**SIMPA**

**PROTECCIÓN DEL TRABAJADOR Y FAMILIAS FRENTE A CONTAGIOS POR COVID-19**

**MEDIDAS PREVENTIVAS.**

**HIGIENE DE MANOS FRECUENTE.**

**EVITAR TOCARSE LA CARA: NARIZ, OJOS, BOCA….**

**HIGIENE RESPIRATORIA, TOSER O ESTORNUDAR, EN EL CODO. PAÑUELO DESECHABLE Y TIRARLO.**

**DISTANCIA SOCIAL 1 METRO Y MEDIO.**

**MEDIDAS ESPECÍFICAS DURANTE EL TRABAJO. EPIs.**

1. ***RESPECTO A OBJETOS Y ESTÉTICA*: RETIRADA DE OBJETOS (NO LLEVAR ANILLOS, PULSERAS, CADENAS, PENDIENTES ) , RECOGER PELO LARGO, SE RECOMIENDA AFEITADO DE BARBA. NO LLEVES AL TRABAJO LIBROS, ORDENADORES ETC. MÍNIMOS FÓMITES. QUÍTALE FUNDA AL MÓVIL DESINFÉCTALO CON SOLUCIÓN HIDROALCOHÓLICA. USA LO MÍNIMO EL FONENDO, LLÉVALO (SI ES NECESARIO) SIEMPRE EN BOLSILLO DE ROPA DE TRABAJO, DESINFÉCTALO CON FRECUENCIA. LIMPIA ORDENADORES CON SOLUCIÓN HIDROALCOHÓLICA ANTES Y DESPUÉS DE USARLOS, INTENTA NO COMPARTIRLOS DESIGNANDO PUESTOS DE TRABAJO FIJOS.**
2. ***RESPECTO A CAFETERIA Y VIDA SOCIAL:***

**USO RACIONAL DE CAFETERÍA, NO COMER JUNTOS, LLEVAR CAFÉ DE CASA O TOMARLO EN SITIO FUERA Y DISTANCIADOS MINIMO UN METRO.**

1. ***MANEJO PACIENTE COVID-19***

**MÍNIMO NÚMERO DE PROFESIONALES ATENDIENDO A PACIENTES COVID-19. REDUCIR AL MÍNIMO EL NÚMERO DE ACTIVIDADES E INDICACIONES, SÓLO LO IMPRESCINDIBLE. MÍNIMO NÚMERO DE VECES ENTRADA A LA HABITACIÓN. MÍNIMO NÚMERO DE ORDENES MÉDICAS Y AGRÚPALAS EN EL MISMO HORARIO PARA DESCARGAR A LA ENFERMERÍA U OTRAS CATEGORÍAS DEL RIESGO. PRUEBAS COMPLEMENTARIAS, SÓLO LO IMPRESCIMBLE EN ESPECIAL SI REQUIEREN CONTACTO (ECO).**

1. ***HIGIENE DE MANOS* ANTES Y DESPUÉS DE ATENDER A PACIENTES. CON AGUA Y JABÓN Y/O SOLUCIÓN HIDROALCOHÓLICA.**
2. ***USO DE EPIs.* Según protocolo. HIGIENE DE MANOS ANTES Y DESPUÉS DE LA PUESTA y RETIRADA DE EPIs. CON AGUA Y JABÓN O SOLUCIÓN HIDROALCOHÓLICA (Y LAS VECES NECESARIAS DURANTE EL PROCEDIMIENTO).**
3. ***ACCIDENTE LABORAL*: TODOS LOS TRABAJADORES QUE PRESENTEN ALGÚN ACCIDENTE LABORAL, CON PACIENTES EN INVESTIGACIÓN O CONFIRMADOS O MUESTRAS DE PACIENTES COVID-19, DEBEN PONERSE EN CONTACTO CON EL SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.**

**MEDIDAS ESPECÍFICAS DESPUÉS DE TRABAJAR**

1. **LAVADO DE MANOS AGUA Y JABÓN.**
2. **ROPA DE TRABAJO A LA LAVANDERÍA, NO GUARDAR NI ROPA DE TRABAJO NI ZUECOS EN LA TAQUILLA (BOLSA DE PLÁSTICO Y FUERA DE LA TAQUILLA).**
3. **COMENTAR CAMBIO DE GUARDIA, SI ES POSIBLE, NO PRESENCIAL O DISTANCIADOS.**
4. **ROPA CALLE.**
5. **LIMPIAR TFN MÓVIL ANTES DE IR A CASA.**
6. **LAVADO DE MANOS CON AGUA Y JABÓN Y/O SOLUCIÓN HIDROALCOHÓLICA COMO ÚLTIMA COSA ANTES DE SALIR DEL HOSPITAL.**

**MEDIDAS AL LLEGAR A CASA**

1. **LAVADO MANOS AGUA Y JABÓN.**
2. **ZAPATOS, MOCHILA/ BOLSA DE TRABAJO EN UNA BOLSA DE PLÁSTICO (NO DEPOSITARLA POR CASA).**
3. **BOTELLAS DE AGUA, FIAMBRERAS DIRECTAS LAVAVAJILLAS.**
4. **ROPA DIRECTA AL LAVADORA (AGUA CALIENTE Y DETERGENTE CONVENCIONAL).**
5. **DUCHA COMPLETA AGUA Y JABÓN.**
6. **DESCONECTA Y DESCANSA**

**RESUMEN DE LOS ARTÍCULOS CIENTÍFICOS QUE HASTA AHORA DISPONEMOS.**

* **SÓLO UN 1,2% DE PACIENTES CON COVID ESTARÁ TOTALMENTE ASINTOMÁTICO. UNA BUENA ANAMNESIS PUEDE SALVARTE LA VIDA. FIEBRE, ODINOFAGIA, MIALGIAS, TOS SECA.**
* **NO ESTÁ CLARO SI LOS ASINTOMÁTICOS SON CONTAGIOSOS O NO, LO PRUDENTE ES PROTERSE EN GENERAL ANTE CUALQUIER CONTACTO (DISTANCIA, MASCARILLA) U PROTEGERSE COMO CONTACTO POR GOTAS ANTE CUALQUIER PACIENTE CON SÍNTOMAS, SEA COVID CONFIRMADO O NO (MASCARILLA, GUANTES, BATA, GAFAS).**
* **LA TRANSMISIÓN INTRAÚTERO NO ESTÁ DEMOSTRADA.**
* **LOS TRABAJADORES SINTOMÁTICOS NO DEBEN IR A TRABAJAR.**
* **TODOS LOS TRABAJADORES QUE TRABAJEN EN CERCANÍA DE VÍA AÉREA (ORL, OFTALMOLOGÍA, MAXILOFACIAL, etc. ) GUANTES, Y MASCARILLA QUIRÚRGICA A UN CENTÍMETRO DE LA RAÍZ ORBITARIA, BIEN AJUSTADA. LA VIA CONJUNTIVAL SE DESCRIBIÓ EN UN LANCET, ÚLTIMOS ARTÍCULOS PARECEN DESMENTIRLA. EVITAR EXPLORACIONES OFTALMOLÓGICAS-ORL INNECESARIAS. GAFAS Y BATA (además de mascarilla y guantes)SI EL PACIENTE PRESENTA CONJUNTIVITIS CON FIEBRE O SÍNTOMAS RESPIRATORIOS.**