PROTOCOLO DE LIMPIEZA DE SUPERFICIES CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)

FECHA: 25/03/2020

1.- INTRODUCCIÓN

El Ministerio de Sanidad establece a través del procedimiento de actuación para los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales frente a la exposición al coronavirus (SARS-COV-2) con fecha 24 de marzo de 2020:
"Se pondrán los medios necesarios para garantizar la higiene de los lugares de trabajo, que deberá intensificarse en relación con la práctica habitual. Las políticas de limpieza y desinfección de lugares y equipos de trabajo, son importantes medidas preventivas. Es crucial asegurar una correcta limpieza de las superficies y de los espacios, tratando de que se realice limpieza diaria de todas las superficies, haciendo hincapié en aquellas de contacto frecuente como pomos de puertas, barandillas, botones etc. Los detergentes habituales son suficientes.
Se prestará especial atención a la protección del personal trabajador que realice las tareas de limpieza."

2.- OBJETIVO

El presente protocolo se aplicará para la limpieza y desinfección de espacios de uso público dentro de nuestros Centros Deportivos.

La desinfección de las superficies es una de las medidas que han adoptado las autoridades sanitarias para combatir la propagación del coronavirus en España.

El Covid-19 puede resistir varias horas en las superficies de plástico y acero. Por ello, el Ministerio de Sanidad ha recalcado la importancia de limpiar todos los espacios con desinfectantes, para evitar el avance del número de contagiados de coronavirus

Los objetivos del presente documento técnico son:

- Proporcionar información sobre la utilización de desinfectantes virucidas utilizadas de una manera eficaz y segura.

- Definir nuestros procedimientos sencillos de limpieza y la desinfección para garantizar unos niveles adecuados de protección de la salud de las personas que concurren en nuestras instalaciones deportivas.

3. MEDIDAS GENERALES DE HIGIENE PERSONAL

Como norma general se seguirán las pautas de conducta higiénica dictadas por las Autoridades Sanitarias como son el lavado frecuente de manos y otros hábitos de higiene respiratoria para evitar la propagación del virus (toser, estornudar…).

Estas pautas de higiene personal se encuentran en el siguiente enlace del Ministerio de Sanidad:

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCovChina/documentos/20200306_Preguntas_respuestas_2019-nCoV_v2.pdf

- La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. Si las manos están visiblemente limpias la higiene de manos se hará con productos de base alcohólica; si estuvieran sucias o manchadas con fluidos se hará con agua y jabón antiséptico
- Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos
- Recoger el cabello largo en una coleta o moño bajo
- Los trabajadores no deben comer, beber o fumar en las zonas de trabajo no habilitadas de forma específica a tal efecto
- Si tiene síntomas respiratorios debe cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable y tirarlo en un contenedor de basura.
- Si no se tiene pañuelo de papel debe toser o estornudar sobre su brazo en el ángulo interno del codo, con el propósito de no contaminar las manos.
- Si sufre un acceso de tos inesperado y se cubre accidentalmente con la mano, evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.

4. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Previo a efectuar la desinfección se debe ejecutar un proceso de limpieza de superficies, mediante la remoción de materia orgánica e inorgánica, usualmente mediante fricción, con la ayuda de detergentes, enjuagando posteriormente con agua para eliminar la suciedad por arrastre.

Una vez efectuado el proceso de limpieza, se debe realizar la desinfección de superficies ya limpias, con la aplicación de productos desinfectantes a través del uso de rociadores, toallas, paños de fibra o microfibra o trapeadores, entre otros métodos.

Estos virus se inactivan tras 5 minutos de contacto con desinfectantes de uso por el público en general, como la lejía o con una solución de hipoclorito sódico.

Los desinfectantes de uso ambiental usados son las soluciones de hipoclorito de sodio al 0.1% (dilución 1:50 si se usa cloro doméstico a una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se debe agregar 20cc de Cloro (4 cucharaditas) a una concentración de un 5%.

Para las superficies que podrían ser dañadas por el hipoclorito de sodio, se utiliza una concentración de etanol del 70%. Es posible utilizar otro tipo de desinfectante, según ANEXO - DESINFECTANTES AUTORIZADOS. En este caso, se deben seguir las recomendaciones del fabricante del desinfectante para su preparación y aplicación. En cualquier caso, se seguirán las medidas preventivas recogidas en las fichas de seguridad de los productos utilizados suministradas por el fabricante.

Cuando se utilizan los productos químicos para la limpieza, mantendremos la instalación ventilada (abriendo las ventanas, si ello es factible) para proteger la salud del personal de limpieza.

Para efectuar la limpieza y desinfección, se debe privilegiar el uso de utensilios desechables. En el caso de utilizar utensilios reutilizables en estas tareas, estos deben desinfectarse utilizando los productos arriba señalados.

PUNTOS CRITICOS DE LIMPIEZA

Se debe priorizar la limpieza y desinfección de todas aquellas superficies que son manipuladas por los usuarios con alta frecuencia, como son: pomos de puertas y cajones, pasamanos, taza del inodoro, llaves de agua, superficies de las mesas, escritorios, teléfonos, ordenadores (teclados y ratones), superficies de apoyo o mostradores, entre otras. En definitiva, todos aquellos elementos que, por su naturaleza, al ser una zona de contacto, pueda ser un foco de contagio

5. MEDIDAS ESPECÍFICAS

Los establecimientos donde puedan congregarse muchas personas de diferente origen como es nuestro caso, deben realizarse unas labores de limpieza y desinfección con mayor frecuencia de lo habitual, con objeto de no ser fuentes de contagio entre clientes ni entre estos y el personal trabajador.

Se deberá llevar a cabo una limpieza y desinfección frecuente de aquellas superficies en contacto con las manos de los clientes y/o de las personas trabajadoras:

- Las puertas de entrada
- Los manillares de los carritos y de las cestas
- los ascensores y los botones de llamada, etc.
- Los guardamanos de las escaleras
- La zona de cajas
- Las zonas de autoservicio

También, como recomendación, se podría dotar a los clientes de sistemas para la desinfección de manos a la entrada del establecimiento.

Es importante recordar a los clientes que no deben tocarse la cara, con el fin de evitar la contaminación.

El acceso de los clientes al establecimiento se realizará teniendo en cuenta su aforo y siempre respetando la posibilidad de que dentro del mismo se asegure una distancia preventiva mínima de 1,5 metros entre los clientes. La vigilancia en el interior se verá reforzada con objeto de que los clientes no manipulen los productos expuestos, ni tosan o estornuden sobre ellos.

Se recuerda los mensajes de prevención, mediante carteles y avisos del personal. Todo el personal reforzará su higiene de manos mediante el lavado frecuente con agua y jabón y el uso de geles hidro-alcohólicos.

Con objeto de realizar una efectiva limpieza y desinfección se tendrá en cuenta lo indicado en el apartado de Limpieza y Desinfección

Verificar que, en todo momento, los baños y aseos de los lugares de pública concurrencia están dotados de jabón y/ o soluciones hidro-alcohólicas, papel desechable o secadoras eléctricas de manos y que disponen de papeleras de acceso que no se practique el contacto.

Es recomendable que se disponga en lugar visible (por ejemplo en espejos, pared frontal del lavabo) de cartel informativo acerca del correcto lavado de manos.

Se deben pautar el lavado de manos, al menos :

- Antes de comer
- Después de estornudar, toser o sonarse la nariz
- Después de usar el baño
- Antes de manipular alimentos
- Después de tocar o limpiar superficies que puedan estar contaminadas

6. EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

De acuerdo a lo establecido en el Real Decreto 773/1997, el equipo deberá estar certificado en base al Reglamento (UE) 2016/425 relativo a los equipos de protección individual, lo cual queda evidenciado por el marcado CE de conformidad.

Los EPI deben escogerse de tal manera que se garantice la máxima protección con la mínima molestia para el usuario y para ello es crítico escoger la talla, diseño o tamaño que se adapte adecuadamente al mismo.

La correcta colocación los EPI es fundamental para evitar posibles vías de entrada del agente biológico; igualmente importante es la retirada de los mismos para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso.

A continuación, se describen los EPI que son necesarios. No se trata de una descripción de todos los EPI que pudieran proteger frente a un riesgo biológico, sino de los indicados en el caso del personal de limpieza. La evaluación del riesgo de exposición permitirá precisar la necesidad del tipo de protección más adecuado.

En el caso de utilizar EPI reutilizables, estos deben desinfectarse utilizando los productos señalados anteriormente. Para el adecuado retiro de los EPI, se debe realizar evitando tocar con las manos desnudas la cara externa (contaminada) de guantes y bata.

El personal de limpieza utilizará equipo de protección individual adecuado dependiendo del nivel de riesgo que se considere en cada situación. En aquellas actividades en las que se desarrolle actividad de tipo sanitario o existan casos confirmados de contagio, los EPI y las medidas preventivas a llevar a cabo serán más específicas y restrictivas. Pero para la actividad de limpieza de espacios en donde no se realice dicha actividad o donde no se den casos de contagios o de sospecha, estos serán los EPI básicos:

- Guantes de protección
- Ropa de protección
- Mascarilla (si se ejecuta labores de limpieza durante la afluencia de clientes o presencia de personas)

GUANTES

- Los guantes de protección deben cumplir con la norma UNE-EN ISO 374.5:2016. con marcado

- Los guantes deben ser desechables y tirarse tras su uso
- Es importante destacar que, en toda otra actividad que no requiera mucha destreza, como por ejemplo en tareas de limpieza y desinfección de superficies, puede optarse por guantes más gruesos, más resistentes a la rotura.

ROPA DE PROTECCIÓN

En lo relativo a la ropa, es necesaria la protección de la ropa del trabajador de la posible salpicadura de líquidos de limpieza y desinfección, además de otros productos que puedan contener restos biológicos dejados por el personal (vasos de agua, restos de bebidas, etc.). Este tipo de ropa, como EPI, debe cumplir con la norma UNE-EN 14126:2004 que contempla ensayos específicos de resistencia a la penetración de microorganismos. Este tipo de ropa puede ofrecer distintos niveles de hermeticidad tanto en su material como en su diseño, cubriendo parcialmente el cuerpo como batas, delantales, manguitos, polainas, etc., o el cuerpo completo.

En la designación, se incluye el Tipo y la letra B (de Biológico). En caso de que sea necesario protección adicional en alguna zona, como cierta impermeabilidad, también puede recurrirse a delantales de protección química que cumplen con la norma UNEUNE-EN 14605:2009, denominados Tipos PB [3] y PB [4] (PB procede de “Partial Body”) que, 14 aunque no sean específicamente de protección biológica, pueden ser adecuados para el uso de protección contra salpicaduras mencionado o para complementar una bata que no sea un EPI.

Se recomienda que la ropa de protección biológica sea desechable ya que presenta la ventaja de que al eliminarse se evitan fuentes de posible contagio que pudieran aparecer en el caso de que la desinfección del equipo no se realizase correctamente.

MASCARILLAS

Se usará Mascarillas o media máscara provista con filtro contra partículas P2.

Las mascarillas auto filtrantes deben desecharse después de cada uso y no deben reutilizarse

Las medias máscaras deben limpiarse y desinfectarse después de su uso. Para ello se seguirán estrictamente las recomendaciones del fabricante y en ningún caso, el usuario debe aplicar métodos propios de desinfección ya que la eficacia del equipo puede verse afectada

7. MANEJO DE RESIDUOS

Se asume que los residuos derivados de las tareas de limpieza y desinfección, tales como elementos y utensilios de limpieza y los EPI desechables, se podrán eliminar como residuos sólidos habituales, los que deben ser depositados en los contenedores habilitados para tal fin, evitando que su contenido pueda dispersarse durante su almacenamiento y traslado.

A estos efectos, solamente se seguirán instrucciones específicas en el caso de gestión de residuos procedentes de domicilios, así como de los residuos procedentes de hospitales, ambulancias, centros de salud, laboratorios, y establecimientos similares en contacto con COVID-19, durante la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, tal como establece la Orden SND/271/2020, de 19 de marzo, por la que se establecen instrucciones sobre gestión de residuos en la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.

OTRAS CONSIDERACIONES Y RESPONSABILIDADES

La responsabilidad de llevar a delante este protocolo recae en la empresa encargada de realizar la limpieza y desinfección de los espacios públicos y de los lugares de trabajo donde se debe llevar a efecto el procedimiento de limpieza y desinfección.

La empresa elabora este procedimiento de trabajo seguro, que establece las formas de trabajo y medidas preventivas en atención a los productos utilizados, conforme a lo establecido en el protocolo de medidas COVID.

El citado procedimiento es conocido por todos los trabajadores y trabajadoras que realizan estas tareas, los que deben ser capacitados en éstas y en el correcto uso y retiro de los EPI, y su desinfección o eliminación, según corresponda.

Deberá estar disponible en todo momento para ser presentado a la autoridad laboral cuando ésta lo requiera, así como también los medios de verificación de las capacitaciones y formación de los trabajadores que desarrollarán estas labores.

8.MEDIDAS GENERALES DE HIGIENE

- La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. Si las manos están visiblemente limpias la higiene de manos se hará con productos de base alcohólica; si estuvieran sucias o manchadas con fluidos se hará con agua y jabón antiséptico
- Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos
- Recoger el cabello largo en una coleta o moño bajo
- Los trabajadores no deben comer, beber o fumar en las zonas de trabajo no habilitadas de forma específica a tal efecto
- Si tiene síntomas respiratorios debe cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable y tirarlo en un contenedor de basura.
- Si no se tiene pañuelo de papel debe toser o estornudar sobre su brazo en el ángulo interno del codo, con el propósito de no contaminar las manos.

- Si sufre un acceso de tos inesperado y se cubre accidentalmente con la mano, evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Se debe realizar limpieza y desinfección a diario de las instalaciones, y más concretamente de aquellas superficies que hayan podido estar expuestas o entrado en contacto con las manos de compañeros o usuarios.
- Se colocará dispensadores de solución hidroalcohólica en las inmediaciones de los puestos de los trabajadores.
- Se recomienda mantener una distancia de más de 1 metro, evitando contactos (abrazos, besos, saludos con las manos), en caso que no se pueda garantizar la distancia de seguridad se deberá usar EPIS o una barrera física o de separación

8. CUADRANTE DE LIMPIEZA EN EL CENTRO DEPORTIVO

LUNES -MIERCOLES- VIERNES	MARTES - JUEVES
MAÑANA	MAÑANAS
7:30 VESTUARIOS Y ASEOS	7:30 VESTUARIOS Y ASEOS
8:30 CICLO VIRTUAL	8:30 VIRTUAL
9:00 SALA MUSCULACIÓN	9:00 SALA DE MUSCULACIÓN
9:30 INDOOR VIRTUAL	9:30 CICLO VIRTUAL
10:00 SALA 5 O PATIO	BARANDILLAS, ESCALERAS PUERTAS
10:30 SALA DE MUSCULACIÓN	10:00 SALA 5
11:00 CICLO INDOOR	10:30 SALA DE MUSCULACIÓN
PISCINA	11:00 INDOOR VIRTUAL
VESTUARIOS	PISCINA
12:00 SALA DE MUSCULACIÓN	VESTUARIOS.
12:15 INDOOR VIRTUAL	11:45 SALA DE MUSCULACIÓN
12:30 SALA 5	12:15 CICLO VIRTUAL
SALA DE FORMACIÓN	13:15 INDOOR VIRTUAL
13:15 CICLO IVIRTUAL	RECEPCIÓN- BARANDILLAS
SALA DE MUSCULACIÓN	13.20 SALA DE MUSCULACIÓN
* SINO HAY VIRTUALES (RECEPCIÓN + SALA 2+ SALA FORMACIÓN + DESPACHOS, SALA 3, ZONAS COMUNES TAQUILLAS , BARANDILLAS, ESCALERAS (DE INCENDIOS TAMBIEN), PARKING, METER CONTENEDOR)	ASEGURARSE DE QUE NO FALTA MATERIAL DE LIMPIEZA, ROLLOS DE PAPEL EN LOS ASEOS O GELES DE MANOS Y DESINFECTANTES

LUNES- MIERCOLES- VIERNES	MARTES Y JUEVES
18:30 VESTUARIOS Y ASEOS	18:30 VESTUARIOS Y ASEOS
PISCINA	19:15 SALA 5
ESCALERAS Y BARANDILLAS	19:45 SALA DE MUSCULACIÓN
RECEPCIÓN SUELOS Y PUERTAS	20:15 SALA 5
ESCALERAS DE EMERGENCIA	20:15 CICLO VIRTUAL
20:00 SALA DE MUSCULACIÓN	PISCINA
20:15 SALA 5	ETC..
20:15 INDOOR VIRTUAL	21:00 INDOOR VIRTUAL
21:15 CICLO	21:15 SALA 5
21:30 SALA DE MUSCULACIÓN	21:30 SALA DE MUSCULACIÓN
22:15 SALA 5	22:00 LO QUE FALTE
* SINO HAY VIRTUALES (RECEPCIÓN + SALA 2+ SALA FORMACIÓN + DESPACHOS, SALA 3, ZONAS COMUNES TAQUILLAS , BARANDILLAS, ESCALERAS (DE INCENDIOS TAMBIEN), SACAR CONTENEDOR)	ASEGURARSE DEL MATERIAL DE LIMPIEZA , ROLLOS DE PAPEL EN LOS ASEOS Y VESTUARIOS, ROLLOS GRANDES EN LAS CLASES, Y JABON DE MANOS Y DESINFECTANTE EN TODOS LOS CORNER HABILITADOS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN CORONAVIRUS (COVID-19)

Las **Medidas Preventivas** generales:

MEDIDAS DE HIGIENE PERSONAL	
	LAVARSE LAS MANOS FRECUENTEMENTE (Agua y Jabón o solución con alcohol)
	EVITAR EL USO DE MAQUILLAJE Y LENTILLAS
	LLEVAR EL PELO RECOGIDO (con una coleta o moño bajo)
	LLEVAR LAS UÑAS CORTAS Y EVITAR OBJETOS (Llevar las uñas cortas y cuidadas, evitando el uso de adornos: anillos, pulseras, etc.)
	TÁPESELA BOCA AL TOSER O ESTORNUDAR (Use pañuelos desechables, si no dispone de pañuelos, utilice el antebrazo o codo para taparse la boca)
	NO TOCARSE LA CARA (No tocarse los ojos, nariz o boca, sin antes lavarse las manos)

MEDIDAS EN EL CENTRO DEPORTIVO	
	EVITAR REUNIONES Y AGLOMERACIONES (Se limitarán las reuniones y visitas del personal externo de la empresa)
	LIMPIEZA DE SUPERFICIES Y OBJETOS (mantener objetos y superficies limpias)
	VENTILAR EL CENTRO DE TRABAJO
	EVITA EL CONTACTO CON PERSONAS Y NO COMPARTIR OBJETOS (evitar abrazos, besos o estrechar la mano) (no compartir objetos entre el personal)
	MANTÉN UNA DISTANCIA DE SEGURIDAD (Mantén una distancia de seguridad de 1-1,5 metros
	INSTALA DISPENSADORES DE GELES DESINFECTANTES (Para el uso de los trabajadores y clientes)

	EVITAR ABRIR LAS PUERTAS POR EL PICAPORTE (utilice el marco de la puerta de forma preferente al pomo)
	EN ATENCIÓN AL PÚBLICO SI ES POSIBLE COLOCAR BARRERAS FÍSICAS (pantallas de metacrilato o similar)
	EVITA EL USO DEL ASCENSOR (Evita el contacto con otros trabajadores en el ascensor)
	USE MASCARILLA Y GUANTES (Si no puede mantener la distancia de seguridad y han de mantener contacto estrecho)

RECUERDA	
	SI PRESENTAS ESTOS SÍNTOMAS (quédate en casa, no acudas a un centro sanitario, y llama a los teléfonos habilitados por cada Comunidad Autónoma)

ANEXO. DESINFECTANTES AUTORIZADOS

Productos virucidas autorizados en España
(https://www.redaccionmedica.com/contenido/images/Listado_virucidas_PT2_ambiental.pdf)

- Bactoclean
- Sure Cleaner Disinfectant Spray
- Ecodyl
- Germ Spray Care Perfect Disinfection
- Lactic
- Germ Trol Care Perfect Disinfection
- Vaprox Hydrogen Peroxide Sterilant
- Vaprox 59 Hydrogen Peroxide Sterilant
- Rely+On Virkon
- Ox-Virin
- Sanitas Procsan
- Desinfectante Conejo
- Lonzagard Dr 25 aN
- Sanytol Desinfectante Hogar y Tejidos
- Anpiclor 150
- Oxivir Plus
- Oxivir Plus Spray
- Oxivir Plus Jflex
- Activ B40 New
- Ox-Virin Presto al Uso
- Pastillas Cleanpill
- Gardobond Additive H7315
- Acticide C&D 06
- Acticide C&D 04
- Acticide C&D 01
- Pastillas Desinfectantes Multiusos Orache
- Oxivir Excel Foam
- Oxivir Excel
- Ymed Forte
- Germosan Nor BP1
- Biofilmstop Cleaner
- Sanosil S010
- Multiusos Desinfectante Bosque Verde
- Deornet Clor
- Dybacol LQ
- Barbicide
- Ambidox 25
- Ecomix Pure Disinfectant
- Oxa-Bacterdet Plus
- DD 4112