



PROTOCOLO GENERAL DE ACTUACION ANTE COVID 19

PSHM 00

Fecha de Elab: 20/04/2020

Sector: Ciudad Universitaria

Ed. : 1

Este procedimiento trata de poner a disposición las herramientas necesarias para prevenir y mitigar el contagio del COVID-19, en el ámbito de la **UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA RIOJA** y maximizar la Prevención de Contagio de los empleados, respaldados en las recomendaciones que dictamina la Organización Mundial de la Salud, Ministerio de Salud de la Nación, Ministerio de Trabajo de la Nación, y Superintendencia de Riesgos del Trabajo.

Dicho protocolo está basado en la Resolución 29/2020 emitida por la Superintendencia de Riesgos del Trabajo del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social y la Disposición N° 5/2020 emitida por la misma Institución

1. OBJETIVO

Evitar el contagio y la propagación del virus COVID-19, en los empleados.

Identificar los elementos y medidas de higiene y seguridad, como así también los cuidados y protecciones a implementar.

Conocer los elementos de protección personal, requeridos según las tareas a desempeñar y su correcto uso.

Concientizar al personal sobre la necesidad de una buena higiene personal, y limpieza del equipamiento que use.

Crear un lineamiento para la estadía o retorno al lugar de trabajo en condiciones que procuren la mayor seguridad posible para las personas basados en buenas prácticas de higiene cotidianas y recomendaciones sobre bioseguridad impartidas por Organismos competentes.

2. DEFINICIONES

2.1. **CORONAVIRUS:** Los coronavirus son una familia de virus respiratorios que característicamente tienen en su superficie puntas en forma de corona. Algunos tipos de coronavirus solo afectan a los animales, pero existen diferentes tipos de coronavirus humanos, incluidos el recientemente COVID-19 . Este tipo de virus afecta las vías respiratorias de manera aguda.

2.1.1. Síntomas:

2.1.1.1. En el caso de una infección de vías respiratorias superiores leve a moderada los síntomas son: secreción o goteo nasal, dolor de cabeza, tos, dolor de garganta, fiebre (temperatura mayor a 38°C) y malestar general.

2.1.1.2. En el caso de una infección grave, que puede convertirse en Bronquitis o Neumonía, los síntomas son: fiebre (elevada y persistente), tos con flema, sensación de falta de aire, y dolor u opresión en el pecho.

2.2. **Formas de contagio:** El virus puede contagiarse, como un resfrío común, al toser y estornudar. Así como también por el contacto personal cercano, como tocar a otra persona, compartir el mate u otros elementos de comida, bebida e higiene y estrechar la mano. *Además, puede transmitirse al tocar un objeto que tenga en su superficie el virus y luego llevar la mano a la boca, la nariz o los ojos.*



PROTOCOLO GENERAL DE ACTUACION ANTE COVID 19

PSHM 00

Fecha de Elab: 20/04/2020

Sector: Ciudad Universitaria

Ed. : 1

- 2.3. **Endemia:** proceso patológico que se mantiene a lo largo de mucho tiempo en una población o zona geográfica determinada.
- 2.4. **Epidemia:** enfermedad que afecta a un número de individuos superior al esperado en una población durante un tiempo determinado; a veces, en lugar de epidemia, se utiliza la expresión 'brote epidémico'.
- 2.5. **Pandemia:** enfermedad epidémica extendida a muchos países y que afecta a muchos individuos del mismo país a la vez; a veces, se denomina 'epidemia mundial'. Definición de grupos especialmente sensibles (grupos de riesgo): en relación con las personas de la comunidad universitaria especialmente sensibles, deberán extremarse las medidas preventivas de higiene de manos y respiratorias, si bien hoy no existen indicaciones diferenciadas claras por parte del Ministerio de Salud. Se entiende por personal sensible:
- 2.5.1. Las embarazadas
 - 2.5.2. Las personas de cualquier edad con:
 - Enfermedades del corazón
 - Enfermedades respiratorias crónicas
 - Diabetes en tratamiento con fármacos
 - Insuficiencia renal moderada-grave
 - Enfermedades de la sangre como hemoglobinopatías o anemias, si son moderadas o graves
 - Personas sin bazo
 - Enfermedades hepáticas crónicas avanzadas
 - Enfermedades neuromusculares graves
 - Inmunosupresión (incluida la del VIH-SIDA o las producidas por fármacos que tienen que tomar personas trasplantadas)
 - Terapias contra el cáncer
 - Obesidad mórbida (índice de masa corporal de 40 o más)
 - Personas de más de 65 años

3. RESPONSABILIDADES

- 3.1. Es responsabilidad de toda la comunidad de la UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA RIOJA realizar las acciones necesarias para evitar la propagación de la infección del Corona Virus, cumpliendo con la normativa de bioseguridad.
- 3.2. Es responsabilidad de los directivos del UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA RIOJA proveer a los docentes y no docentes los insumos necesarios para la higiene de manos y los medios necesarios para que el personal de maestranza realice las desinfecciones periódicas de los diferentes sectores del establecimiento. Así como también brindar capacitación permanente y difusión de información otorgada por el Ministerio de Trabajo, por el Ministerio de Salud y la Superintendencia de Riesgos del Trabajo.

Con el fin de lograr los objetivos mencionados, el/los Representante Legal deberá constituir una Comisión de Seguimiento o Comité Interdisciplinario el cual evaluará las condiciones particulares de cada establecimiento integrado por los siguientes miembros:

Confecionó: Unidad de Seguridad e Higiene



PROTOCOLO GENERAL DE ACTUACION ANTE COVID 19

PSHM 00

Fecha de Elab: 20/04/2020

Sector: Ciudad Universitaria

Ed. : 1

4. COMISIÓN DE SEGUIMIENTO –COMITÉ INTERDISCIPLINARIO

4.1. Con el fin de lograr los objetivos mencionados, el/los Representante Legal deberá constituir una Comisión de Seguimiento o Comité Interdisciplinario el cual evaluará las condiciones particulares de cada establecimiento integrado por los siguientes miembros:

- 4.1.1. Representante Legal.
- 4.1.2. Decanos.
- 4.1.3. Representantes Gremiales.
- 4.1.4. Representante de Mantenimiento.
- 4.1.5. Representante de Infraestructura.
- 4.1.6. Representante de Alumnos.
- 4.1.7. Seguridad e Higiene.
- 4.1.8. Médico Auditor.

5. INFORMACIÓN, COMUNICACIÓN Y COOPERACIÓN, CON AUTORIDADES SANITARIAS Y MEDIDAS A ADOPTAR.

5.1. Cada establecimiento estará en colaboración y en continua atención a las indicaciones del Ministerio de Salud de la Provincia de La Rioja en relación con la evolución del COVID-19, así como de las medidas que haya que adoptar.

5.1.1. INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN

- 5.1.1.1. La información para el personal que trabaja en la Universidad, los alumnos, trabajadores contratistas y otro personal externo se realizará a través de correos electrónicos, carteles y folletos en pizarra.
- 5.1.1.2. En esta información se incluirá:
 - 5.1.1.2.1. Información sobre las características del Coronavirus indicadas por la ART
 - 5.1.1.3. Medidas preventivas a tener en cuenta: lavado de manos, higiene respiratoria, ventilación, limpieza, hábitos, etc.
 - 5.1.1.4. Normas establecidas de distanciamiento social
 - 5.1.1.5. Actuaciones en caso de:
 - 5.1.1.5.1. Sospechar que tiene síntomas de contagio.
 - 5.1.1.5.2. Haber estado en contacto con alguien infectado.
 - 5.1.1.5.3. Confirmarse un caso positivo.

6. DESARROLLO

6.1. PREVENCIÓN

Medidas de Prevención generales

- 6.1.1. Se mantienen las actividades académicas, a no ser que proceda la suspensión de las mismas por indicación de las autoridades sanitarias.
- 6.1.2. Se deberá seguir las recomendaciones del Ministerio de Salud de no viajar si no es estrictamente necesario a las zonas afectadas a nivel internacional.
- 6.1.3. Si se viaja a zonas de riesgo, se recomienda comunicarlo al Centro, Departamento, Área o Servicio y seguir las directrices del Ministerio de Sanidad.
- 6.1.4. Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón, durante al menos 20 segundos. También puede utilizarse alcohol en gel o dilución 70/30 de alcohol y agua.

Confeccionó: Unidad de Seguridad e Higiene



PROTOCOLO GENERAL DE ACTUACION ANTE COVID 19

PSHM 00

Fecha de Elab: 20/04/2020

Sector: Ciudad Universitaria

Ed. : 1

- 6.1.5. Evitar tocarse la cara, la nariz, o la boca con las manos sin lavar previamente.
- 6.1.6. Evitar el contacto cercano con personas enfermas o que presenten los síntomas respiratorios mencionados.
- 6.1.7. Evitar todo tipo de contacto físico (besos, abrazos).
- 6.1.8. Cubrirse la tos y los estornudos con un pañuelo de papel (desechándolo posteriormente) o el pliegue del codo. Lavarse las manos posteriormente.
- 6.1.9. No compartir bebidas, alimentos, utensilios (mate, cubiertos, vasos), teléfonos celulares ni objetos personales.
- 6.1.10. Limpiar y desinfectar las superficies que tocamos con frecuencia. (puede utilizarse como desinfectante lavandina diluida, si no existe contraindicación por alergias).
- 6.1.11. Ventilar regularmente los espacios y evitar los lugares cerrados, con acumulación de gente.

Medidas específicas de prevención

- 6.1.12. Se tomará la temperatura de todos los trabajadores al ingresar a la Universidad.
 - 6.1.12.1. La toma de temperatura será mediante el uso de termómetros digitales a distancia. En caso de superar los 37.5°C:
 - 6.1.12.1.1. Se llama inmediatamente al 107.
 - 6.1.12.1.2. Se aísla al personal/cliente en sector de aislación destinada a tal fin. ubicado al lado de Guardia/Vigilancia, a la espera de las directivas de personal de salud.
- 6.1.13. NO llevar al personal afectado a NINGÚN Centro de Salud.
- 6.1.14. De confirmarse el punto anterior, para personal de la Universidad, e informada la autoridad competente; se aplicará el protocolo de aislamiento por 14 días y/o lo que la autoridad de Salud indique.
- 6.1.15. Se verificará el sentido del olfato, acercando algodón embebido con vinagre a todo el personal.
- 6.1.16. En Caso de que alguna persona, haya dado positivo en el contagio de COVID-19, se paralizará inmediatamente la Universidad hasta tanto se desinfecte la misma.
- 6.1.17. En el caso de sospecha de infección por COVID-19:
 - 6.1.17.1. Para cualquier persona que presente sintomatología compatible con infección respiratoria aguda como fiebre, tos o dificultad respiratoria de inicio súbito y hubiera estado en zona de riesgo o en contacto con enfermo infectado por COVID-19 confirmado, se recomienda que se quede en su domicilio o alojamiento y deberá contactar al número 107 . Luego informará mediante llamada telefónica a Recursos Humanos de la Universidad. Bajo ninguna circunstancia se trasladará a un centro de salud.
 - 6.1.17.2. Igualmente, si esta sintomatología se presentara durante el desarrollo de su actividad, se deberá evitar el contacto cercano con las demás personas, siguiendo en todo momento las indicaciones dadas por el Ministerio de Salud. El establecimiento contará con barbijos y tendrá un recinto para poder aislarlo, así se evita un potencial contagio, y esperar al sistema de salud.
 - 6.1.17.3. En ambos casos y a la espera de valoración médica, se deben seguir las siguientes indicaciones:



PROTOCOLO GENERAL DE ACTUACION ANTE COVID 19

PSHM 00

Fecha de Elab: 20/04/2020

Sector: Ciudad Universitaria

Ed. : 1

- 6.1.17.3.1. Mantener una correcta higiene de manos y evitar el contacto de las mismas con la boca, nariz y ojos, para no contaminar a otras personas, superficies u objetos. Cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable cuando se tosa o estornude, o utilizar para ello la parte interna del codo. Evitar contacto cercano con otras personas. Mantener la habitación o recinto aireada.
- 6.1.17.3.2. Producido el traslado del paciente, se desinfectará la “Zona Establecida de Aislamiento”.
- 6.1.17.3.3. Si el aislado es alumno, tendrán una consideración especial al entenderse que estarían en situación de enfermedad sobrevenida. Se establecerán las medidas y adaptaciones posibles para procurar los derechos académicos de las y los alumnos.
- 6.1.18. Al comenzar un turno de actividad, realizar una limpieza y desinfección del lugar y elementos de trabajo y al finalizar la jornada dejarlo en las mismas condiciones de limpieza y desinfección.
- 6.1.19. Durante la jornada de labores, y cada 2 horas, mantener limpio y desinfectado el lugar y elementos de trabajo dependiendo de la tarea. Con movimiento de personas deberá ser más seguido y siempre que se tosa, estornude, se beba o coma y cuando se vaya al sanitario.
- 6.1.20. La desinfección de los pisos debe ser de manera constante con lavandina diluida.
- 6.1.21. a) Durante el transporte, tomar todos los recaudos como evitar tocar dentro de lo posible elementos comunes a la gente (pasamanos, picaportes, dinero, tarjetas, etc.), evitar aglomeraciones, solo movilizarse para ir o regresar del lugar de trabajo al hogar.
b) Durante el transporte de sector a sector se deberá evitar el contacto directo con cualquier persona.
- 6.1.22. Evitar circular con la misma ropa y calzado de circulación en el lugar de trabajo y el hogar.
- 6.1.23. Recordar lavarse correctamente las manos en forma asidua y en la circulación puede ayudarse con alcohol en gel o solución 70/30 de alcohol y agua y evitar tocarse la boca, nariz y ojos.
- 6.1.24. Tratar de mantener siempre una distancia mínima de 2,00 metros con otras personas, en caso de no poder mantener la distancia por situación laboral se aconseja el uso de barbijo y antiparras o máscara facial.
- 6.1.25. El personal de los concesionarios de bar / comedor, Centro de Estudiantes de la UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA RIOJA, deberán cumplir con las mismas medidas de prevención establecidas en el presente procedimiento, y deberán contar al ingreso del sector con alcohol en gel.
- 6.1.26. El personal de Atención al público deberá aumentar la periodicidad de desinfección del sector de trabajo (Como mínimo cada 2 hs de escritorios, teclado, teléfonos, etc) evitando tocar cualquier tipo de documentación ingresantes, docentes y no docentes entre otros. ej. La documentación deberá ser exhibido y sostenido por la persona que va a ingresar y no por personal de Control de Ingresos.
- 6.1.27. La documentación que pueda ser trabajada de forma virtual, respetará esta metodología, a fin de disminuir el paso de papel entre sectores.
- 6.1.28. Se usará email, whatsapp, para todo aquello que lo permita.
- 6.1.29. EL personal con cabello largo deberá ingresar con cabello recogido.

Confecionó: Unidad de Seguridad e Higiene



PROTOCOLO GENERAL DE ACTUACION ANTE COVID 19

PSHM 00

Fecha de Elab: 20/04/2020

Sector: Ciudad Universitaria

Ed. : 1

6.1.30.No se permitirá el ingreso con alhajas (anillos, pulseras, cadenas, aros, piercing, etc.).

En caso de presentar algún síntoma, aunque sea leve, no auto-meducarse y consultar inmediatamente al sistema de salud, para ello se dirigirá por la vía externa hacia la SALA DE ATENCIÓN MEDICA, donde será atendido por profesional idóneo. NO PODRÁ BAJO NINGUNA CIRCUNSTANCIA, movilizarse por los pasillos internos hacia la SALA DE LA TOMA.

7. ACTUACIONES ESPECIFICAS PREVENTIVAS PARA TRABAJADORES Y ALUMNOS

7.1. Con objeto de mejorar las condiciones de trabajo y reducir la transmisión del Coronavirus se indican las siguientes actuaciones para las distintas áreas.

7.1.1. PERSONAL DOCENTE

- 7.1.1.1. En relación con las tutorías, evitar en la medida de lo posible, la afluencia de estudiantes en salas o áreas de pequeño volumen. Separar lo que más se pueda a los alumnos, entre sí, dentro de las aulas. Se respetará en todo momento una distancia mínima de 1,5 mts.
- 7.1.1.2. Ventilar frecuentemente el aula, sala de trabajo, sala de profesores y laboratorios, abriendo ventanas.
- 7.1.1.3. Realizar, en la medida de lo posible, la atención al alumnado, mediante herramientas informáticas e Internet, evitando la atención directa en el despacho.

7.1.2. ALUMNOS:

- 7.1.2.1. En relación con las tutorías, evitar, en la medida de lo posible, la afluencia de alumnos en salas o despachos de pequeño volumen. Ventilar frecuentemente aulas y lugares de estudio. Se respetará en todo momento una distancia mínima de 1,5 mts.

7.1.3. KIOSCO

- 7.1.3.1. Deberán mantener el ambiente de trabajo con higiene, desinfección y ventilación adecuada.
- 7.1.3.2. Se recomienda poseer de gel desinfectante para manos.
- 7.1.3.3. En caso de presentar sintomatología compatible con infección respiratoria aguda como fiebre, tos o dificultad respiratoria de inicio súbito y hubiera estado en zona de riesgo o en contacto con enfermo infectado por COVID-19 confirmado, se recomienda permanecer en su domicilio y dar aviso a la institución educativa de inmediato

7.1.4. COMEDORES

- 7.1.4.1. Ventilar frecuentemente los comedores, posibilitando la apertura de ventanas. Se dispondrán sillas asegurando el distanciamiento mínimo de 1,5mts.
- 7.1.4.2. Se asegurará la limpieza de los baños y aseos.
- 7.1.4.3. Limpieza de manos continúa del personal que manipula los alimentos.
- 7.1.4.4. Se deberá realizar la limpieza de la mesa, después de haber sido usada por cada alumno.



PROTOCOLO GENERAL DE ACTUACION ANTE COVID 19

PSHM 00

Fecha de Elab: 20/04/2020

Sector: Ciudad Universitaria

Ed. : 1

- 7.1.4.5. El material que se utiliza en las cocinas para la elaboración de las comidas deberá lavarse de la forma habitual.
- 7.1.4.6. El personal que trabaje en ellas deberá taparse la boca y la nariz con un pañuelo de papel al estornudar o toser y justo después tirarlo a las papeleras. Se recomienda usar barbijo y guantes de látex o nitrilo.
- 7.1.4.7. En caso de presentar sintomatología compatible con infección respiratoria aguda como fiebre, tos o dificultad respiratoria de inicio súbito y hubiera estado en zona de riesgo o en contacto con enfermo infectado por COVID-19 confirmado, se recomienda permanecer en su domicilio y dar aviso a la institución educativa de inmediato.

7.1.5. PERSONAL DE LIMPIEZA

- 7.1.5.1. Aumentar la frecuencia de limpieza de superficies de trabajo como mesas, mostradores, igualmente las puertas, barandas, toma de la luz, teléfonos, computadoras compartidos, aulas de informática, grifos, suelos, con los productos de limpieza habituales para eliminar la existencia de posibles virus.
 - 7.1.5.1.1. Para lavar una superficie, aplicar la técnica de doble balde y doble trapo:
 - 7.1.5.1.2. Preparar en el balde "1" una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma.
 - 7.1.5.1.3. Limpiar (siempre desde la zona más limpia a la más sucia)
 - 7.1.5.1.4. Repetir el paso anterior hasta que quede bien limpia
 - 7.1.5.1.5. Llenar de agua el balde "2", sumergir el trapo "2" y enjuagar la superficie.
 - 7.1.5.1.6. Para desinfectar la superficie:
 - 7.1.5.1.7. Diluir 10 ml de lavandina de uso doméstico en 1 litro de agua
 - 7.1.5.1.8. Sumergir un trapo, escurrirlo y friccionar sobre la superficie
 - 7.1.5.1.9. Dejar que se seque bien.

Evitar la limpieza en seco para no remover polvo, se realizará arrastre húmedo.

Quitar el polvo que se haya depositado en mesas u objetos con agua y jabón y no con trapos secos. Se evitará barrer y el uso de aspiradoras.

Realizar una limpieza frecuente en zonas como aulas en general, aulas de informática, laboratorios de docencia, locales, salas de reunión, etc. Es importante extremar las medidas de higiene en estos lugares debido al alto tránsito de personas en las mismas.

Se revisará y repondrá diariamente el jabón en todos los dispensadores de los aseos de la UNIVERSIDAD, así como el papel para el secado de manos. Las bolsas de basura deberán ser de un solo uso.

INSTRUCTIVO GENERAL

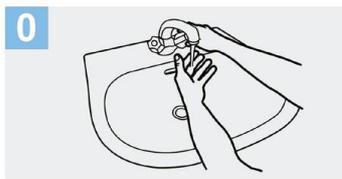
7.1.6. Lavado de manos con agua y jabón

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 20 segundos.

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



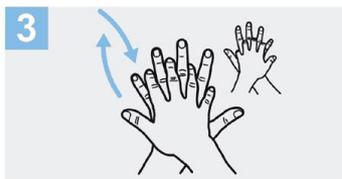
0 Mójese las manos con agua;



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



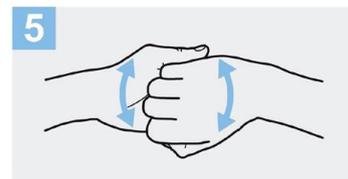
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



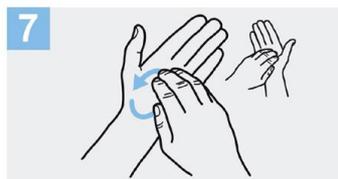
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



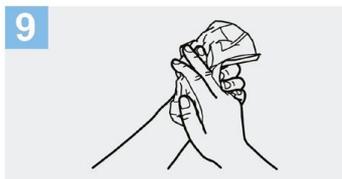
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



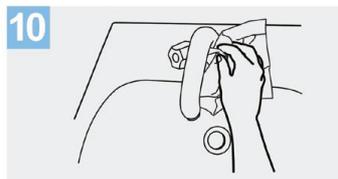
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



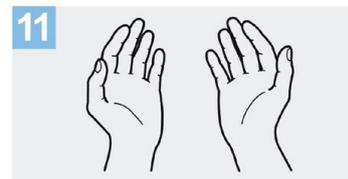
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

Crédito: OMS

7.2. Colocación y correcto uso de barbijo.

1	Antes de colocarse el barbijo debe lavarse las manos.	
---	---	---

2	Retire el protector del envase.	
3	Coloque la máscara sobre la palma de la mano con los elásticos libres. No tocar el interior del mismo.	
4	Coloque la máscara sobre su cara con la pieza nasal sobre su nariz. Pase el elástico superior sobre su cabeza.	
5	Pase el elástico inferior y colóquelo debajo de la oreja y sobre el cuello.	
6	Ajuste los costados de la nariz utilizando los dedos.	
7	Ajuste correctamente la máscara.	
8	Lávese las manos para manipular (acomodar o retirar) el barbijo, durante la realización de sus tareas	

	PROCOLO GENERAL DE ACTUACION ANTE COVID 19 Sector: Ciudad Universitaria	PSHM 00
		Fecha de Elab: 20/04/2020
		Ed. : 1

9	Los barbijos deben ser retirados desde los elásticos, evitando tocar el frente	
10	Descarte el elemento una vez finalizada la tarea	

7.2.1. Retiro de los elementos de protección personal (EPP):

Se detalla a continuación los pasos a seguir, para el retiro seguro de los elementos de protección personal.

1. Lavarse las manos con los guantes puestos.
2. Proceder al retiro del mameluco (en caso de usarlo), abriendo la cremallera por completo, sin tocar la ropa interna. Con los guantes puestos, enrolle el mameluco, desde la cintura hacia abajo y desde adentro hacia afuera, hasta la parte superior del calzado. Use una bota para sacar el mameluco de la otra bota y viceversa.
3. Lavarse nuevamente las manos con los guantes puestos.
4. Retirar el equipo de protección visual.
5. Lavarse nuevamente las manos con los guantes puestos.
6. Retirarla protección respiratoria desde los elásticos, evitando tocar el frente.
7. Lavarse nuevamente las manos con los guantes puestos.
8. Retirar el cubre calzado sin tocarlo. (En caso de usarlo).
9. Lavarse nuevamente las manos con los guantes puestos.

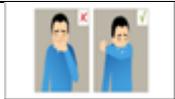
Retirar los guantes de forma segura, con la técnica que se detalla a continuación



9.2.2. Recomendaciones In Itínere:

Estas recomendaciones son aplicables para el trayecto que se realiza entre el hogar y el trabajo.

1	En viajes cortos, si es posible, optar por caminar o utilizar la bicicleta		
2	Para vehículo particular mantenerlo ventilado, y realizar limpiezas e higienizaciones frecuentes.		
3	Llevar siempre un kit de higiene personal.		
4	Higienizar frecuentemente las manos, sobremodo antes, durante y después de los desplazamientos que vayas a realizar.		
5	Evitar tocarse la cara.		
6	En los transportes públicos, evitar el uso de los asientos próximos al chofer. Respetar las distancias mínimas recomendadas.		
7	Evitar aglomeramiento en los puntos de acceso al transporte que vas a utilizar.		
8	ATENCIÓN: No utilizar el transporte público si existe la sospecha de estar enfermo, o poseer síntomas de coronavirus (fiebre, dolor de garganta, tos, dificultad respiratoria).		

9	Debe cubrir la boca y nariz al toser o estornudar. Utilizar un pañuelo descartable o el pliegue del codo.	
---	---	---

9.2.3 Recomendaciones de ingreso a casa.

Es importante cuidar a nuestra familia al llegar a casa, por lo que desde **U.N.LaR.** te alentamos a seguir las instrucciones que se adjuntan a continuación:

1	A volver a casa, intenta no tocar nada.	
2	Quítate los zapatos, humidécelos en un trapo con lavandina y déjalos junto a la puerta de ingreso.	
3	Desinfecta las patas de tu mascota si la estabas paseando	
4	Quítate la ropa exterior y métela en una bolsa para lavar.	
5	Deja bolso, cartera, llaves, etc. en una caja en la entrada.	
6	Ingresa a tu casa sin tocar nada, directamente a bañarte.	
7	Desinfecta el celular y gafas con solución de alcohol al 70%.	
8	Rocía todo lo que provenga desde el exterior de tu casa, con lavandina reducida al 10%.	
RECORDÁ QUE NO ES POSIBLE HACER UNA DESINFECCIÓN TOTAL, EL OBJETIVO DE ESTE PROTOCOLO, ES DISMINUIR EL RIESGO.		



**PROCOLO GENERAL DE ACTUACION
ANTE COVID 19**

Sector: Ciudad Universitaria

PSHM 00

Fecha de Elab: 20/04/2020

Ed. : 1

Confeccionó: Unidad de Seguridad e Higiene