

PROTOCOLO COVID-19 PARA ATENCIÓN AL PÚBLICO Y REUNIONES EN LA SEDE DEL SIDUNSJ



Gobierno de la Provincia de San Juan

Ministerio de Salud Pública

A la Sra. Ministra de Salud Pública

Dra. Alejandra Venerando:

En mi carácter de Secretario General del Sindicato de Trabajadores Docentes de la Universidad Nacional de San Juan me dirijo a Uds. para solicitar aprobación del “Protocolo COVID-19 para atención al público y reuniones en la sede del SiDUNSJ”.

La misión de nuestro sindicato es garantizar los derechos laborales de las y los trabajadoras/es docentes que desempeñan tareas de enseñanza, investigación, creación y extensión en la Universidad Nacional de San Juan. Su identidad gremial se funda en un proyecto de universidad pública, gratuita, laica, popular y emancipatoria. Su compromiso con los trabajadores docentes, con la defensa de la educación pública y con un proyecto de país democrático e inclusivo es irrenunciable.

En este sentido, es necesario restablecer la actividad en nuestro local para poder asegurar el ejercicio de los derechos laborales del sector que representamos, el cual se encuentra desempeñando tareas ininterrumpidamente en la UNSJ desde el inicio del Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio a través de la modalidad virtual.

Habiendo incorporado las recomendaciones recibidas desde el Comité Evaluador de ese ministerio, presentamos para su aprobación definitiva estas recomendaciones que buscan prevenir la transmisión de todas las infecciones respiratorias en el marco de la actividad habitual en nuestra sede gremial, incluyendo las infecciones producidas por coronavirus como el COVID-19. Particularmente, nos ocupamos de prevenir el contagio de esta última, ya que, como es sabido, se trata de una pandemia de graves y profundas consecuencias de salud, económicas y sociales. El COVID-19 es un virus y, como tal, no tiene tratamiento específico sino solo sintomático, y por ello cobran especial relevancia todas las medidas preventivas que debemos implementar con el objetivo de cuidarnos y cuidar a toda la población. Hoy más que nunca urge pensar y actuar en forma colectiva y solidaria, por el bien de todas y todos.

Sin otro particular, saludo a Uds. muy atentamente,



Esteban Vergalito
Secretario General SIDUNSJ

PROTOCOLO COVID-19

PARA ATENCIÓN AL PÚBLICO Y REUNIONES EN LA SEDE DEL SiDUNJSJ

- Lugar de aplicación: sede del SiDUNJSJ, Patio San Ignacio, Torre Sur, Local 11, calle Nuche s/n.
- Espacio físico total: 91,50 m2. Se usará el aforo máximo reducido al 30%.
- Horario de atención al público: lunes, miércoles y viernes de 9:30 a 12:30 horas.
- Horario de trabajo de Comisión Directiva: miércoles o viernes de 9:30 a 12:30 horas.
- Horario de trabajo del Cuerpo de Delegados: miércoles o viernes de 9:30 a 12:30 horas.

MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

Las medidas que adoptamos son prácticas estándar para la prevención de infecciones respiratorias tales como gripe y coronavirus, entre otras, que se transmiten por gotas de saliva al hablar, toser y estornudar, y que contaminan superficies y objetos en un área de circunferencia de aproximadamente un metro. Estas medidas serán ampliamente difundidas desde nuestro sindicato por todas nuestras vías de comunicación y redes sociales: página web (<http://sidunjsj.com.ar.nutria.avnam.net/>), mail masivo, Facebook institucional (<https://www.facebook.com/SiDUNJSJ>) y whatsapp.

En función del carácter altamente dinámico de la pandemia y de la disponibilidad de evidencia, estas recomendaciones están sujetas a revisión continua y posibles modificaciones que se comunicarán oportunamente. Las medidas de prevención recomendadas tienen por objeto minimizar las posibilidades de contagio de COVID-19. Estas medidas son prácticas estándar para la prevención de infecciones respiratorias tales como gripe y coronavirus, entre otras, que se transmiten por gotas de saliva al hablar, toser y estornudar, y que contaminan superficies y objetos en un área de circunferencia de aproximadamente un metro. Luego serán ampliamente difundidas desde nuestro sindicato por todas nuestras vías de comunicación y redes sociales: página web (<http://sidunjsj.com.ar.nutria.avnam.net/>), mail masivo, Facebook institucional (<https://www.facebook.com/SiDUNJSJ>) y whatsapp.

RECOMENDACIONES PARA LA POBLACIÓN:

- Toda vez que se hace referencia al distanciamiento social lo recomendado es distancia social de 2 metros.
- Evitar el contacto físico al saludar con besos, abrazos u apretones de mano.
- No usar accesorios tales como anillos, pulseras, cadenas, etc.
- Realizar una adecuada higiene y desinfección de elementos de uso personal indispensables tales como llaves, anteojos, etc. No compartir mate, vajilla ni utensilios.
- En cuanto a la higiene de manos recordar que debe emplearse soluciones a base de alcohol únicamente cuando las manos se encuentran limpias, en caso contrario debe realizarse el lavado con agua y jabón. Se aconseja el lavado de manos con una duración de 40-60 segundos antes de comer, después de manipular papeles o residuos, después de ir al baño.
- Promover el lavado del cubreboca con agua y jabón al menos una vez al día y cambiarlo inmediatamente si se encuentra sucio o mojado.

AL SALIR DE CASA:

- Planificar la rutina diaria para salir la menor cantidad de veces posible.
- Las salidas de mascotas deben ser breves y con la frecuencia indispensable. Al regresar, limpiar patas y hocico con toalla húmeda o papel tissue con agua y jabón blanco.
- Llevar alcohol en gel para limpiarse manos luego de tocar superficies u objetos en lugares públicos.

FUERA DE CASA:

- Mantener siempre el distanciamiento social de 2 metros con otras personas.
- Evitar lugares donde haya concentración de personas: reuniones en las que sea difícil mantener la distancia adecuada y encuentros en espacios cerrados.
- Evitar tocarse la cara, dar la mano, abrazar o besar a otras personas.
- No compartir mate, vajilla y ni utensilios.
- Evitar visitas a otras personas, especialmente a las que pertenecen a los grupos de riesgo, incluso si son familiares. Buscar formas alternativas de mantener en contacto.
- En el comercio, no tocar productos si no es necesario. Pensar de antemano qué se necesita comprar.
- Comprar cantidades razonables, sin exagerar: seamos considerados con los demás.
- De ser posible, pagar con tarjeta.

TRANSPORTE DESDE Y HACIA EL LUGAR DE TRABAJO

- Usar medios de transporte individuales (automóvil, bicicleta, entre otros) toda vez que sea posible. Mantenerlos ventilados y desinfectados en su interior.
- Usar el transporte público solo si es imprescindible: usar barbijo o tapabocas en todo momento; lavarse las manos antes y después de los desplazamientos; usar los asientos que la normativa provincial permita; evitar aglomeramientos.

AL VOLVER A CASA:

- Quitarse el barbijo y lavarlo o tirarlo si es descartable. Retíralo desde el elástico sin tocar el frente, que puede estar contaminado.
- No tocar nada antes de lavarse las manos con agua y jabón o solución de alcohol.
- Desinfectar celular, llaves y objetos usados en la calle, con alcohol al 70% (7 partes de alcohol de farmacia al 96% con 3 partes de agua destilada o hervida y fría).
- Mantener la limpieza del hogar y ventilar los ambientes.

PREGUNTAS FRECUENTES:

¿Cuáles son las medidas preventivas necesarias para evitar la propagación del COVID-19 y otras infecciones respiratorias?

Dado que los virus no tienen tratamiento, es imperiosamente necesario adoptar (y educar a otros para que también adhieran) las únicas medidas preventivas conocidas hasta ahora para evitar la diseminación del COVID.19 en nuestros lugares de trabajo y en nuestra provincia. Estas medidas son:

- **DISTANCIAMIENTO** de 2m. entre personas (salvo convivientes)
- **HIGIENE DE MANOS:** lavado con agua y jabón neutro (preferible) o lavado en seco (en ambos casos, durante 30 a 40 segundos)

- **NO TOCAR OJOS-NARIZ-BOCA** sin lavarse previamente las manos.
- **HIGIENE RESPIRATORIA:** el uso de cubreboca actualmente es obligatorio en todo el territorio provincial en lugares públicos. Este protocolo se adecuará en caso de que esta normativa cambie (aumente o disminuya su uso).
- **Uso correcto de barbijo o cubreboca** (cubrir nariz, boca y mentón) y constante (no retirar para hablar) en todos los espacios públicos. Transporte: se usa en el público; en el particular, sólo si se transporta a no convivientes (si se puede, los no convivientes viajan atrás; si no se puede porque viajan varios, hablar lo menos posible durante el viaje); no es necesario en bicicletas o al caminar en la calle si no hay personas a menos de 2 m. Colocarse el barbijo con las manos ya lavadas, y evitar tocar su cara externa durante todo el tiempo de uso.
- **Toser y estornudar** siempre con el barbijo y en el pliegue del codo. En caso de resfríos o alergias, tener a mano pañuelos descartables, aunque son riesgosos por el tiempo que podemos tardar en colocarlos para cubrir boca y nariz (si se usan, desechar inmediatamente y luego lavar manos).
- **LIMPIEZA DE SUPERFICIES DE USO FRECUENTE:** mesas, escritorios, mesadas, picaportes, llaves de luz, etc., y también de elementos personales tales como celulares y llaves.
- Si el tipo de material lo admite, limpiar con lavandina (diluir 100cc de lavandina de 55g en 10 litros de agua: esta preparación sólo sirve dentro de las 24 hs o de una jornada laboral).
- Si no lo admite, usar solución de alcohol al 70%.
- *El rociado o vaporización no elimina virus. se debe frotar o arrastrar; rociar sin frotar produce falsa percepción de seguridad.*
- **VENTILACIÓN DE AMBIENTES** cada 3 horas unos 10 o 15 minutos (dependiendo de las aperturas y del tamaño del espacio a ventilar) o bien cada vez que se reemplace el grupo de personas que usan el mismo lugar.

¿Qué cuidados generales debemos tomar en la vinculación con otros?

- Mantener al menos 1,5 metros de distancia entre personas.
- Evitar tocar y tocarse cara, boca, ojos y nariz.
- No compartir mate, cubiertos, vasos, toallas y demás artículos de higiene personal.
- Evitar saludos de mano y beso, usar sólo saludo seguro (de antebrazos o codos).
- Incitar a la población mayor de 65 años o con problemas respiratorios y demás personas incluidas en grupos de riesgo a no concurrir en forma presencial y utilizar vías telefónicas o digitales (correos electrónicos y redes sociales) para la realización de trámites o consultas.
- Recalcar a la población vulnerable la importancia de quedarse en su casa y, en los casos estipulados, respetar la cuarentena de 14 días.

¿Qué debemos hacer con un caso sospechoso?

- Para evitar la diseminación de Covid-19 y de infecciones respiratorias, es importante que las personas que presentan síntomas tales como fiebre, tos, dolor de garganta, NO concurran a sus sitios de trabajo.

- Debe indicárseles la consulta médica para obtener el diagnóstico y tratamiento adecuado, y la permanencia en sus casas hasta la fecha de alta médica. En caso de fiebre, tos o dolor de garganta, llamar al 107 sin moverse del hogar.

¿Cómo debemos lavarnos las manos?

- El lavado de manos implica mojarse las manos, usar jabón neutro, frotar palmas y dorsos, pliegues interdigitales y uñas, enjuagarse bien, secarse con papel descartable (y cerrar el agua con el mismo). Este proceso debe durar entre 30 y 40 segundos.
- Esta medida de cuidado puede realizarse sobre todo a través del lavado con agua y jabón, ya que es la forma más efectiva para prevenir el contagio. En el caso de que no se disponga de agua segura y jabón neutro, realizar el mismo procedimiento con elementos sanitizantes (alcohol al 70% líquido o gel)

¿Cuándo debemos lavarnos las manos?

- Antes de comer y manipular alimentos.
- Antes y después de manipular documentos y/o expedientes.
- Luego de haber tocado pasamanos, picaportes, barandas u superficies comunes.
- Después de manipular basura o desperdicios.
- Después de ir al baño.

¿Cómo mantener los espacios ventilados y desinfectados?

A fin de reducir el riesgo de transmisión de virus respiratorios a través de superficies y objetos contaminados con secreciones, todos los que habitan un espacio laboral son responsables de colaborar en la higiene del mismo:

- Desinfectar diariamente mostradores, barandas, picaportes, puertas, etc.
- Previo a la aplicación de desinfectante y para asegurar la remoción mecánica de la suciedad presente deben limpiarse las superficies con agua y detergente.
- La forma sugerida es siempre la limpieza húmeda con trapeador o paño, en lugar de la limpieza seca (escobas, cepillos, etc.).
- Para asegurar la adopción de esta pauta, se debe utilizar equipo de protección individual adecuado para limpieza y desinfección.
- Complementariamente a esta medida, se debe procurar la ventilación de ambientes cerrados mediante la apertura de puertas y ventanas a fin de permitir el recambio de aire.
- Disponer de agua segura, jabón neutro y toallas de papel en la instalación sanitaria, así como preparación desinfectante a la entrada del local para lavado de manos en seco (alcohol al 70% en solución o en gel)

Recomendaciones específicas para la actividad en el local

Previo a la reapertura del local, bajo la responsabilidad personal y social se informará sobre la obligatoriedad de control del estado de salud al personal administrativo y a los integrantes de Comisión Directiva, vía correo electrónico. Se solicitará la confirmación de NO PRESENTACIÓN de dos (o más) síntomas entre los siguientes: fiebre de 37,5°C, tos, dolor de garganta, dificultad respiratoria, cefalea, diarrea y/o vómitos o pérdida brusca de gusto u olfato

(actualizado 3/8/20 en <https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19>). En el mismo correo se solicitará información de contactos estrechos que hubieran estado fuera de la provincia en los últimos 15 días.

***Frente la presencia de dos o más síntomas,
y/o haber mantenido contacto con personas provenientes de otra provincia o país,
y/o haber mantenido contacto con persona/s infectada/s con COVID-19,
se solicitará inmediatamente llamar al 107 y no concurrir al local por ningún motivo.***

Uso de elementos de protección:

- Secretaria: uso de máscara facial provista por el sindicato.
- Comisión Directiva y Delegados: uso de cubreboca o barbijo.
- Afiliados y público en general: ingreso sólo con cubrebocas o barbijo.

Procedimiento de ingreso al local:

- Se trabajará con ingreso restringido según la capacidad máxima del local.
- El trabajo se hará a puerta cerrada, y la apertura y entrada estará a cargo del personal administrativo, quien será responsable de la restricción numérica y el distanciamiento correspondiente.
- Se mantendrá la distancia entre personas tanto en la puerta de acceso como luego del ingreso.
- Registro de ingreso: Apellido y Nombre, DNI, teléfono, firma, hora de ingreso y salida de toda persona que ingresa al local.
- Control de temperatura mediante termómetro infrarrojo digital (sin contacto).
- Lavado de mano en seco (igual procedimiento que con agua y jabón, pero usando preparación de alcohol al 70%).
- Mantener (tanto fuera del local como después del ingreso) distancia de 1.5m entre personas.

Capacitación para los cuerpos orgánicos y personal de la institución sindical:

- Como primera actividad, se llevará a cabo una capacitación sobre las medidas preventivas que deben implementarse a partir de la nueva normalidad. Se socializará el presente protocolo y se realizará taller teórico práctico sobre medidas higiénicas, uso de elementos de protección personal y medidas elementales a tener en cuenta en el ámbito privado (hogares) y en el público (el local sindical de SIDUNSJ y la Universidad Nacional de San Juan como ámbito de trabajo)

Información disponible en afiches visibles:

- En todo momento es recomendable poner a disposición del público información sobre la línea de atención ciudadana (107) ante la presencia de síntomas, la adecuada higiene de manos y la apropiada higiene respiratoria o manejo de la tos ante la presencia de síntomas de una infección respiratoria.
- Las recomendaciones visuales suelen ser de utilidad como recordatorios en el lugar de acceso a las instalaciones. Se sugiere su ubicación en lugares fácilmente visibles para el público general, pasajeros, visitantes.
- Ante la presencia de síntomas llamar al 107.
- Se agregan en anexo los afiches reglamentarios.

Limpieza y desinfección de superficies:

- Se evitará limpieza seca y se usará sólo limpieza húmeda, siempre desde lo más limpio hacia la parte más usada o sucia: luego de cada jornada laboral se realizará limpieza y desinfección de todas las instalaciones.
- Limpieza húmeda: se usará trapeador con técnica de doble balde y doble trapo.
- Se prepara en un recipiente (balde 1) una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma.
- Se sumerge el trapo (trapo 1) en la solución preparada en balde 1, se escurren y friccionan las superficies a limpiar. Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.
- Se repite el paso anterior hasta que quede visiblemente limpio.
- Se enjuaga con un segundo trapo (trapo 2) sumergido en un segundo recipiente (balde 2) con agua limpia.
- Luego de la limpieza se desinfectarán los elementos de contacto frecuente durante la actividad (perillas de luz, mousse de computadoras, mesadas, escritorios, picaportes, etc.).
- Se usa una dilución de hipoclorito de sodio (100 ml de lavandina de 55g en 10 litros de agua.
- Se sumerge el trapeador o paño en la solución preparada, se escurren y friccionan las superficies a desinfectar.
- Dejar secar la superficie.
- Ventilación de 15 minutos antes de cerrar el local.
- El personal de limpieza utilizará equipo de protección individual adecuado para limpieza y desinfección.

El presente protocolo está basado en la normativa actual nacional y provincial. El mismo será revisado periódicamente y adaptado según se modifique la situación provincial y las normativas que oportunamente emanen del Ministerio de Salud Pública de la provincia.

<https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/protocolos>

Ministerio de Salud de la Nación: Material para descargar

http://www.msal.gob.ar/index.php?filter_problematika=44&filter_soporte=23&palabra_clave=&option=com_ryc_contenidos

Lavado de manos: <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/lavar-manos>

Ministerio de Salud de la provincia de San Juan: Protocolo Provincial COVID-19

<https://sisanjuan.gob.ar>

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

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus/poblacion>

ANEXO 2: AFICHES PREVENCIÓN COVID-19



saber para prevenir

CORONAVIRUS COVID-19

Produce una enfermedad respiratoria leve que solo en algunos casos puede complicarse (principalmente en personas mayores). Se transmite por vía respiratoria cuando el contacto es cercano o por contacto con superficies contaminadas.

CUIDADOS



Lavarse las manos con jabón regularmente.



No llevarse las manos a los ojos, boca y la nariz.



Desinfectar con agua y lavandina los objetos que se usan con frecuencia.



Toser y estornudar en el pliegue del codo.

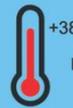


Ventilar los ambientes.

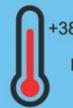


No compartir vasos, botellas, platos u otros artículos de uso personal

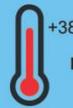
SÍNTOMAS



fiebre
y tos



fiebre
y dolor de garganta



fiebre
y dificultad
para respirar

Si tiene alguno de estos síntomas y viajó a una zona de riesgo o tuvo contacto con un caso confirmado, no se automedique, quédese en su domicilio y llame en San Juan al 107

! CUIDADOS PARA EVITAR EL CONTAGIO DEL CORONAVIRUS



Lavá tus manos con agua y jabón frecuentemente.



Cubrí tu nariz y boca al toser y estornudar con tu antebrazo.



No te lleves las manos a los ojos, la nariz y la boca.



Ventilá los ambientes.



Desinfectá los objetos que usás con frecuencia.



Tomá 2 metros de distancia con las personas.



Evitá los saludos de manos, los besos en la mejilla y compartir utensilios.



Si regresaste de alguna zona de riesgo con virus circulante, o estuviste en contacto con algún caso confirmado, quedate en casa, avisá a tu lugar de trabajo y evitá por 14 días todo tipo de contacto.

Tus inasistencias serán justificadas

• Si presentás síntomas como fiebre y dificultades respiratorias (tos, dolor de garganta o problemas para respirar), llamá al 107.

#PorMiPorTodos

HIGIENE DE MANOS

1a

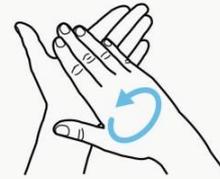


Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;

1b

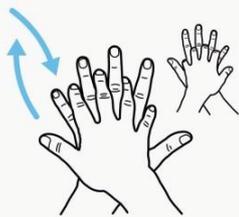


2



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



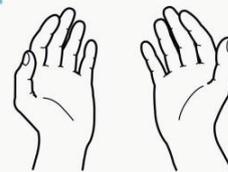
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

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