado a material patógeno.

- Los residuos generados en la atención del paciente se eliminarán en bolsas identificadas a tal fin.
- El personal deberá colocarse el EPP para entregar la comida a los pacientes con sospecha o confirmación de COVID-19. Retirarse el EPP de manera correcta y antes de salir de la habitación. La retirada de la ropa de la habitación del paciente se realizará según las recomendaciones, embolsada y cerrada dentro de la propia habitación.
- Los residuos estarán con tapa y etiquetados con las advertencias precisas.
- Los residuos del paciente, incluido el material desechable utilizado por la persona enferma deben descartarse siguiendo las recomendaciones vigentes para el manejo de material biológico extremando las medidas para evitar el contacto con otras superficies. El personal que maneje estos residuos debe cumplir con las normativas para de utilización de EPP.
- Se recomienda que la vajilla sea descartable o bien se lave con agua caliente y detergente.

EPP sugeridos por puesto

- Enfermeros, Médicos, Kinesiólogos, Fisiatras: delantal o ambo + Barbijo + Guantes descartables + protección ocular (gafas) o facial. En caso de pacientes con sospecha de COVID19 complementar con camisolín o mameluco descartable y protectores de calzado descartables.
- Psicólogo: camisolín + tapabocas + guantes descartables + gafas.
- Administrativos, recepcionistas, personal auxiliar: delantal + barbijo + guantes descartables. En lo posible restringir su concurrencia e instrumentar teletrabajo.
- Cocineros: delantal + barbijo + guantes descartables + cofia.
- Personal de limpieza: delantal o ambo + barbijo + guantes descartables + protección ocular (gafas) o facial.

Actuación ante la sospecha o confirmación de COVID19

- Todos aquellos residentes que presenten sintomatología respiratoria aguda o fiebre deberán ser aislados en una habitación con buena ventilación (preferiblemente al exterior) e idealmente con un baño propio hasta que sea evaluado por el personal médico y defina si se sospecha COVID-19.
- Ante la sospecha de COVID-19 se informará en forma inmediata al residente, a la familia y a las autoridades de salud pública. Se realizará el seguimiento según lo establecido por estas últimas.
- Si el paciente cumple con los criterios de caso sospechoso, se notificará a la autoridad sanitaria de la jurisdicción y se evaluará su traslado al centro determinado.
- Mientras se espera la derivación se deben implementar las precauciones estándar, por contacto y por gotas que consiste en: higiene de manos, uso de EPP y aislamiento individual.
- En el caso que un paciente se encuentre aislado por sospecha de COVID-19, así sea aguardando el traslado, se colocarán carteles en la puerta o en la pared fuera de la habitación del residente donde se describa claramente el tipo de precauciones necesarias.
- Si un residente pudo haber estado en contacto con un caso confirmado de COVID-19 deberá permanecer aislado dentro de la residencia con las medidas anteriormente mencionadas. Además, se realizará una vigilancia activa en busca de síntomas respiratorios.

Si el trabajador presenta síntomas Deberá solicitar inmediatamente atención médica y seguir las pautas que le sean indicadas al teléfono que indique la autoridad sanitaria de su jurisdicción, a saber: 107 CABA, 148 Provincia de Buenos Aires y a nivel nacional el 120. Los teléfonos de contacto del resto de las jurisdicciones podrá encontrarlos en el siguiente link www.argentina.gob.ar/coronavirus/telefonos

Fuentes

SUPERINTENDENCIA DE RIESGOS DEL TRABAJO - RECOMENDACIONES ESPECIALES PARA TRABAJOS EXCEPTUADOS DEL CUMPLIMIENTO DE LA CUARENTENA

<https://www.argentina.gob.ar/srt>

http://www.msal.gob.ar/index.php?option=com_bes_contenidos

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/recomendaciones-prevencion-empresas-organismos-atencion-publico#4>

<https://www.pami.org.ar/saberesprevenir>

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19>

Strategies to Prevent the Spread of COVID-19 in Long-Term Care Facilities (LTCF)

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/healthcare-facilities/prevent-spread-in-longterm-care-facilities.html>

Documento técnico Recomendaciones a residencias de mayores y centros sociosanitarios para el COVID-19 Versión de 5 de marzo de 2020. Sociedad de Gerontología Española

Guía de prevención y control frente al COVID19 en residencias de mayores y otros centros de servicios sociales de carácter residencial Versión de 24 de marzo de 2020. Ministerio de Sanidad de España.

The Epidemiological Characteristics of an Outbreak of 2019 Novel Coronavirus Diseases (COVID-19) — China, 2020

<http://www.uart.org.ar/~uart/recomendaciones-por-actividad-2/>

