



ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO DE TRABAJO,
EMPLEO Y PREVISIÓN SOCIAL

**PROTOCOLO DE
BIOSEGURIDAD PARA LA
PREVENCIÓN, CONTROL Y
MITIGACIÓN DEL COVID-19
PARA EL SECTOR DEL TRABAJO
ASALARIADO DEL HOGAR**

LA PAZ

ENERO 2021



ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO DE TRABAJO,
EMPLEO Y PREVISIÓN SOCIAL

**PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA LA PREVENCIÓN, CONTROL Y
MITIGACIÓN DE LA COVID-19 PARA EL SECTOR DEL TRABAJO
ASALARIADO DEL HOGAR**

**Área de Seguridad Ocupacional – DGTHSO – MINISTERIO DE TRABAJO,
EMPLEO Y PREVISIÓN SOCIAL**

Calle Yanacochoa esquina Mercado – Zona Central

telf. 2408606

***Las recomendaciones contenidas en este documento podrán ser
revisadas, actualizadas y/o modificadas ante cambios en el contexto
nuevas evidencias sobre el comportamiento del virus SARS-CoV2.***



ÍNDICE

1. OBJETIVOS	1
1.1. Objetivo general	1
1.2. Objetivos específicos	1
2. ALCANCE	1
3. DEFINICIONES Y ABREVIATURAS	1
4. RESPONSABILIDADES	3
5. MEDIDAS DE PREVENCIÓN CONTRA EL COVID-19.....	6
5.1. Medidas básicas de bioseguridad.....	6
5.2. Condiciones del hogar	7
6. MEDIDAS DE CONTINGENCIA.....	8
6.1. En el ingreso al lugar de trabajo.....	8
6.2. Permanencia en el lugar de trabajo.....	8
6.3. Limpieza y desinfección del lugar de trabajo	9
6.4. Gestión de residuos.....	10
6.5. Terminación de la Jornada Laboral	10
7. RECOMENDACIONES PARA EL TRANSPORTE (HOGAR - LUGAR DE TRABAJO - HOGAR)	11
8. RECOMENDACIONES EN EL HOGAR DEL TRABAJADOR.....	12
9. MEDIDAS CON VISITANTES AL LUGAR DE TRABAJO	12
10. BIBLIOGRAFÍA	13
11. ANEXOS	13
ANEXO 1: TÉCNICA PARA UN CORRECTO LAVADO DE MANOS	15
ANEXO 2: TÉCNICA PARA UNA CORRECTA DESINFECCIÓN DE MANOS CON ALCOHOL EN GEL O ALCOHOL LÍQUIDO	16
ANEXO 3: USO CORRECTO DEL BARBIJO.....	17
ANEXO 4: USO CORRECTO DE LOS GUANTES	18
ANEXO 5: CONTROL DE TEMPERATURA	19
ANEXO 6: PREPARACIÓN DE MEZCLAS DE HIPOCLORITO DE SODIO	20



PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA LA PREVENCIÓN, CONTROL Y MITIGACIÓN DE LA COVID-19 PARA EL SECTOR DEL TRABAJO ASALARIADO DEL HOGAR

1. OBJETIVOS

1.1. Objetivo general

Establecer los lineamientos y procedimientos de bioseguridad en el marco de la prevención, control y mitigación del contagio COVID-19 en trabajadoras y trabajadores asalariados del hogar.

1.2. Objetivos específicos

- Proteger la salud de las y los trabajadores asalariados del hogar frente a la COVID-19.
- Velar por el cumplimiento de las disposiciones del presente Protocolo, así como las disposiciones normativas y reglamentarias que establezcan los Entes Gubernamentales para la prevención de COVID-19.
- Promover una cultura de prevención y buenas prácticas por parte de las y los trabajadores en sus puestos de trabajo y en sus hogares, a través de difusión de material informativo respecto al COVID-19.

2. ALCANCE

El presente protocolo de bioseguridad incluye recomendaciones y lineamientos básicos a considerarse durante la emergencia sanitaria por la pandemia de la COVID-19, para el sector de trabajo asalariado del hogar.

3. DEFINICIONES Y ABREVIATURAS

Coronavirus: Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SARS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID19.



COVID-19: Es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente.

Bioseguridad: Según la OMS (2005) es un conjunto de normas y medidas para proteger la salud del personal, frente a riesgos biológicos, químicos y físicos a los que está expuesto en el desempeño de sus funciones, también a los pacientes y al medio ambiente.

Caso Positivo o confirmado: Caso sospechoso con prueba de laboratorio para SARS-CoV-2 Positiva

Caso negativo o descartado: Caso sospechoso con prueba de laboratorio para SARS-CoV-2 Negativa.

Caso sospechoso:

- A. Persona expuesta por haber estado en un lugar con transmisión comunitaria o de brote, con o sin manifestaciones clínicas respiratorias o extra-respiratorias de COVID-19 de cualquier severidad y manifestaciones de laboratorio.
- B. Persona con exposición por contacto estrecho sostenido sin protección individual a casos probables o confirmados de COVID-19 pero que aún es asintomática.

CONTACTO: Un contacto es una persona que experimentó cualquiera de las siguientes exposiciones durante los dos días anteriores y 14 días después del inicio de los síntomas de un caso probable o confirmado:

1. Contacto cara a cara con un caso probable o confirmado a un metro de distancias o menos y durante más de 15 minutos.
2. Contacto físico directo con un caso probable o confirmado.
3. Atención directa a un paciente probable o confirmada con enfermedad COVID-19 sin usar el equipo de protección personal adecuado.
4. Otras situaciones según lo indicado por las evaluaciones de riesgos locales.

NOTA. - Para casos asintomáticos confirmados, el período de contacto se considera desde dos días anteriores hasta 14 días posteriores a la fecha en que se tomó la muestra que condujo a la confirmación.

Desinfección: Proceso químico que mata o erradica los microorganismos sin discriminación al igual como las bacterias, virus y protozoos impidiendo el crecimiento de microorganismos patógenos en fase vegetativa que se encuentren en objetos inertes.



Distanciamiento: Corresponde a la distancia que se debe mantener de una persona a otra, que deberá ser de 1.5 metros.

Equipo de Protección Personal (EPP): Es cualquier equipo o dispositivo destinado para ser utilizado o sujetado por el trabajador, para protegerlo de uno o varios riesgos y aumentar su seguridad o su salud en el trabajo. Las ventajas que se obtienen a partir del uso de los elementos de protección personal (EPP) son las siguientes:

- a) Proporcionar una barrera entre un determinado riesgo y la persona,
- b) Mejorar el resguardo de la integridad física del trabajador y;
- c) Disminuir la gravedad de las consecuencias de un posible accidente sufrido por el trabajador.

Pediluvio: En industria, se denomina pediluvio al medio de limpieza y desinfección para los zapatos del personal, normalmente consiste en un recipiente de tipo bandeja con una mezcla líquida desinfectante. El líquido debe cubrir la parte inferior de los zapatos. La mezcla desinfectante recomendada es de hipoclorito de sodio al 0,1 %, soluciones de alcohol al 70%, soluciones jabonosas, soluciones de desinfectantes orgánicos, productos en base a amonio cuaternario, etc.).

Teletrabajo: Trabajo que una persona realiza para una Empresa o Institución desde un lugar alejado a las instalaciones (habitualmente su propio domicilio), por medio de un sistema de telecomunicación.

4. RESPONSABILIDADES

EMPLEADORES DEL SECTOR DE TRABAJO ASALARIADO DEL HOGAR

- Proveer a las(os) trabajadoras(es) asalariadas(os) del hogar, de manera adecuada y suficiente de los equipos de protección e insumos de bioseguridad de acuerdo con la exposición ocupacional al agente causal y demás peligros a los que se exponga en el desarrollo de sus funciones (ej.: insumos de limpieza y desinfección).
- Instalar al ingreso del hogar un pediluvio adecuado para la desinfección de los zapatos o en su defecto atomizadores con soluciones desinfectantes.



- Proveer de manera adecuada los insumos para la higiene de manos a la trabajadora asalariada del hogar: agua y jabón o soluciones de alcohol al 70% y toalla individual, o toallas de papel.
- Proveer la asistencia necesaria para el reporte y traslado de las(os) trabajadoras(es) asalariadas(os) del hogar a la asistencia médica indicada por el SEDES en caso de presentar síntomas sospechosos de COVID-19 durante su jornada laboral, tales como:
 - Tos
 - Fiebre
 - Dolor de garganta
 - Dolor de cabeza
 - Dolores musculares y articulares
 - Dificultad respiratoria
 - Malestar general
 - Pérdida de los sentidos del gusto y del olfato
 - Otros síntomas respiratorios.
- Proveer los insumos adecuados para la limpieza y desinfección del hogar para minimizar la presencia del virus en el interior del hogar.
- Capacitar a las(os) trabajadoras(es) del hogar sobre los aspectos básicos de COVID-19 (que es, síntomas, medidas de prevención y bioseguridad, etc.) Ver anexo.
- Mantener informada a las(os) trabajadoras(es) asalariadas(os) del hogar sobre las disposiciones Legales y Normativas vigentes dictadas por el Gobierno Central, Gobernaciones y/o Gobiernos Municipales.
- Cumplir y hacer cumplir las disposiciones Legales y Normativas vigentes, llegando a acuerdos con el o la trabajadora, si es necesario.
- El empleador, dentro de lo posible, establecerá horarios de trabajo flexibles con el fin de minimizar el uso del transporte público, por parte de las(os) trabajadoras(es), en horarios pico o con gran aglomeración de personas.



TRABAJADORAS(ES) ASALARIADAS(OS) DEL HOGAR

- Utilizar los equipos de protección personal de manera estricta y siguiendo lo instruido por el presente protocolo durante sus labores en los hogares.
 - Barbijos quirúrgicos desechables o de tela con triple capa.
 - Guantes de goma o nitrilo para la limpieza y desinfección de ambientes y superficies.
- Ejercer una buena rutina y técnica de lavado de manos, entre 40 y 60 segundos frecuentemente durante la jornada laboral, sobre todo al ingreso a la fuente laboral, antes de la manipulación de alimentos, después de ir al baño, después de realizar procedimientos de limpieza y desinfección, etc. (Ver ANEXO 1 y 2)
- Cumplir con las medidas de bioseguridad contempladas en el presente protocolo y de las definidas en el lugar de trabajo.
- Reportar de manera veraz y oportuna cualquier síntoma sugestivo de la COVID-19 a su empleador:
 - Tos
 - Fiebre
 - Dolor de garganta
 - Dolor de cabeza
 - Dolores musculares y articulares
 - Dificultad respiratoria
 - Malestar general
 - Pérdida de los sentidos del gusto y del olfato
 - Otros síntomas respiratorios
- Seguir los medios de comunicación y/o hacer consultas a su empleador para mantenerse informados de las disposiciones vigentes y cumplirlas a cabalidad.



- Debe cooperar con el empleador en el ámbito de la SST (cumplir las instrucciones y procedimientos, utilizar correctamente los EPP, informar su superior de las situaciones de trabajo peligrosas, etc.)

5. MEDIDAS DE PREVENCIÓN CONTRA EL COVID-19

5.1. Medidas básicas de bioseguridad

Las(os) trabajadoras(es) asalariadas(os) del hogar deben practicar las siguientes medidas generales de bioseguridad:

- i) No saludar con apretón de manos o cualquier forma de contacto físico.
- ii) El personal debe utilizar ropa/uniforme limpio y exclusivo para el trabajo, considerando que puede transportar agentes infecciosos.
- iii) Se recomienda que el personal tenga un par de zapatos exclusivo para desarrollar las actividades laborales (cambiarse de zapatos al ingreso y salida). Los calzados deben ser cerrados y no exponer ninguna parte del pie.
- iv) El personal no deberá hacer uso de accesorios (aretes, relojes, anillos, collares u otros similares), el cabello debe estar recogido y los hombres no deben evitar la barba.
- v) Las uñas deben estar cortas para evitar permanencia de SAR-CoV-2 debajo ellas.
- vi) Evite hacer uso innecesario de teléfono celular.
- vii) Evite compartir menaje de cocina, lapiceros y otros similares.
- viii) Realizar de manera frecuente y adecuada la higiene de manos (Ver ANEXO 1 y 2)
- ix) Distanciamiento social de 1,5 metros como mínimo.
- x) Uso de barbijo común o mascarilla quirúrgica permanente.



- xi) El momento de la alimentación se considera de riesgo por la ausencia de barbijo común o mascarilla quirúrgica. Se recomiendan las siguientes medidas de prevención:
 - Usar transporte público.
 - Distanciamiento social estricto de al menos 2 metros.
 - En lo posible en ambientes diferentes con el resto de los habitantes del hogar o en tiempos distintos.
 - Higiene de manos antes y después de la alimentación.
- xii) Informar su estado de salud y si tuvo contacto con alguna persona sospechosa o positiva para COVID-19.
- xiii) No fumar en área de trabajo.
- xiv) Desinfección de su lugar de trabajo.
- xv) Practicar en todo momento las medidas de prevención y bioseguridad establecidas en el presente documento, tales como: higiene y desinfección frecuente y adecuada de manos con agua y jabón o soluciones desinfectantes a base de alcohol al 70%, distancia física de la menos 1,5 metros, higiene respiratoria y etiqueta de la tos, limpieza y desinfección de objetos y superficies de mayor contacto de forma adecuada y frecuente.

5.2. Condiciones del hogar

Se recomienda tomar en cuenta el ambiente de trabajo de las(os) trabajadoras(es) asalariadas(os) del hogar para la práctica de las medidas de prevención y contención de la COVID-19.

En caso de existir personas aisladas por COVID-19 en el hogar donde trabaja o en su propio hogar, o la presencia de visitas de personas externas en su hogar o en el que trabaja, la práctica de las medidas básicas por parte de el o la trabajadora del hogar debe ser más estricta, especialmente en la frecuencia de lavado, desinfección de manos y distanciamiento físico.

Ambas partes (empleador y asalariado) deben llevar un monitoreo de síntomas de COVID-19 en el lugar de desempeño laboral y en su propio hogar.



6. MEDIDAS DE CONTINGENCIA

6.1. En el ingreso al lugar de trabajo

Al llegar al hogar donde trabaja, las(os) trabajadoras(es) asalariadas(os) del hogar deben:

- i) Desinfectarse los zapatos, ropa y objetos de uso personal como carteras, mochilas, celulares, llaves y otros.
- ii) El medio para la desinfección de zapatos idealmente debería ser un pediluvio con solución de hipoclorito de sodio al 0,05 % (receta de la solución en anexos) o alcohol al 70%, atomizadores o mochilas de desinfección.
- iii) Cambiarse el vestuario externo por uniforme completo (el vestuario externo deberá guardarse en una bolsa especialmente destinada para este propósito).
- iv) La ropa de la calle conservarla en una bolsa cerrada para ser utilizada para el nuevo desplazamiento.
- v) Realizar higiene de manos.
- vi) Mantener la distancia física de 1,5 metros.
- vii) Solicitar a él/la jefe del hogar que le tome la temperatura corporal. En caso que sea igual o mayor a 38°C el trabajador asalariado debe retornar a su hogar, entrar en aislamiento voluntario e informar a las autoridades competentes.

6.2. Permanencia en el lugar de trabajo

Durante la permanencia de el o la trabajadora asalariada del hogar, seguirá los siguientes comportamientos:

- i) Lavarse las manos frecuentemente, de acuerdo al procedimiento recomendado por la OMS incluido en este protocolo:



- Antes y después de recibir una entrega de comida o mercadería a domicilio.
 - Antes y después de realizar actividades de limpieza y desinfección.
 - Después de toser o estornudar.
 - Antes y después del contacto con alguien enfermo.
 - Antes, durante y después de preparar alimentos.
 - Antes de comer.
 - Antes y después de usar el baño.
 - Después de tocar animales y sus desechos.
 - Después de manejar dinero.
 - Después de recoger los residuos generados en la casa.
- ii) Utilizar de manera permanente y adecuada (cubriendo nariz y boca) el barbijo común o mascarilla quirúrgica.

6.3. Limpieza y desinfección del lugar de trabajo

La limpieza se refiere a la eliminación de gérmenes, suciedad e impurezas de las superficies. Este proceso no mata los gérmenes, pero al quitarlos, disminuye su cantidad y el riesgo de propagar la infección.

La desinfección se refiere al uso de productos químicos, como el alcohol al 70 % y el hipoclorito o lavandina, para matar los gérmenes en las superficies. Este proceso no necesariamente limpia las superficies sucias ni quita los gérmenes, pero al matar los gérmenes en la superficie luego de la limpieza, se puede disminuir aún más el riesgo de propagar la infección.

Dentro del hogar, limpiar y desinfectar rutinariamente las superficies que se tocan con más frecuencia, como mesas, manijas de puertas, interruptores de luz, manillas, escritorios, inodoros, grifos, lavamanos y artículos electrónicos. Para ello, pueden utilizar limpiadores de uso doméstico y desinfectantes como el alcohol al 70% y soluciones de hipoclorito (lavandina al 0,5 %) (Ver Anexo). Las soluciones de hipoclorito de sodio o lavandina son aconsejadas para superficies de baños y cocinas. Las soluciones de alcohol al 70 % son



aconsejables para superficies de madera, muebles tapizados y artefactos eléctricos.

Al limpiar artículos electrónicos, siga las instrucciones del fabricante de cada uno de los productos de limpieza y desinfección que utilice.

6.4. Gestión de residuos

- i) Se recomienda mantener un basurero con tapa y bolsa separada para desechos como ser pañuelos desechables, barbijos y cualquier material desechable que haya sido utilizado para desinfección de superficies. (La bolsa una vez llena debe desecharse cerrada o anudada).
- ii) Los residuos comunes del hogar deben depositarse de manera habitual en un basurero con tapa y bolsa.
- iii) las(os) trabajadoras(es) asalariadas(os) del hogar utilizarán guantes de nitrilo para manipular a basura y procedimientos de limpieza y desinfección, los mismos deben emplearse exclusivamente para limpiar y desinfectar las superficies con posible contaminación de COVID-19 y no se los debe usar para otros fines.
- iv) Después de manipular las bolsas de residuos, la trabajadora del hogar, deberá lavar los guantes y sus manos. Consulte las instrucciones del fabricante de los productos de limpieza y desinfección que utilice.
- v) Si las superficies están sucias, deberá limpiarlas con un detergente o agua y jabón antes de su desinfección.

6.5. Terminación de la Jornada Laboral

Al terminar la jornada laboral el o la trabajadora del hogar debe:

- i) Cambiarse su uniforme de trabajo por la ropa de calle.
- ii) Continuar con el uso del barbijo común o barbijo quirúrgico



7. RECOMENDACIONES PARA EL TRANSPORTE (HOGAR - LUGAR DE TRABAJO - HOGAR)

- i) Cuando utilice los servicios de transporte público deberá asegurarse de cumplir los siguientes aspectos:
 - Evitar aglomeraciones.
 - Respetar la distancia establecida.
 - Lavarse y desinfectarse las manos en especial después de haber tenido contacto con superficies o haber manipulado dinero.
- ii) Es obligatorio que el o la trabajadora asalariada del hogar cumpla con las normas de las autoridades locales, como el uso de barbijo en lugares públicos y conservar la distancia física recomendada (mínimo de 1,5 metros) además de higiene frecuente de manos.
- iii) Desinfectar todos los objetos personales con los que se tuvo contacto durante la jornada laboral y durante el retorno a casa (zapatos, carteras, teléfono celular, credencial, gafas, llaves, etc.). Se recomienda que la desinfección se realice con soluciones desinfectantes a base de alcohol al 70%.
- iv) Quitarse el barbijo y los guantes de forma correcta (Ver ANEXOS 3 y 4), desechándolos usando las técnicas adecuadas.
- v) Al llegar a su vivienda las(os) trabajadoras(es) asalariadas(os) deben:
 - Desinfectar las suelas de los zapatos o dejar los zapatos afuera.
 - Cambiarse el vestuario externo por otro. La ropa de la calle conservarla en una bolsa cerrada hasta ser lavada.
 - Si posible tomar una ducha corta.
 - Higiene de manos al entrar al domicilio.
- vi) las(os) trabajadoras(es) asalariadas(os) del hogar deberán utilizar el medio de transporte que menos riesgo de contagio represente, bajo los siguientes criterios:
 - El que tenga menos aglomeración de gente.



- Uso de barbijo común o mascarilla quirúrgica permanente.
 - Ejercer el máximo distanciamiento físico posible.
- vii) Las recomendaciones para el Hogar del empleador, también aplican para la vivienda del trabajador asalariado del hogar.

8. RECOMENDACIONES EN EL HOGAR DEL TRABAJADOR

El o la trabajadora del hogar, dentro de su vivienda, debe practicar las mismas reglas que las recomendadas para su centro de trabajo en cuanto a:

- Desinfección de sus zapatos al ingreso
- Desinfección de objetos de uso personal (carteras, llaves, celulares, etc.)
- Cambio de ropa
- Higiene de manos
- Distanciamiento físico
- Limpieza y desinfección de superficies
- Uso de barbijo común o máscara quirúrgica de manera adecuada, en caso de presentar síntomas respiratorios o de que algún miembro de su familia o entorno los presente.

9. MEDIDAS CON VISITANTES AL LUGAR DE TRABAJO

Las visitas dentro del lugar de trabajo de la o el trabajador del hogar deben evitarse dentro de lo posible; en caso de producirse, reducir su tiempo de permanencia a lo mínimo indispensable.

Los visitantes deben desinfectar la suela de sus zapatos y ropa al ingreso del hogar, así como lavarse y desinfectarse las manos a tiempo de ingresar al lugar de trabajo. Las visitas deben utilizar barbijo durante su estadía en el lugar de trabajo.

las(os) trabajadoras(es) asalariadas(os) del hogar debe obedecer rigurosamente las medidas básicas de prevención durante la presencia de visitas en su lugar de trabajo.



- Uso de barbijo común o mascarara quirúrgica de manera adecuada.
- Distanciamiento de 1,5 metros.
- Higiene de manos.
- Desinfección de superficies.

10. BIBLIOGRAFÍA

- **ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO (OIT):** Las normas de la OIT y el COVID-19 (coronavirus) – Preguntas frecuentes "Disposiciones fundamentales de las normas internacionales del trabajo pertinentes en el contexto del brote de COVID-19".
- **MINISTERIO DE SANIDAD - GOBIERNO DE ESPAÑA:** Buenas prácticas en los centros de trabajo - Medidas para la prevención de contagios del COVID-19.
- **GOBIERNO DE LA REPÚBLICA DE HONDURAS - SECRETARÍA DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL:** Protocolo de Bioseguridad por motivo de la Pandemia COVID- 19 para centros de trabajo.
- **ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD -ORGANIZACIÓN MUNDIAL D E LA SALUD:** Panfletos.
- **MINISTERIO DE SALUD** - Guía para el manejo del COVID-19
MINISTERIO DE SALUD - Norma técnica de Procedimientos de Bioseguridad para la prevención del COVID-19.
- **BOLIVIA:** Ley N° 2450 de Regulación del Trabajo Asalariado del Hogar, 9 de abril de 2003.
- **CDC** Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades “*Recomendaciones generales para la limpieza y desinfección de rutina de los hogares*”

11. ANEXOS



¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

⌚ Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



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, atropándolo 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 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

1

ANEXO



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente
PATIENT SAFETY

SAVE LIVES
Clean Your Hands

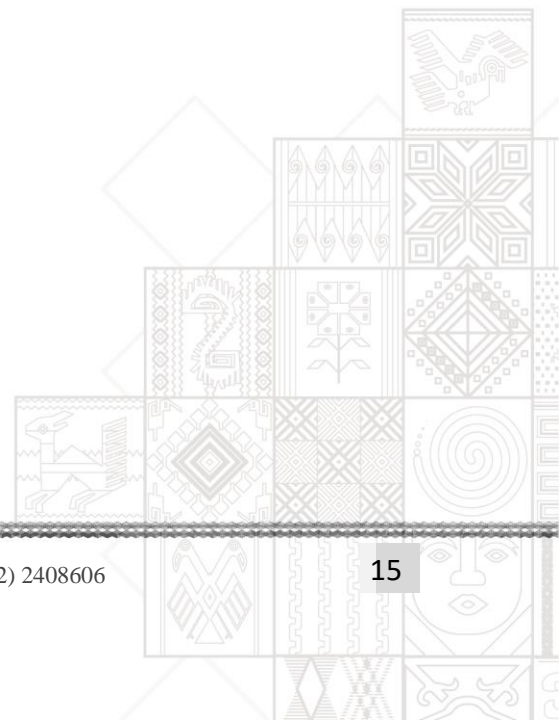


ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO DE TRABAJO,
EMPLEO Y PREVISIÓN SOCIAL

TÉCNICA PARA UN CORRECTO LAVADO DE MANOS

ANEXO 2





TÉCNICA PARA UNA CORRECTA DESINFECCIÓN DE MANOS CON ALCOHOL EN GEL O ALCOHOL LÍQUIDO

¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinfectese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

⌚ Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos



1a Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



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;



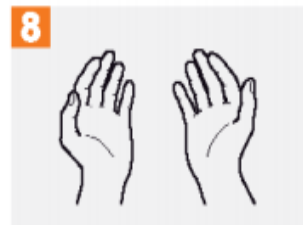
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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.

ANEXO 3



USO CORRECTO DEL BARBIJO

CÓMO UTILIZAR UNA MASCARILLA MÉDICA DE FORMA SEGURA

who.int/epi-win

QUÉ DEBEMOS HACER →

- Lávese las manos antes de tocar la mascarilla
- Compruebe que no esté rasgada ni con agujeros
- Localice la parte superior, donde está la pieza metálica o borde rígido
- Asegúrese que el lado de color quede hacia fuera
- Coloque la pieza metálica o borde rígido sobre la nariz
- Cúbrase la boca, la nariz y la barbilla o mentón
- Ajústela para que no queden aberturas por los lados
- Evite tocarla
- Quitésela manipulándola desde detrás de las orejas o la cabeza
- Mientras se la quita, manténgala alejada de usted y de cualquier superficie
- Deséchela inmediatamente después de usarla, preferiblemente en un recipiente con tapa
- Lávese las manos después de desecharla

QUÉ NO DEBEMOS HACER →

- No utilice mascarillas rasgadas o húmedas
- No se cubra solo la boca, cúbrase también la nariz
- No use la mascarilla poco ajustada
- No toque la parte frontal de la mascarilla
- No se la quite para hablar ni para realizar otra acción que requiera tocarla
- No deje su mascarilla usada al alcance de otras personas
- No reutilice la mascarilla

Recuerde que las mascarillas por sí solas no lo protegen de la COVID-19. Aunque lleve puesta una mascarilla, mantenga al menos 1 metro de distancia de otras personas y lávese bien las manos frecuentemente.

EPI-WIN **OPS**

ANEXO 4



USO CORRECTO DE LOS GUANTES



CÓMO QUITARTE LOS GUANTES DE FORMA SEGURA

MEDIDA PREVENTIVA FRENTE A COVID-19

PASO 1
Agarra la parte exterior del guante por la muñeca sin tocar tu piel.

PASO 2
Despega el guante de tu mano, tirando de él de adentro hacia afuera.


PASO 3
Sostén el guante que acabas de quitarte con la mano que aún tienes enguantada

PASO 4
Despega el segundo guante metiendo los dedos dentro de él a la altura de tu muñeca

PASO 5
Da la vuelta al segundo guante mientras lo despegas de tu mano y deja dentro de él el primer guante

PASO 6
Desecha los guantes de forma segura, sin reutilizarlos en ningún caso

PASO 7
LAVA TUS MANOS
Inmediatamente después de quitarte los guantes lava tus manos con agua y jabón



ANEXO 5



CONTROL DE TEMPERATURA

El termómetro infrarrojo

✓ Beneficios

- Reduce el riesgo de **contaminación cruzada** entre las personas evaluadas
- Fácil de usar, limpiar y desinfectar
- Muestra una **lectura** de la temperatura de forma **rápida**

× Limitaciones

- Cómo y dónde se utiliza puede afectar la medición
- Se recomienda el uso de **equipos de protección individual (EPI)** por parte del operador

Cómo funciona

El termómetro **mide la radiación térmica** emitida por la persona

Debe estar perpendicular a la frente, a una **distancia de entre 3 y 15 cm***

Uso adecuado

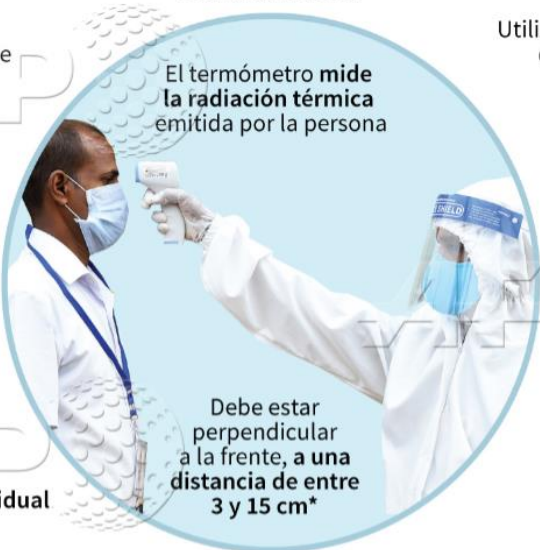
Utilizar en espacios sin corrientes de aire y **fuera del sol directo** o fuentes de calor radiante

Temperatura ambiente: **entre 16 y 40°C**

Humedad relativa: **menos de 85%**

La frente debe estar **limpia, seca y despejada** durante la medición

La persona debe **permanecer inmóvil** durante la medición



Fuente: FDA Foto AFP/Ishara S. Kodikara *La distancia entre el dispositivo y la frente es específica para cada modelo © AFP

ANEXO 6



PREPARACIÓN DE MEZCLAS DE HIPOCLORITO DE SODIO

Mezcla de lavandina comercial

- Concentración usual de la lavandina es 55 g de Cloro activo por litro.
- La lavandina es inestable, su concentración en almacenamiento puede bajar considerablemente.
- Las concentraciones recomendadas por la OMS para superficies son de 0,1 % y de 0,05 % para el tratamiento de uniformes durante su lavado. [6]

Nota: Estas concentraciones pueden causar severo daño a superficies metálicas incluyendo el acero inoxidable y la decoloración y envejecimiento prematuro de materiales textiles.

Mezcla de 0,1 % de Cloro

- Volumen a Preparar: 10 litros
- Volumen de lavandina necesaria: 182 ml
- Verter la lavandina sobre el agua
- Utilizar guantes de goma

En caso de no tener material volumétrico utilizar jeringas desechables sin la aguja hipodérmica.

Mezcla de 0,05 % de Cloro

- Volumen a Preparar: 10 litros
- Volumen de lavandina necesaria: 91 ml
- Verter la lavandina sobre el agua
Utilizar guantes de goma

En caso de no tener material volumétrico Utilizar Jeringas desechables sin la aguja hipodérmica.

Nota de seguridad: Nunca agregar ningún ácido a la lavandina, puede producirse gas cloro, muy tóxico.