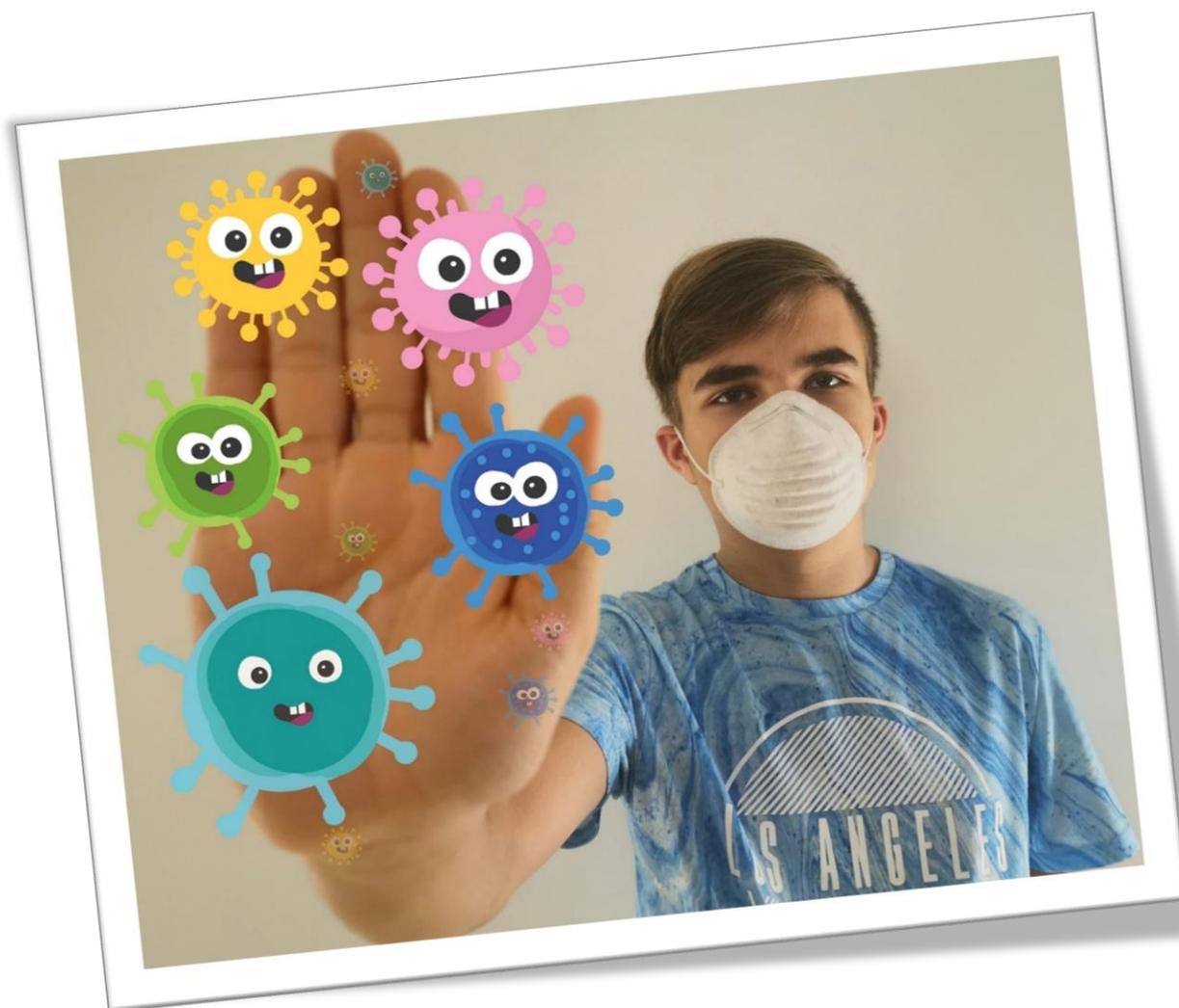


# Plan de Contingencia 2022/2023

## Centro Ocupacional Reina Sofía

ACTUALIZADO NOVIEMBRE 2022



# CONTENIDO

1. JUSTIFICACION
2. DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN Y NORMAS GENERALES
3. HIGIENE Y LIMPIEZA DEL CENTRO EDUCATIVO
4. MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL CENTRO OCUPACIONAL.
5. EQUIPOS DE PROTECCIÓN
6. MEDIDAS GENERALES DE INFORMACIÓN Y ACTUACIÓN DIRIGIDAS A LAS PERSONAS QUE ACUDAN AL CENTRO
7. MEDIDAS ESPECÍFICAS DE CONTROL Y ORGANIZACIÓN DE LOS ACCESOS Y CIRCULACIÓN DE PERSONAS EN EL CENTRO
8. MEDIDAS ESPECÍFICAS DE ORGANIZACIÓN DE ACTUACIONES EN EL CENTRO OCUPACIONAL "REINA SOFÍA"
9. GESTIÓN DE RESIDUOS
10. SISTEMA DE VACUNACIÓN EN EL CENTRO OCUPACIONAL
11. NORMATIVA RELACIONADA

## 1.- JUSTIFICACION

La estrategia de Vigilancia y Control frente a Covid-19 tras la fase aguda de la pandemia, publicada por el Ministerio de Sanidad en fecha 23 de marzo (con correcciones de 25 de marzo y posteriormente actualizada el 3 de junio, introduce cambios importantes en la aproximación a la vigilancia y control de la Covid- 19, basados en un nuevo escenario epidemiológico y asistencial, consecuencia fundamentalmente de los altos niveles de inmunidad alcanzados entre la población española.

Esa nueva situación implica el planteamiento de una transición hacia la vigilancia de determinadas actuaciones algo más específicas, dirigidas esencialmente hacia las personas de mayor vulnerabilidad, y monitorización de los casos graves en ámbitos y personas vulnerables,

Estas pautas se podrán ir modificando en función de la evolución de la pandemia y la situación epidemiológica en concreto de la Comunidad y de los propios centros.

La propia Estrategia define lo que debe entenderse por:

- **Ámbito vulnerable**
- **Personas relacionadas con ámbitos vulnerables**
- **Grupos Vulnerables**

**En la guía de actuaciones en las residencias públicas y privadas de personas mayores y de personas con discapacidad de Castilla y León, de fecha 25 de mayo, de acuerdo a lo indicado por la referida estrategia, se introdujeron algunos cambios importantes :**

- Se normalizaron las salidas y visitas
- Se eliminaron los cribados, mediante realización de PDIA, rutinarios y periódicos entre trabajadores y/o residentes.
- Se adaptó el uso obligatorio de la mascarilla en interiores a lo dispuesto en el Real Decreto 286/2022, de 19 de abril, por el que se modifica la obligatoriedad del uso de mascarilla durante la situación de crisis sanitaria ocasionada por la Covid-19.

La adaptación realizada en este protocolo se ha basado en la última actualización de Guía de actuaciones en las residencias públicas y privadas de personas mayores con discapacidad de Castilla y León, con fecha 29 de septiembre de 2022.

Se han venido incluyendo y actualizando las necesarias normas de prevención y las normas de actuación que permitiendo que queden preservados los derechos de las personas, y normalizando en la mayor parte de lo posible el régimen de vida en el Centro y sigan manteniendo las condiciones necesarias para poder garantizar su adecuada atención.



## 2.- DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN Y NORMAS GENERALES

El Centro Ocupacional “Reina Sofía “, procedió a su apertura para el desarrollo de las actividades presenciales para el período septiembre 2022/ julio 2023, comenzando el día 5 de septiembre, su horario es en horario de mañana de 10:00 a 13:00 procediendo a la 13:00 a comer al restaurante establecido mediante pliego de contratación.

Desde el día 3 de octubre y contando con una nueva incorporación de una nueva monitora en Centro Ocupacional, se amplía el horario de 10:00 a 17:00.

- 1 – El titular del Centro o gestor del mismo, en el caso del Centro Ocupacional de Alba de Tormes es el Ayuntamiento de Alba de Tormes, y la responsable sería Lourdes Vaquero enlace de referencia y responsable del Centro, quien contacte con las familias o usuarios para informar sobre los cambios en el servicio que se puedan producir debido a la situación y protocolos que se nos marquen en cada momento.
- El Centro Ocupacional Reina Sofía desde que comenzamos a retomar las actividades en el año 2020, no hemos suspendido la actividad, el servicio de comedor lo han seguido llevando a cabo con normalidad, ya que el restaurante establecido por realizar este servicio a los usuarios del Centro podía acceder a hacer uso del comedor.

En la actualización del presente protocolo se ha tenido en cuenta las disposiciones previstas en la Guía de Actuaciones en las Residencias y Centros de día públicos y privados de personas mayores y de personas con Discapacidad de Castilla y León, actualizado de acuerdo con la situación epidemiológica de la pandemia y los avances de la evidencia en el contexto del estado de Vacunación de los Centros. El siguiente plan se modificaría si la situación epidemiológica así lo requiere.

El Centro Ocupacional se estructura en una sola planta de unos 80 metros cuadrados, ubicado en la Calle Cuatropea nº4, el edificio cuenta con un aula dividida en cuatro espacios diferenciados los cuales son:

- Dos baños, uno de ellos adaptado
- Un despacho, el cual hace las funciones de aula de alfabetización
- Una sala central, donde se realizan los distintos talleres (alfarería, manualidades) y tiene la función de zona de ocio

La asistencia de los usuarios sigue teniendo un carácter voluntario, ya que entendemos y respetamos las decisiones de las familias de usuarios que tienen miedo a la “nueva normalidad” por ser o bien los familiares de riesgo o los propios usuarios.

Podrán acudir al centro aquellos usuarios que no estén diagnosticados con Covid-19 ni hayan estado en contacto con nadie diagnosticado y que diariamente no presenten síntomas compatibles con el virus.

La Sala Central es donde se realizarán las actividades durante su jornada lectiva trabajando, aunque hagan actividades con salidas al exterior y a otras instalaciones municipales como puede ser el pabellón Municipal.

Se han normalizado las excursiones y actividades fuera del centro.

En los baños y especialmente en la sala, se ha reforzado la limpieza y se ha ampliado el turno de la persona de limpieza para que pueda realizar las tareas de desinfección durante la mañana y por la tarde al terminar la jornada, los monitores que trabajan en el centro tendrán material a su disposición para realizar las tareas de desinfección de los materiales o cosas que se utilicen durante la jornada y necesiten ser desinfectadas.

Se insiste a los usuarios la importancia del lavado de manos y se les acompaña a hacer varios lavados de manos frecuentemente.

Los trabajadores del centro están obligados al uso de mascarilla ( como marca la obligatoriedad para los trabajadores de centros residenciales , de acuerdo a lo dispuesto en el Real Decreto 286/2022, de 19 de abril, por el que se modifica la obligatoriedad del uso de mascarilla durante la situación de crisis sanitaria ocasionada por la Covid-19)

Para asistir al Centro Ocupacional se hace uso de una furgoneta la cual será desinfectada después de cada uso cuando lleguen los usuarios al Centro, y al acabar la jornada laboral.

En la entrada se habilitará una alfombra desinfectante.

1. Todas las medidas recogidas en el presente documento serán de aplicación para todo el personal que preste servicios en el Centro Ocupacional y al resto de personas que acudan al mismo.
2. Según lo establecido en la citada Guía de Actuaciones en las residencias y centros de días públicos y privados de personas mayores y de personas con discapacidad de Castilla y León, el Centro Ocupacional "Reina Sofía" procedió a su inicio de actividades el día 5 de septiembre para la realización de actividades que comprenden desde septiembre 2022/hasta julio 2023. Previamente se ha procedió a la limpieza y desinfección adecuada a las características del centro.
3. Calendario de actividades para todos los usuarios, con todas las actividades dentro y fuera del Centro con normalidad.
4. Se realiza limpieza exhaustiva en el centro, con especial atención a las zonas donde pueden transitar mayor número de personas y las superficies de contacto frecuente como barandillas y pasamanos, pomos de puertas, mesas, et
5. Mantenemos la restricción de entrada al centro solo está permitida a los usuarios y a los monitores.

- Las personas ajenas al centro podrán acceder a las instalaciones, solicitando cita previa. Los usuarios del Centro Ocupacional utilizan bata de trabajo, se lavan todos los viernes en un centro del ayuntamiento, y esta prevista la llegada de una remesa de batas nuevas para que tengan de quita y pon, lo hemos valorado como método preventivo para que así en los diferentes talleres no trabajen directamente con la ropa de la calle, la bata es de uso exclusivo en el centro.
6. Los usuarios del Centro Ocupacional realizan las comidas como las venían realizando, en el restaurante que quede adjudicado mediante pliego de contratación. Como algunas actividades se han visto reducidas y para darles mayor cobertura hemos ampliado el servicio del comedor a todos los usuarios ya que antes solo hacían uso del comedor los usuarios de la comarca y no los de la localidad. Al incorporarse todos a un mismo grupo, siguen igual con el servicio de comedor, habiendo quedado abierto el servicio a todos los usuarios del centro.
  7. El monitor que se encuentra en el Centro les realiza la desinfección de calzado y manos se lleva a cabo en el vestíbulo del centro. Donde tendremos la alfombra desinfectante, y alcohol hidroalcohólico para las manos.
  8. La higiene de manos se realiza todas las veces que el monitor estime oportunas, de esta forma repartiremos los baños, al baño adaptado entraran los alumnos que necesiten apoyo del monitor, bien para ayudarle con sus necesidades fisiológicas, lavado de manos, etc. ...
  9. Se ha reforzado la limpieza del Centro y aparte de hacerla cuando se acaba la jornada por las tardes, por la mañana se hará un refuerzo de limpieza por parte del personal de encargado, limpiando los baños y haciendo hincapié en pomos de puertas, llaves de luces y demás zonas que hayan podido ser tocadas varias veces.
  10. Para minimizar el riesgo de contagio comunitario por COVID-19, la dirección del centro garantiza una dotación suficiente de gel hidroalcohólico, papel desechable, mascarillas y guantes, tal y como se indica en los apartados siguientes, estando disponibles para todos los trabajadores del Centro. El suministro de materiales de protección y del equipamiento necesario (dispensadores de gel y papeleras) será siempre mantenido en stock necesario.
  11. Los usuarios del Centro han decidido llevar y hacer uso de la mascarilla, en caso de que tengan alguna incidencia con ella a lo largo de su jornada lectiva se la repondremos del stock del Centro.
  12. El uso del Centro será de uso exclusivo para el personal y los usuarios, se podrá acceder al centro mediante cita previa.



13. El “**profesional de enlace**” del Centro Ocupacional Reina Sofia es Lourdes Vaquero, directora del centro facilitando el número de teléfono 627021483 y el correo electrónico [bienestarsocial@villaalbadetormes.com](mailto:bienestarsocial@villaalbadetormes.com), será el enlace con el Centro de Salud, para coordinar y gestionar aquellos casos que pudieran presentarse en el centro en relación con patología COVID 19, así como los posibles contactos. La disponibilidad será de 24 horas al día y los siete días de la semana

#### – HIGIENE Y LIMPIEZA DEL CENTRO OCUPACIONAL.

14. En las tareas de limpieza y desinfección se prestará especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes como pomos de puertas, mesas, muebles, pasamanos, suelos, teléfonos, perchas y otros elementos de similares características, y se llevará a cabo conforme a las siguientes pautas: - Se utilizan desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida que se encuentran en el mercado y debidamente autorizados y registrados. En el uso de ese producto se respetarán las indicaciones de la etiqueta. - Tras cada limpieza, los materiales empleados y los equipos de protección utilizados se desecharán en el contenedor de la fracción resto. En ningún caso se depositarán estos residuos en contenedores de recogida separada (papel/cartón, envases, fracción orgánica, vidrio, etc....).
15. Las medidas de limpieza se extenderán también, en su caso, a las zonas correspondientes a los trabajadores, tales como despacho, baños e insistiendo en la zona de trabajo de los usuarios.
16. Se procurará que el material empleado sea personal e intransferible. En el caso de materiales que deban ser utilizados por diferente personal, se procurará la disponibilidad de materiales de protección o el uso de forma frecuente de geles hidroalcohólicos o desinfectantes con carácter previo y posterior a su uso.
17. Deben realizarse tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, como mínimo, de forma diaria y durante el tiempo mínimo de quince minutos para permitir la renovación del aire.
18. Reforzada la limpieza y desinfección de los referidos espacios sala de uso común y baños, garantizando siempre el estado de salubridad e higiene de los mismos. Checkin de control
19. Se dispone de papeleras, con tapa y pedal, para depositar pañuelos y cualquier otro material desechable, que deberán ser limpiadas de forma frecuente y, al menos, una vez al día y por turno laboral. Checkin de control.
20. Aquellos materiales que sean suministrados durante el desarrollo de la actividad y que sean de uso compartido deberán ser desinfectados después de cada uso.
- 21.

Centro Ocupacional "Reina Sofía". Ayuntamiento de Alba de Tormes.

C/ Cuatropea, nº 4, 37800 Alba de Tormes (Salamanca). Teléfono: 923 30 10 65 /627021483

E-mail: [bienestarsocial@villaalbadetormes.com](mailto:bienestarsocial@villaalbadetormes.com) Web: [albadetormes.com/bienestarsocial](http://albadetormes.com/bienestarsocial) Redes: @aytoalbatormes

#### **4.- MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL CENTRO OCUPACIONAL:**

22. Se debe repetir el lavado de manos frecuentemente con agua y jabón o en su defecto con soluciones hidroalcohólicas, y en todo caso, hay que hacerlo al entrar en el centro de trabajo y al terminar la jornada laboral.
23. Hay que repetir el lavado de manos cuantas veces sea necesario.
24. El uso de guantes no es recomendable con carácter general, siendo recomendable en su lugar la higiene frecuente de manos indicada en el punto anterior, evitando además tocarse la cara.
25. Hay que tener siempre presente no tocarse los ojos, la nariz y la boca. Y si se estornuda o se tose, hay que cumplir la etiqueta respiratoria (usar pañuelos de un solo uso para contener la tos o el estornudo o protegerse con el ángulo del brazo).
26. Antes y después de usar los guantes hay que lavarse las manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica, retirarlos sin tocar la superficie exterior de los guantes y usarlos una sola vez, salvo que se desinfecten por completo. Una vez retirados, hay que depositarlos en el contenedor habilitado para este tipo de residuos. Y no tocarse la cara con ellos.
27. La mascarilla hay que colocarla y retirarla con las manos recién lavadas y sin tocar la parte central interna y externa, y cubrir con ella nariz y boca, bien ajustada, no debe manipularse mientras se tenga puesta y cuando se retire, depositarla en el contenedor habilitado para este tipo de residuos, para no usarla de nuevo.
28. En los aseos se utilizará papel de un solo uso.
29. Los trabajadores, deberán tener especial cautela en los espacios y tiempos compartidos durante la jornada laboral dentro del Centro, evitando el contacto en momentos concretos, como los descansos o las actividades fuera del Centro, debiendo llevar la mascarilla bien colocada sobre boca y nariz en todo momento, incluso entre sorbos de bebida, entre bocados al ingerir alimentos o entre caladas a cigarrillos, si fuera el caso.
30. No se recomienda la realización de cribados periódicos entre los trabajadores del Centro Ocupacional, los trabajadores del Centro Ocupacional Reina Sofía tienen pauta de vacunación completa.
31. Los trabajadores recibirán una formación adecuada , conociendo el modo de transmisión , los riesgos potenciales para la salud, las instrucciones sobre las precauciones que deberá tomar en relación a los mismos , las disposiciones en materia de higiene de manos , etiqueta respiratoria, la utilización y empleo e ropa y equipos de protección individual, y las medidas que deberá adoptar en el caso de incidentes y para la prevención de éstos, en la actualidad de dos trabajadores la formación la ha obtenido uno.
32. Los usuarios del Centro han recibido información y formación adecuada a su capacidad cognitiva, obteniendo pautas básicas sobre lavado de manos, higiene respiratoria (toser

en el codo y posicionarse mirando lo más alejado posible de otras personas), distancia física y uso adecuado de mascarillas.

## 5.- EQUIPOS DE PROTECCIÓN

33. Con el fin de limitar los riesgos de contagio, cuando a las personas que deban acudir a los centros para las diferentes tareas (personal de limpieza) siempre deberán utilizar mascarilla quirúrgica. Las mascarillas deben cumplir la norma UNE-EN 14683:2019.
34. Al personal que preste atención directa al alumnado será dotado de FFP2, como recomienda la Guía facilitada por Servicios Sociales, el resto de los trabajadores, se les deberá dotar de mascarilla tipo quirúrgica.
35. Los guantes de protección deben cumplir con la norma UNE-EN ISO 374.5. En caso de escasez o dificultad se pueden utilizar también guantes que cumplan con la norma UNE-EN ISO 374.1 y, en último caso, doble guante de vinilo. En general, su uso debe ser desechable.

## 6.- MEDIDAS GENERALES DE INFORMACIÓN Y ACTUACIÓN DIRIGIDAS A LAS PERSONAS QUE ACUDAN AL CENTRO

36. El Centro Ocupacional "Reina Sofía" ofrecerá información acerca de las medidas de prevención recogidas en la guía emitida por la junta de Castilla y León en el área de Servicios Sociales de Castilla y León, además de este protocolo a todas las personas que vayan a acudir a ellos mediante la publicación de las mismas en la página web del ayuntamiento [www.albadetormes.com](http://www.albadetormes.com) de Alba de Tormes
37. Medidas generales a seguir por los padres, madres y tutores legales de los usuarios del centro ocupacional, que se les hará llegar por escrito y en la página web del Ayuntamiento de Alba de Tormes.
  - a. Cartelería con las principales medidas preventivas implantadas en el centro y pautas a seguir por los usuarios y acompañantes para acceder al centro ocupacional.
  - b. Alertas visuales en la entrada al centro para advertir a los asistentes que no accedan al mismo si tienen síntomas compatibles con COVID19, se les ha diagnosticado la enfermedad y están en aislamiento o si están en período de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto estrecho con alguna persona con síntomas o diagnosticada de COVID-19.
  - c. En la entrada al centro ocupacional, aulas, baños, y en otros espacios compartidos y lugares comunes que se consideren adecuados, deben estar disponibles carteles informativos sobre la distancia de seguridad mínima de 1,5 metros, higiene de manos, uso de mascarilla e higiene respiratoria.

- d. Indicación de posiciones, cuando sea necesario, para respetar la distancia de seguridad, con señales de marcado o medidas alternativas (p.e, a la entrada del centro, a la entrada o en el interior del aula, en zonas comunes, etc.).
38. El centro informará, dispondrá y ofrecerá los siguientes elementos de prevención:
- a. Dispensadores con preparados de base alcohólica en los accesos al centro y en el aula para que pueda realizarse la higiene de manos al menos al entrar y salir del centro, y siempre que sea preciso.
  - b. Específicamente, los baños deben disponer de agua, jabón y papel para el secado de manos o, en su defecto, gel hidroalcohólico.
39. En el centro ocupacional se ha colocado la cartelería con las principales medidas preventivas contempladas en esta Guía. Los carteles indicados serán del tipo siguiente o similares:
- a. Medidas de protección contra el COVID-19.
  - b. Modo correcto de lavado de manos
  - c. El uso correcto de mascarillas.
  - d. La higiene respiratoria (forma de toser y estornudar).
  - e. Teléfono de atención sanitaria sobre coronavirus.
40. Informaremos a los trabajadores, usuarios y a los familiares de los usuarios que, aunque existe un riesgo significativamente menor de padecer Covid 19 después de la vacunación, el riesgo no desaparece por completo, ya que la vacuna no garantiza una protección total a todas las personas vacunadas

## **7.- MEDIDAS ESPECÍFICAS DE CONTROL Y ORGANIZACIÓN DE LOS ACCESOS Y CIRCULACIÓN DE PERSONAS EN EL CENTRO**

- 41. En el Centro Ocupacional solo podrán acceder las personas que trabajan en el centro, y los usuarios, para tener acceso al mismo será mediante cita previa.
- 42. La atención a las familias será preferentemente por vía telefónica o telemática. Cuando esto no sea posible, se les atenderá con cita previa.
- 43. Las visitas de padres, madres u otras personas a las instalaciones de los centros no estarán permitidas, excepto en casos excepcionales y justificados (recogida de un usuario enfermo)
- 44. Las entradas y salidas deberán ser ordenadas según indique el personal del centro.

## **8.- MEDIDAS ESPECÍFICAS DE ORGANIZACIÓN DE ACTUACIONES EN EL CENTRO OCUPACIONAL “REINA SOFIA”**

45. La asistencia de los usuarios al centro ocupacional será posible siempre y cuando no presenten síntomas de carácter respiratorio, debiendo controlar también la sintomatología de los usuarios antes de trasladarlos al centro, y vigilar estrechamente la aparición de cualquiera de estos síntomas.
46. Una vez incorporado, si se da alguna de estas circunstancias, deberá acudir de forma inmediata al centro de salud, valorando su médico de atención primaria la incorporación al Centro.
47. Si un usuario inicia síntomas o estos son detectados por personal del centro durante su jornada, se avisará a la familia de las recomendaciones a seguir, la persona de enlace se pondrá en contacto con el responsable del Centro de Salud y se estrecharán y evitarán al máximo contactos. La persona de enlace empezará a actuar para informar en caso de que sea positivo, a las familias y a los contactos estrechos.
48. Los usuarios y el personal deben lavarse las manos cuando lleguen al centro ocupacional. Tanto los usuarios como el personal deben lavarse con la frecuencia necesaria, así como después de usar el baño, sonarse la nariz y antes y después de comer. Se podrá utilizar, en su defecto, gel hidroalcohólico, evitando el contacto con ojos o su ingesta accidental.
49. Es importante tener en cuenta que el gel hidroalcohólico debe mantenerse alejado de fuentes de calor por el riesgo de producir incendio y/o quemaduras. Igualmente, debe colocarse fuera del alcance los usuarios, por peligro de intoxicación.
50. El personal debe lavarse las manos o usar gel hidroalcohólico cada vez que se mueva de una sala/aula a otra.
51. En caso de que el monitor vaya a contactar con mucosas, piel no intacta, secreciones (orina, heces...) debe realizar higiene de manos, colocarse guantes, realizar la tarea, desechar los guantes y realizar una nueva higiene de manos. Se debe cambiar de guantes siempre que se cambie de actividad y de persona. Se deben desechar después de cada uso siguiendo el protocolo indicado en esta guía.
52. Los centros deberán garantizar la atención de los usuarios en locales de uso exclusivo y con acceso independiente desde el exterior.
53. Se limpiarán los utensilios al menos dos veces al día, preferentemente con paños de un solo uso. Se retirará todo aquel material que no son susceptibles de limpieza y desinfección rápida.
54. Se podrán utilizar los parques biosaludables desinfectándolos previamente por parte del personal, para fomentar las actividades al aire libre.
55. Debe prestarse especial atención a evitar el intercambio accidental de utensilios de carácter personal. En la medida de lo posible, poner un indicador distintivo.
56. .

57. Se dispone de aseos separados para los usuarios y para los profesionales.
58. Los Usuarios y trabajadores deberán lavarse las manos y/o gel hidroalcohólico cada vez que se valore necesario en función del nivel de ensuciamiento o de contacto con otras personas o utensilios de uso común.
59. Los aseos, serán objeto de limpieza y desinfección al menos tres veces y siempre que fuese necesario, deberán ser utilizados individualmente, aunque, en el caso de los usuarios, podrán ser atendidos por un profesional si es necesario. Checkin de control.
60. Como se marca dentro de la “Guía de Actuaciones en las Residencias y Centros de Día Públicos y Privados de Personas Mayores y de Personas con Discapacidad de Castilla y León”, la familia garantizará un control diario antes de acudir al Centro del estado de salud de la persona usuaria, si presentan malestar o fiebre no asistirá al Centro, comunicándolo debidamente a los responsables.
61. Se llevará a cabo una ventilación natural frecuente del Centro, especialmente de los espacios compartidos y de mayor concentración de personas.

#### **9.- GESTIÓN DE RESIDUOS**

62. La gestión de los residuos ordinarios se realizará del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos.
63. Se dispone de papeleras con tapa y pedal, en los que poder depositar pañuelos y cualquier otro material desechable. Dichas papeleras deberán ser limpiadas de forma frecuente. Checkin de control.
64. Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse preferentemente en contenedores con tapa y pedal destinados exclusivamente a este tipo de residuos, para depositarse después, en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas).

#### **10.- SISTEMA DE VACUNACIÓN EN EL CENTRO OCUPACIONAL.**

En el día de actualización del Plan de Contingencia el estado de vacunación en el centro es el siguiente:

- Trabajadores de contacto directo con los usuarios: Pauta de vacunación completa.
- Trabajadores que no tienen contacto directo: Pauta de vacunación completa
- Usuarios: Pauta de vacunación completa.

## 11.- NORMATIVA RELACIONADA

- a. Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- b. Ley 33/2011, de 4 de octubre, General de Salud Pública.
- c. Real Decreto-ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- d. Acuerdo 29/2020, de 19 de junio, de la Junta de Castilla y León, por el que se aprueba el Plan de Medidas de Prevención y Control para hacer frente a crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19, en la Comunidad de Castilla y León
- e. Medidas higiénicas para la prevención de contagios del COVID-19. Ministerio de Sanidad (06/04/2020).
- f. Prevención de riesgos laborales vs. COVID-19. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (27/04/2020).
- g. Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-COV-2. Ministerio de Sanidad (22 de mayo de 2020)
- h. “Estrategia de Detección Precoz, Vigilancia y Control de Covid-19”, de 12 de agosto de 2021, y en el documento “Adaptación de las medidas en residencias de mayores y otros centros de servicios sociales de carácter residencial en un contexto de alta transmisión comunitaria”, de 9 de agosto
- i. Real Decreto 13/2021, de 24 de junio, por el que se modifican la Ley 2/2021, de 29 de marzo, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID19, y el Real Decreto-ley 26/2020, de 7 de julio, de medidas de reactivación económica para hacer frente al impacto del COVID-19 en los ámbitos de transportes y vivienda, en lo referente al uso de mascarillas
- j. Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- k. Marco Estratégico para la Atención Primaria y Comunitaria. 10 abril 2019.
- l. Guía de Actuaciones en las Residencias Públicas y Privadas de personas mayores y de personas con discapacidad de Castilla y León, con fecha 29/09/2022

## ¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



**Lávate las manos** frecuentemente y meticulosamente



**Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca,** ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, **cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado**



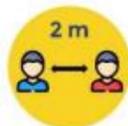
**Utiliza mascarilla higiénica** cuando no sea posible mantener la distancia de seguridad o en el transporte público



**Limpia con regularidad** las superficies que más se tocan



**Usa pañuelos desechables** para eliminar secreciones respiratorias y tíralos tras su uso



**Mantén 2 metros de distancia** entre personas



**Si presentas síntomas, aíslate en tu habitación** y consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad

6 mayo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
 @sanidadgob

**ESTE VIRUS  
LO  
PARAMOS  
UNIDOS**



## Como usar la mascarilla y/o protección respiratoria

### Cómo ponerse, usar, quitarse y desechar una mascarilla

1. Antes de ponerte una mascarilla, lávate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
2. Cúbrete la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrate de que no haya espacios entre tu cara y la mascarilla.
3. Evita tocar la mascarilla mientras la usas y si lo haces, lávate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
4. Cámbiate de mascarilla tan pronto como esté húmeda y no reutilices las mascarillas de un solo uso.
5. Para quitarte la mascarilla: quítatela por detrás (no toques la parte delantera de la mascarilla); deséchala inmediatamente en un recipiente cerrado; y lávate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.



## ¿CÓMO DEBO LAVARME LAS MANOS?



40-60"



Centro Ocupacional "Reina Sofía". Ayuntamiento de Alba de Tormes.

C/ Cuatropea, nº 4, 37800 Alba de Tormes (Salamanca). Teléfono: 923 30 10 65 /627021483

E-mail: [bienestarsocial@villaalbadetormes.com](mailto:bienestarsocial@villaalbadetormes.com) Web: [albadetormes.com/bienestarsocial](http://albadetormes.com/bienestarsocial) Redes: @aytoalbatormes

## Uso de guantes

El coronavirus, no es capaz de atravesar la piel así que usar guantes desechables no parece ser clave para prevenir el virus. Más bien al contrario, no saber usar correctamente los guantes podría ponernos en riesgo.

Si usas guantes (porque tu actividad lo indica, ya los usabas antes de la crisis) es esencial que recuerdes:

- ☑ Mientras los tengas puestos evita tocarte los ojos, la nariz o la boca sobre todo tras haber tocado superficies que puedan estar contaminadas (documentación, bolígrafos etc.),
- ☑ Quítate los correctamente para que resulten efectivos

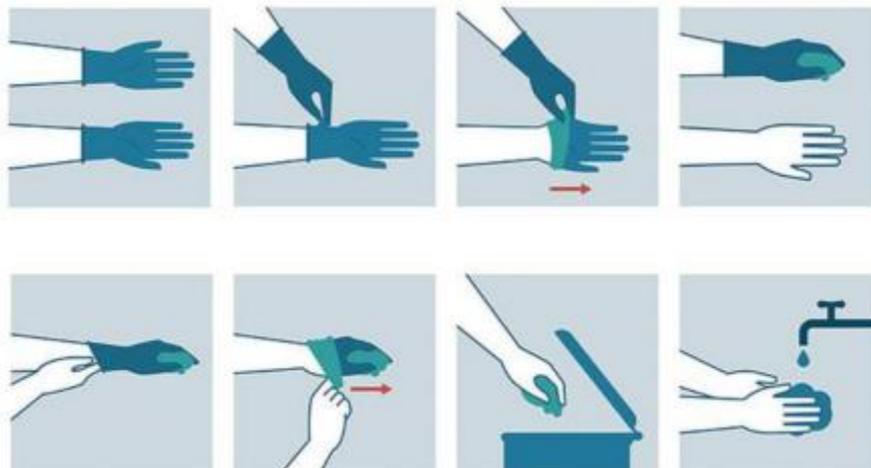
1. Con los dedos de una mano hacemos pinza sobre la palma de la otra y tiramos del guante para desnudarla, sin tocar la piel.

2. Retenemos el otro guante con los mismos dedos de la otra mano que hemos usado para retirarlo.

3. Con el dedo corazón de la mano desnuda, hacemos un gancho por la parte interior del otro guante. Tiramos de él hacia arriba tocando sólo la parte interna y lo sacamos envolviendo el otro guante.

☑ Tíralos a cubos de basura con tapa accionada con pedal en el puesto de trabajo o con el medio que te hayan proporcionado si estas realizando visitas (bolsa o contenedor)

☑ Después lávate las manos.







# ¡Así me lavo bien las manos!



Solo tardo 40 segundos.



Me mojo las manos con agua y jabón



Me enjabono muy bien la palma, el dorso, entre los dedos y las uñas



Me aclaro bien los restos del jabón y si es necesario repito el proceso



Me seco bien con una toalla de papel

¡Comparte esta información con tu familia!



## Cómo usar una mascarilla

Fuente: Organización Mundial de la Salud



**Antes de ponerte una mascarilla:**  
Limpia las manos con alcohol en gel o agua y jabón.

**Cuando usas la mascarilla:**

1. **Cúbrete la boca y nariz.** Asegúrate de que no queden huecos entre tu rostro y la mascarilla.
2. **No toques la mascarilla.** Si lo haces, lávate las manos con alcohol en gel o agua y jabón.
3. **Reemplaza la mascarilla por una de nuevo** en cuanto esté húmeda. **No vuelvas a usar mascarillas de un solo uso.**

**Para desechar la mascarilla:**

1. **Quítate la mascarilla desde la nuca,** usando las tiras, **sin tocar la parte frontal.**
2. **Tira la mascarilla inmediatamente** en una papelería cerrada.
3. **Limpia las manos con alcohol en gel o agua y jabón.**



## ¡Lávate las manos!

Lavarse las manos de forma correcta, con agua y jabón, elimina los microbios que están en ellas y ayuda a prevenir las enfermedades

**¿Por qué?**

Porque en la mano y entre los dedos encontramos viajeros no deseados: **gérmenes y bacterias**

causan infecciones gastrointestinales

conjuntivitis en los ojos

catarros, gripes

infecciones en heridas

**¿Cuándo?**

Antes de cocinar y comer

Después de acariciar a mascotas

Antes y después de usar el WC

Antes y después de cuidar a una persona enferma

Cuando se está enfermo después de estornudar, sonarse la nariz o toser

Después de jugar en la calle

Después de usar transporte público

Antes de tocar a bebés

Siempre que tus manos estén visiblemente sucias

**¿Cómo?**  sólo te llevará 40 segundos



1. **Mójate las manos con agua y jabón**
2. **Enjabónate muy bien la palma, el dorso, entre los dedos y las uñas**
3. **Acístrate bien los restos del jabón y si es necesario repite el proceso**
4. **Sécate bien con una toalla de papel**

**¡Comparte esta información con tu familia!**



# Punto higiénico de Control





Uso  
obligatorio de  
mascarilla





ASEOS  
USO INDIVIDUAL



ASEOS  
USO INDIVIDUAL





# Lavado de manos

## Una higiene apropiada frena el virus

Fuente: OMS

<b>01</b> Moja tus manos antes de aplicar jabón	<b>02</b> Aplica jabón sobre la palma de la mano y extiende el jabón por toda la superficie y entre los dedos.	<b>03</b> Lava tus manos durante, al menos, <b>40</b> segundos.	<b>04</b> Seca tus manos.
			

