

Orientaciones de salud pública para la prevención del COVID-19 en diferentes sectores durante el periodo de transición de la epidemia

14 de mayo de 2020

Una vez que la evolución de la epidemia de la COVID-19 comience a estar controlada mediante las medidas de confinamiento tomadas durante el estado de alarma, se inicia un proceso de transición con una serie de medidas graduales de desescalamiento tal como se proponen en el *Plan para la transición hacia una nueva normalidad* del Gobierno de España. El plan establece el desarrollo de cuatro capacidades estratégicas: a) vigilancia epidemiológica; b) identificación y contención de las fuentes de contagio; c) asistencia sanitaria; y d) medidas de protección colectiva, de dimensión tanto nacional como autonómica y local. Las tres primeras capacidades están relacionadas con el reforzamiento de la salud pública y la suficiencia de la asistencia sanitaria en atención primaria y especializada. La cuarta capacidad, el desarrollo de medidas de protección colectiva esta relacionada con el papel de la sociedad en la adopción de las medidas preventivas y la promoción de la vida saludable. Para lo cual es muy importante la integración de pautas de salud pública en la organización y desarrollo de las actuaciones habituales en todos los sectores de la actividad económica y social como el transporte, la industria, el comercio, la educación, la agricultura, los servicios públicos etc. También es clave la implicación de la ciudadanía para fomentar la responsabilidad social y comunitaria en la puesta en práctica de las medidas encaminadas a reducir la diseminación de la infección y el fomento de la vida saludable.

Hasta que existan tratamientos idóneos o se desarrollen vacunas efectivas y seguras, las medidas preventivas son las únicas formas de control de la diseminación de la infección por SARS-coV-2. Salud Pública tiene que proporcionar orientaciones preventivas a los diferentes sectores, para facilitar la integración de estas medidas preventivas y la elaboración por su parte de los planes de contingencia que garanticen que los entornos de trabajo y de interacción social son seguros y saludables. Este proceso implicará un trabajo colaborativo entre Salud Pública y los interlocutores de los diferentes sectores para definir y establecer las medidas preventivas que se adaptan a la organización, contexto y características de cada ámbito. Este documento recoge los aspectos clave que habrá que desarrollar y adaptar a las características de los diferentes sectores.

Transmisión de la COVID-19

La COVID-19 es una infección producida por el nuevo coronavirus denominado SARS-coV-2, que se transmite por las gotas respiratorias (mayores de 5 micras) que se expulsan por las personas infectadas al toser o al hablar, capaces de llegar hasta distancias de 2 metros. El virus se ha detectado en secreciones nasofaríngeas, incluyendo la saliva. La puerta de entrada en la persona receptora son las mucosas de la cara (boca, nariz y ojos)

bien de forma directa o indirecta cuando la mano o los fómites contaminados entran en contacto con la mucosa de la boca, nariz u ojos.

El *informe científico técnico de la enfermedad por Coronavirus (COVID-19)* del Ministerio de Sanidad (17-abril-2020) revisa la presencia del virus en diferentes superficies y también en aerosoles. La permanencia de SARS-CoV-2 viable en diferentes superficies ha sido valorado en un estudio en: cobre (4 horas), cartón (24 horas), acero inoxidable, (48 horas) y plástico (72 horas), cuando se mantiene la temperatura a 21-23 °C y con 40% de humedad relativa. Otro estudio realizado a 22 °C y 60% de humedad, deja de detectar el virus tras 3 horas sobre superficie de papel (de imprimir o pañuelo de papel), de 1 a 2 días cuando lo aplican sobre madera, ropa o vidrio y más de 4 días cuando se aplica sobre acero inoxidable, plástico, billetes de dinero y mascarillas quirúrgicas. Sobre la presencia de SARS-CoV-2 en aerosoles, un estudio ha demostrado, en condiciones experimentales, la permanencia durante tres horas en aerosoles, con una semivida media de 1,1 horas (IC 95% 0,64-2,64). En espacios cerrados se ha podido detectar carga viral como en los baños de pacientes (19 copias/m³) y en las habitaciones designadas para retirar el EPI de los sanitarios (18-42 copias/m³). Tras aumentar la limpieza de los baños y reducir el número de sanitarios usando las habitaciones, se redujeron los contagios. Se desconoce el significado de estos hallazgos y si la cantidad detectada puede ser infectiva .

Todavía no se conoce bien la dinámica de transmisión del SARS-CoV-2. Los estudios realizados consideran que la transmisión ocurre principalmente a partir de un contacto prolongado y cercano (convivientes, personas que han comido o viajado juntas). Por eso se ha considerado un contacto a aquella persona que ha estado a menos de dos metros de un caso al menos durante 15 minutos. También se consideran de alto riesgo las circunstancias y los eventos supercontagadores, aquellas aglomeraciones que facilitan un contacto prolongado (residencias, funerales, ceremonias, grandes reuniones, encuentros deportivos, cruceros, residencias). Por consiguiente, los entornos en los que el contacto cercano es mínimo serán de menor riesgo que aquellos con un contacto prolongado. Sin embargo, que exista un riesgo bajo no significa que sea cero. Cualquier lugar donde la gente se reúna o tenga contacto con superficies compartidas podría ser, en teoría, una oportunidad de transmisión.

Medidas preventivas

Las medidas preventivas para evitar la diseminación del SARS-CoV-2 tienen que ver con la prevención por gotas y por contacto. Las medidas principales son:

1. **Mantenimiento de la distancia física de 2 metros.** Es una medida básica para estar fuera del radio de diseminación de las gotas respiratorias que transmiten la infección.
2. **Higiene de manos.** Es la medida más importante para evitar la transmisión por el importante papel de las manos en el contagio. Puede realizarse con agua y jabón, y también con soluciones hidroalcohólicas.
3. **Higiene respiratoria.** Se trata de evitar la diseminación de las secreciones respiratorias que pueden transmitir la infección. La utilización de pañuelos desechables para cubrirse la boca y la nariz, o en su defecto con el codo flexionado. Como parte de la higiene respiratoria se considera el uso de mascarillas higiénicas para evitar la diseminación de la infección cuando existe una mayor proximidad entre las personas.

4. **Limpieza y desinfección.** La limpieza y desinfección de los establecimientos y de las superficies en contacto con las personas tiene que ser frecuente. También es importante realizar la ventilación periódica de los espacios cerrados.

Criterios para los planes de contingencia

Para integrar las medidas de prevención en las actuaciones cotidianas de cada centro o servicio, implicará la elaboración y puesta en marcha de planes de contingencia para la prevención del COVID-19 de acuerdo con el contexto del sector. Los servicios de prevención de riesgos laborales de las empresas participarán en la elaboración de estos planes ya que corresponde a las empresas evaluar el riesgo de exposición en que se pueden encontrar las personas trabajadoras en cada una de las tareas diferenciadas que realizan y seguir las recomendaciones que sobre el particular emita el servicio de prevención, siguiendo las pautas e indicaciones formuladas por las autoridades sanitarias. Los planes de contingencia pueden incluir los siguientes tipos de propuestas: 1) propuestas organizativas; 2) propuestas informativas y formativas; 3) Preparación para la reapertura de las instalaciones; 4) pautas ante una persona con infección respiratoria; y 5) propuestas de gestión y cooperación.

La evaluación del riesgo de diseminación de la infección debe estar presente en las decisiones de reapertura de los establecimientos. El informe de salud pública para la reapertura en la fase de transición de COVID-19 de la Universidad Johns Hopkins propone tener en cuenta tres dimensiones: la intensidad del contacto (grado de cercanía y tiempo), el número de contactos y el grado en que las actividades son modificables para introducir medidas de mitigación. Para las diferentes actividades que se producen en los diferentes entornos propone una evaluación del riesgo en base a las dimensiones citadas anteriormente. Esta evaluación del riesgo se basa en datos objetivos (ej. número de alumnos que hay en una clase) pero también cualitativos (ej. intensidad del contacto en las actividades extraescolares grupales). Establece una graduación de bajo, medio y alto para cada una de ellas. Contactos de baja intensidad serían aquellas interacciones breves y distantes como por ejemplo pasar junto a alguien en una tienda; un contacto de alta intensidad sería compartir un asiento durante un viaje larga duración. El número de contactos también establece la misma graduación partiendo del supuesto que un mayor número de contactos tendrá un mayor riesgo.

También sugiere adaptar los principios de la acción preventiva en salud laboral a la situación de COVID-19, que por orden de prioridad son: 1) eliminar el riesgo (distancia física); 2) reducir o controlar el riesgo (barreras físicas o administrativas) y 3) proteger al trabajador. De la siguiente manera, las medidas preventivas son:



- *Distanciamiento físico* de dos metros en la organización del trabajo o fomentando el teletrabajo.
- *Controles técnicos*, creando barreras físicas entre las personas.
- *Controles administrativos*: redistribución de las responsabilidades para reducir el contacto entre las personas, utilizando la tecnología para facilitar la comunicación.
- *Protección personal*, mediante el uso mascarillas higiénicas y otros medios de protección.

Propuestas organizativas

En los diferentes ámbitos hay que realizar un análisis de las condiciones estructurales (espacios, equipamientos) así como de los procesos que se desarrollan, para integrar las medidas preventivas en la actividad cotidiana que realiza cada sector. Los aspectos que se pueden contemplar son:

- **Gestión de los accesos.** En los momentos de entradas y salidas hay que evitar las aglomeraciones y mantener la distancia de seguridad. Las señalizaciones, los sistemas de gestión de las filas y las entradas escalonadas son elementos preventivos.
- **Aforo.** La reducción del aforo es la medida clave para garantizar en los espacios cerrados el mantenimiento de la distancia interpersonal de 2 metros. En cada sector el análisis del aforo dependerá de los procesos que se desarrollen y de las personas que frecuentan el establecimiento.
- **Revisión y análisis de los procesos.** Es importante analizar las rutinas, procedimientos y circuitos que se realizan para revisar los puntos críticos de control que pueden facilitar la diseminación de la infección y desarrollar medidas de recomendación en caso de desviación.
- **Frecuencias y turnos de ocupación de espacios** (dependencias comunes). Cuando un espacio no permita mantener la distancia física en los turnos ordinarios, deberán establecerse modificaciones en los horarios procurando escalonar en la medida de lo posible, la utilización de dichos espacios. El objetivo es evitar posibles aglomeraciones que impidan mantener la distancia física necesaria. De este modo, se procurará

establecer turnos de acceso (franja horaria) o tiempos máximos de ocupación (permanencia).

- **Mobiliario en espacios comunes.** Asegurar mediante la disposición del mobiliario fijo, el mantenimiento de la distancia de seguridad. Sacar sillas u otros objetos extra de espacios comunes
- **Rediseño de los espacios.** En ocasiones será necesario modificar el mobiliario y la disposición de los equipamientos para minimizar las oportunidades de transmisión. Por ejemplo, se pueden aumentar el número de papeleras con tapa y pedal.
- **Disponibilidad para la higiene de manos.** Los lavabos tienen que estar accesibles y adecuados para los empleados, y en general para los demás usuarios. Existencia de soluciones hidroalcohólicas en diferentes lugares para facilitar su uso en diferentes situaciones y momentos.
- **Refuerzo de limpieza y desinfección.** Se tiene que realizar un programa intensificado de limpieza. Hay que revisar la desinfección de objetos y superficies que están en contacto frecuente con las manos de diferentes personas.

Propuestas informativas y formativas

Es clave que los trabajadores y usuarios de los diferentes servicios y establecimientos tengan una actitud responsable y pongan en práctica las medidas preventivas. Es importante asegurar que se desarrollan las actuaciones de comunicación, educación y formación dirigidas a los diferentes colectivos implicados.

- **Responsables de los centros y establecimientos.** Son las personas que tienen que poner en marcha el plan de contingencia y velar por su cumplimiento. Para que la actividad normal se desarrolle sin problemas es importante que tengan la capacidad de integrar las medidas preventivas en las rutinas diarias.
- **Trabajadores.** Son las personas que tienen que aplicar las medidas preventivas según las características del local o el servicio. Además, tienen que recordar el cumplimiento de las medidas que tienen que seguir los usuarios. El servicio de prevención de riesgos laborales podrá realizar una evaluación del riesgo de los trabajadores.
- **Usuarios, público y personas interesadas.** La información y educación de los diferentes colectivos y usuarios es fundamental para respetar las medidas preventivas. En los centros y servicios donde los usuarios están de forma continuada (escuelas, universidad, ...) es importante potenciar actuaciones de educación que refuercen su implicación y participación. Se podrán elaborar materiales informativos para los diferentes colectivos. En los establecimientos donde los usuarios están de forma más esporádica (comercio, bares, restaurantes, ...) las medidas de comunicación tienen que ser muy claras (señalizaciones, rediseño entorno, ...).

Estrategia de comunicación.

- La comunicación debe facilitar la participación comunitaria en las medidas de mitigación y en la fase de desescalada. Sin la participación de los agentes implicados existe el riesgo de desconfianza, la difusión de información errónea y la falta de cumplimiento.
- La comunicación es imprescindible, y más en estos momentos. **Los espacios a los que tengan acceso las personas tienen que mostrar tranquilidad y comunicar que son sitios seguros, libres de virus y espacios de confianza en los que poder estar.**

Lógicamente es imprescindible vincular todo ello a las medidas establecidas para que ello sea así y la adhesión a los comportamientos recomendados.

- Para ello no solo bastará con comunicar el día y hora de apertura, sino que también será necesario explicar qué medidas higiénico sanitarias se han llevado a cabo y cuáles se recomiendan en cada espacio del establecimiento (entre profesionales y usuarios).
- Dicha comunicación se plasmará en un protocolo de actuación y se deberá dar a conocer a través de los medios propios de cada establecimiento o servicio (sitio web, redes sociales, correo electrónico, cartelería, publicidad...), los medios locales (prensa digital y prensa en papel, radio, televisión...), medios de la organización o institución de los que depende el servicio (notas de prensa, redes sociales corporativas / institucionales...).
- También se deberá comunicar e informar a las personas que acudan sobre las normas sanitarias e higiénicas preventivas a través de carteles y folletos, mensajes personalizados, etc.

Elementos de señalización

- Los centros han de situar en lugares bien visibles materiales producidos por las autoridades sanitarias en relación al coronavirus con el objetivo de proporcionar información sobre el virus y cómo evitar su contagio.
- En el acceso a los edificios y en aquellos que por su uso sean especialmente sensibles (mostradores, acceso a espacios de tamaño reducido), se señalará el suelo con líneas de espera o circuitos que faciliten un correcto uso (turnos) y el mantenimiento de la distancia física adecuada.
- Cartelería que ofrezca información sobre automatizar y agilizar las rutinas comunes en distintas sus ubicaciones.
- Evitar desplazamientos de trabajo que no sean esenciales y que puedan solventarse mediante llamada o videoconferencia.

Preparación para la reapertura de las instalaciones.

- Se deben llevar a cabo una serie de medidas de prevención que garanticen la seguridad de todas las personas que acuden a los establecimientos, centros o servicios. Dichas medidas preventivas deben ser desarrolladas, preparadas e instaladas con anterioridad al día de la apertura.
- Es conveniente definir un o una responsable y un equipo de trabajo.
- Estas medidas pueden ir desde la instalación de mamparas de protección en mostradores, controlar los conductos de ventilación, tener las puertas abiertas (o instalar puertas automáticas) y colocar geles hidroalcohólicos en zonas de acceso a edificios.
- Limitación de acceso a personas usuarias y definición de servicios disponibles.
- Con el objetivo de **evitar aglomeraciones en la apertura**, y para garantizar la distancia de seguridad de las personas, se deberá **limitar el acceso a las personas usuarias** en la cantidad y tiempo que las autoridades competentes estimen oportuno.
- Inversión: nuevas adquisiciones y creación de servicios de apoyo a la comunidad.

Disponibilidad de personal. Protección trabajadores y medidas de prevención.

- Saber con cuanto personal se cuenta a la hora de su reapertura.

- Determinar si se pueden garantizar todos los servicios o existe necesidad de contar con más personal antes de la reapertura.
- Organizar los turnos de trabajo y servicios mínimos para el personal.
- Organizar los espacios de circulación.
- Determinar si es necesario que la plantilla se incorpore de manera escalonada.
- Determinar si es factible la apertura total o parcial de las instalaciones.
- Es fundamental establecer unas normas de comportamiento, higiene y sanitarias entre el personal.
- Es imprescindible valorar las necesidades de disponibilidad de guantes, mascarillas, geles hidroalcohólicos, etc.

Definición de los servicios

- Valorar qué servicios de los prestados con anterioridad al estado de emergencia se pueden continuar prestando sin riesgo para la salud.
- Definir los servicios presenciales que se prestarán.
- Valorar los servicios virtuales puestos en marcha a raíz del decreto de estado de alarma.
- Determinar y definir los servicios virtuales que se mantendrán.
- Diseñar, si se considera oportuno y siempre que se cuente con recursos suficientes, la implementación de nuevos servicios tanto presenciales como virtuales.
- Realizar una protocolización de los servicios, incentivando la clara comunicación con el personal y con los usuarios a través de medios físicos (carteles, infografías y folletos informativos) y medios digitales (web corporativa, redes sociales corporativas, mail).
- Se debe potenciar la compra de recursos digitales, que permitan ampliar los servicios virtuales frente a los presenciales.

Pautas ante una persona con infección respiratoria

La detección precoz de los nuevos casos y su aislamiento es clave en la fase de desescalada. Todos los centros y servicios deben tener un procedimiento para identificar y comunicar la existencia de personas con un posible caso de COVID-19. También será necesario identificar los contactos del posible caso para poder indicar su cuarentena.

Propuestas de gestión y cooperación

Los responsables de los centros y establecimientos tienen que elaborar el plan de contingencia, donde se concretan las medidas preventivas en la organización de las actividades diarias. Es importante que para su elaboración exista implicación de los trabajadores, a través de los delegados de prevención, y la información esté disponible para consulta de los trabajadores y el público.

Referencias

- [Información científica técnica sobre la enfermedad por Coronavirus \(COVID-19\) 17 de abril de 2020 Ministerio de Sanidad](#)
- [Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-cov-2. 30 de abril de 2020. Ministerio de Sanidad](#)

- [Medidas higiénicas para la prevención de contagios del COVID-19 6 de abril de 2020 Ministerio de Sanidad](#)
- [Web de Salud Pública sobre Coronavirus del Gobierno de Aragón.](#)
- [Public Health Principles for a Phased Reopening During COVID-19: Guidance for Governors. Center for Health Security. Johns Hopkins University 2020](#)
- [Orientaciones y guías de los CDC \(EEUU\)](#)
- Herramientas para prevención del COVID en diferentes entornos de trabajo. CNESST de Quebec (Canadá) [Francés](#) [Inglés](#)
- [Risk-informed decision-making guidelines for workplaces and businesses during the COVID-19 pandemic. Canada.](#)

Dirección General de Salud Pública
Departamento de Sanidad, Gobierno de Aragón
Vía Universitat, 36, 5ª planta
50017 Zaragoza
Tfno. 976 715 962 - Fax 976 715 635
saludpublica@aragon.es