



Nota informativa

19 d'abril del 2020

MESURES EXCEPCIONALS PER FER FRONT A LA INFECCIÓ PEL NOU CORONAVIRUS SARS-CoV-2 I RECOMANACIONS ORGANITZATIVES PER ALS DESPATXOS O ELS CONSULTORIS PROFESSIONALS

Destinataris: professionals liberals afectats per la fase 1 de l'obertura

De forma addicional a les mesures recollides als decrets i els avisos que el Govern publica periòdicament al BOPA, es creu convenient establir recomanacions organitzatives i de neteja per minimitzar al màxim la propagació del virus.

L'objectiu de l'obertura ordenada i progressiva de l'activitat social i econòmica és **minimitzar el risc de transmissió de la infecció per SARS-CoV-2** i, alhora, mitigar l'impacte negatiu sobre el teixit empresarial i l'ocupació. Cal entendre que les diferents fases d'obertura progressiva de les activitats econòmiques segueixen emmarcades en un procés de confinament de la població que busca frenar la propagació del virus. **No es tracta, doncs, d'un retorn a les condicions que precedien l'emergència sanitària** sinó d'instaurar uns procediments de treball que han de permetre seguir evitant la propagació del virus.

En aquest document s'emeten un seguit d'instruccions destinades als despatxos i els consultoris professionals en què no hi ha un contacte físic directe amb els usuaris. Se n'exclouen, doncs, totes les consultes de professionals sanitaris (metges, fisioterapeutes, odontòlegs i podòlegs) excepte els centres d'atenció psicològica, de logopèdia i les consultes de dietistes i nutricionistes.

Premisses

La premissa bàsica és la **reducció dels contactes a través del distanciament social**. Aquest mandat és clau per evitar un repunt dels contagis que anul·li l'esforç del confinament generalitzat dels últims dies i faci necessari un nou reforç posterior per a la contenció.

Mesures organitzatives, de protecció i de seguretat a les empreses

A- PLA DE PROTECCIÓ I SEGURETAT:

Abans de procedir a l'obertura de l'activitat cal que cada empresa desenvolupi internament un pla de protecció i seguretat, tenint en compte els elements següents:

1. Reordenar l'activitat:

- **Sempre que es pugui cal incentivar el treball no presencial.**
- En cas que algunes persones no puguin fer treball no presencial, la distància interpersonal entre els treballadors i en l'atenció al públic ha de ser de 2 metres, fet que pot implicar redistribució del mobiliari.
- Si aquesta distància no pot ser respectada, cal establir torns de treball per evitar que els treballadors coincideixin.
- Cal ajustar els horaris d'atenció al públic per evitar desplaçaments dels treballadors. **Cal evitar horaris partits i promoure horaris continus d'acord amb la normativa vigent en matèria de relacions laborals.**
- A l'hora d'organitzar les visites dels clients, cal preveure mecanismes per evitar que coincideixin al centre. En el cas que hagin de coincidir, s'haurà de limitar la capacitat de la zona d'espera per respectar la distància de 2 metres entre els clients:
 - Sempre amb cita prèvia.
 - Cal activar un contacte telefònic previ a la visita per comprovar que el client no mostra símptomes d'infecció respiratòria o febre. En cas que en presenti, cal ajornar la sessió i recordar que és necessari contactar amb el 116.
 - Cal limitar a un el nombre d'acompanyants de les persones que hi acudeixen i tampoc no poden tenir febre ni simptomatologia respiratòria.
 - Retireu les revistes i els diaris de les sales d'espera, així com altres materials que puguin afavorir la disseminació del virus a les sales d'espera.

2. Senyalitzar degudament els espais on s'atendrà els usuaris:

- Instal·lar barreres de separació físiques, si escau, o marques de distanciament al terra.
- Instal·lar cartells informatius adreçats al públic sobre les mesures sanitàries que cal respectar (cal que els usuaris o els clients duguin sempre mascareta).

- Redistribuir i separar les taules de treball i altre mobiliari per garantir una separació mínima de 2 metres entre els llocs de treball, i entre treballadors i usuaris.
 - Preveure els mecanismes per exercir un control estricte de la capacitat dels espais (recepció de visites únicament amb cita prèvia i donant hores que permetin assegurar la presència d'un únic client o usuari alhora).
3. Garantir les condicions de seguretat i protecció
- Proveir mascaretes i altre equipament de protecció als treballadors en funció de l'activitat.
 - Es recomana disposar de gel hidroalcohòlic o tovalloletes desinfectants als accessos de l'establiment, a cada un dels llocs de treball (inclòs el taulell d'atenció al públic) i als lavabos.
 - Evitar mecanismes de fitxatge que impliquin l'ús del sistema dactilar.
 - Garantir la ventilació adequada dels locals, natural o general forçada, un mínim de 10 minuts tres cops al dia.
 - Facilitar els accessos als espais, si pot ser amb sistemes mecànics o deixant les portes obertes quan sigui possible, de forma que les manetes de les portes es facin servir al mínim possible.
 - Disposar cubells amb tapa d'accionament amb pedal per a mocadors d'un sol ús.
 - Assegurar que tots els lavabos disposin de sabó, mocadors o tovalloles de paper. Es recomana establir la màxima freqüència en la neteja i la desinfecció dels lavabos.
 - Establir una capacitat màxima d'ocupació del 30% en les zones comunes dels treballadors (menjadors, offices, etc.) mitjançant l'establiment de torns. Respectar sempre les distàncies interpersonals de 2 metres. Es recomana, per exemple, organitzar els llocs per dinar en disposició diagonal.
 - Preveure un espai reservat per poder traslladar una persona altament sospitosa d'estar infectada mentre es truca al 116.
4. Establir un pla de neteja i desinfecció. (Vegeu l'annex "Neteja i desinfecció".)

B- MESURES ESPECIALS PER ALS TREBALLADORS:

- Els treballadors que es troben afectats per la COVID-19 o amb simptomatologia, o es troben aïllats perquè són contactes d'algú afectat, no poden accedir al seu lloc de treball.
- En els casos de la població treballadora vulnerable, si és necessari, cal adaptar el lloc de treball al professional.
- Cal que tots els treballadors segueixin les indicacions i les recomanacions de prevenció i d'higiene que els indiqui l'empresa.

Cal que l'empresa posi en coneixement dels treballadors les indicacions següents:

- Sempre que sigui possible, heu de prioritzar el treball no presencial.
- Si heu d'anar a la feina, es recomana anar-hi a peu o amb transport individual. Si heu d'agafar el transport públic, poseu-vos mascareta i manteniu la distància de seguretat.
- A la feina:
 - Renteu-vos sovint les mans, amb sabó o solucions hidroalcohòliques.
 - Manteniu la distància de dos metres amb els companys i eviteu el contacte estret.
 - Intenteu evitar els ascensors.
 - Eviteu el contacte físic, com ara els petons i les encaixades de mans.
 - Eviteu compartir equips i dispositius amb altres treballadors i, en cas que sigui inevitable, desinfecteu amb gel hidroalcohòlic els dispositius entre l'ús d'una persona i una altra.
 - Tapeu-vos amb el colze en tossir o esternudar i eviteu tocar-vos els ulls, el nas o la boca. Després renteu-vos les mans.
 - Llenceu el mocador d'un sol ús a la paperera després d'utilitzar-lo.
 - Eviteu les reunions presencials i afavoriu els sistemes no presencials.
- Quan arribeu a casa després de la feina:
 - Eviteu agafar l'ascensor i, si ho feu, feu-ho de forma individual.
 - Si us desplaceu per les escales, eviteu l'ús de les baranes.
 - Si trobeu veïns, manteniu la distància de dos metres de seguretat.
 - Renteu-vos de seguida les mans.
 - Dutxeu-vos, canvieu-vos la roba i eviteu espolsar la que heu portat. Quan la poseu a rentar a la rentadora, renteu-la a una temperatura mínima de 60 graus.
 - Netegeu els estris que fareu servir dins de la llar, com el mòbil o les ulleres, amb aigua i sabó o amb una solució hidroalcohòlica.
 - Si conviviu amb persones de risc, manteniu-hi el mínim contacte possible i manteniu sempre la distància de seguretat.

ANNEX: NETEJA I DESINFECCIÓ

La supervivència dels coronavirus en les superfícies pot ser molt variable, d'entre dos hores i nou dies, en funció del material, la temperatura, la humitat, etc. Per això, és recomanable que s'intensifiquin els procediments de neteja i desinfecció habituals que es duen a terme.

Generalitats de la neteja i la desinfecció

- La neteja és fonamental perquè elimina la brutícia i la matèria orgànica de les superfícies i arrossega els microorganismes. Es recomana fer una neteja diària, utilitzant aigua i sabó, de totes les superfícies de contacte freqüent amb les mans.
- És important, també, ventilar diàriament tots els espais durant cinc minuts al dia com a mínim.
- Us recordem que la desinfecció per inactivar els microorganismes ha d'anar precedida d'una neteja, perquè si no, la brutícia pot interferir en els desinfectants i minimitzar-ne l'eficàcia.
- Cal netejar i desinfectar periòdicament els elements i els utensilis que es fan servir per a la neteja i la desinfecció (baietes, pals de fregar, guants).
- Netegeu el terra sovint amb aigua i sabó o amb els productes habituals. Després, desinfecteu-lo amb lleixiu diluït a 1/50 (la quantitat de lleixiu equivalent a un got d'aigua de 200 ml per a una galleda amb deu litres d'aigua).
- Aquesta neteja i desinfecció cal que sigui més exhaustiva i freqüent als espais més utilitzats: zona d'atenció, lavabos i zones d'espera.

Productes de neteja i desinfectants

La neteja es pot fer amb aigua i sabó o amb els detergents d'ús habitual en l'àmbit domèstic, que s'hauran d'aplicar en la concentració i les condicions d'ús que indiqui l'etiqueta de cada producte.

Per a la desinfecció podeu utilitzar:

- Lleixiu: es recomana fer una dilució barrejant 20 ml de lleixiu en 1 litre d'aigua. Aquesta solució s'ha de preparar diàriament i s'ha de deixar actuar durant uns minuts.
- Alcohol etílic d'entre el 62 i el 71%: es pot obtenir a partir de l'alcohol etílic habitual, barrejant 70 ml d'alcohol amb 30 ml d'aigua.
- Peròxid d'hidrogen al 0,5%: es pot obtenir diluint l'aigua oxigenada habitual, barrejant una part d'aigua oxigenada i cinc parts d'aigua.
- Es poden utilitzar també altres productes desinfectants que tinguin una finalitat viricida (que neutralitza un virus).

Els productes de neteja i desinfecció s'han de manipular de forma adequada per evitar possibles riscos.

- Cal llegir les etiquetes i seguir totes les instruccions d'ús. S'ha de respectar la dosificació indicada i aplicar cada producte de la forma i al lloc previstos. El fet d'utilitzar-los en més quantitat no implica que siguin més efectius i fer-ho podria comportar riscos.
- No es poden barrejar ni utilitzar a la vegada productes diferents, ja que podrien deixar anar gasos tòxics o generar reaccions químiques perilloses.

Zones d'actuació i objectes als quals cal prestar una atenció especial

La neteja i desinfecció ha de ser freqüent en totes les zones de l'establiment. Les zones i els punts on cal intensificar la neteja i la desinfecció són els següents:

- Interruptors i timbres, i botoneres dels ascensors
- Manetes i poms de portes, finestres, armaris i arxivadors
- Baranes i passamans d'escals i ascensors
- Taulells, taules i mostradors
- Cadires, especialment a les zones d'espera
- Ordinadors, sobretot teclats i ratolins
- Telèfons
- Utensilis d'oficina
- Aixetes
- Lavabos
- Màquines expenedores
- Fotocopiadores
- Manetes dels electrodomèstics
- Qualsevol superfície o utensili que entri sovint en contacte amb les mans

També és necessari extremar les mesures de neteja i desinfecció a les zones comunes de les comunitats: baranes, poms de portes, polsadors, intèrfons, ascensors, etc.

Mesures addicionals en cas que hi hagi persones que són casos sospitosos o malalts de SARS-CoV-2

Encara que es faci una trucada telefònica prèvia per descartar els usuaris amb simptomatologia, es recomana tenir previst un espai reservat per poder traslladar una persona altament sospitosa d'estar infectada mentre es truca al 116. Aquest espai, en el cas que es faci servir, requereix una neteja i desinfecció posteriors exhaustives:

- Cal netejar i desinfectar exhaustivament les superfícies i el terra de l'espai habilitat, així com les superfícies del lavabo i el vàter, amb material d'un sol ús.
- La persona encarregada de la neteja ha de protegir-se amb mascareta i guants d'un sol ús. Un cop acabada la neteja, ha de rentar-se les mans amb aigua i sabó (durant uns 40-60 segons).
- Si la persona amb símptomes ha tingut contacte amb material tèxtil (per exemple, tovalloles, etc.), aquest material s'ha de rentar amb els detergents habituals a 60-90° i deixar que s'assequi completament.
- Es recomana eliminar els residus de la persona amb símptomes –incloent-hi el material d'un sol ús utilitzat (guants, mocadors, mascaretes)– ficant-los en una bossa de plàstic (bossa 1), en un cubell d'escombraries amb tapa disposat a la sala, sense separar-los per al reciclatge.
- Aquesta bossa 1 s'ha de tancar i introduir en una segona bossa (bossa 2), al costat de la sortida de la sala, en què, a més, s'han de dipositar els guants i la mascareta utilitzats per la persona que s'encarrega de la neteja, i després s'ha de tancar adequadament.
- La bossa 2 s'ha de dipositar a la bossa d'escombraries (bossa 3) amb la resta de residus del centre i s'ha de tancar també adequadament. La bossa 3 s'ha de llençar al contenidor del rebuig diàriament. Immediatament després, cal rentar-se bé les mans.