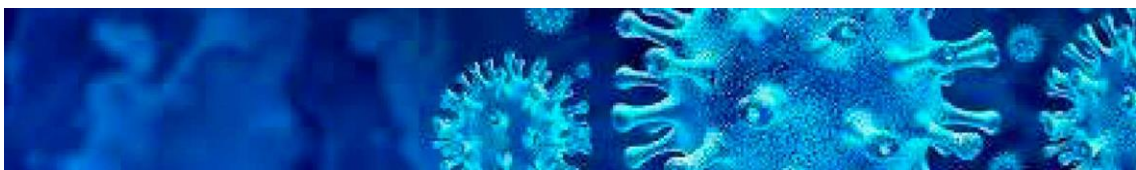




PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE LA INFECCIÓN POR CORONAVIRUS



CASA DE LA IGLESIA-DIÓCESIS DE BURGOS

Directrices generales para delegados, trabajadores y voluntarios

Consideraciones previas

Nos enfrentamos a una situación complicada y nueva, a la que no estamos preparados, que cambiará muchos de nuestros hábitos y maneras de actuar en la nueva realidad a la que nos tendremos que ir habituando. De cara al quehacer para evitar el contagio tendremos que compaginar varios criterios:

-la importancia de la **seguridad** y salud de todas las personas que trabajan y acuden a la Casa de la Iglesia. Para ello, es importante seguir siempre los criterios de las autoridades sanitarias en cuanto a las fases y ser muy **proactivos** en todo lo que tendremos que ir implementando desde la **responsabilidad**, la prudencia y el sentido común. En ese sentido, es importante el **diálogo** y la comunicación con Vicaría General. Junto a ello es importante también la constancia en la implementación de las medidas.

-es importante que todos los que acuden a la Casa de la Iglesia se sientan realmente **acogidos**, dentro de las normativas de prevención, como clave fundamental del quehacer de la Iglesia. Para nosotros es fundamental colocar siempre a la persona en el centro de nuestra acción.

Para la Diócesis de Burgos es fundamental reforzar todas las medidas que garanticen la seguridad y la salud de las personas que desarrollan su actividad en la Casa de la Iglesia. Para ello se facilitarán e implementarán los medios necesarios para que podamos desempeñar nuestro trabajo de manera adecuada y así luchar contra el COVID – 19.

Dentro de todas las medidas que se van a adoptar, es fundamental destacar las siguientes:

- ✓ La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección.
- ✓ Etiqueta respiratoria:
 - Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar, y desecharlo a un cubo de basura con tapa y pedal. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
 - Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
 - Prácticas de buenos hábitos de higiene respiratoria.
- ✓ Mantener distanciamiento social de aproximadamente 2 metros.

Cualquier medida de protección debe garantizar la protección adecuada al personal de aquellos riesgos para su salud o su seguridad mediante la adopción de medidas organizativas, medidas técnicas y, por último, medidas de protección individual.

Para la Diócesis la información y la formación son fundamentales para poder implantar medidas organizativas, de higiene y técnicas en una circunstancia tan particular como la

actual. A través de este guía la Diócesis quiere que el personal cuente con información específica y actualizada sobre las medidas que se implanten. Se potenciará el uso de carteles y señalización que fomente las medidas de higiene y prevención. También es importante subrayar la importancia de ir adaptando la información en función de las medidas que vaya actualizando el Ministerio y la Consejería de Sanidad.

Además de la higiene personal, se pondrán los medios necesarios para garantizar la higiene de los lugares de trabajo, que deberá intensificarse en relación con la práctica de limpieza habitual, ya que la limpieza y desinfección de lugares y equipos de trabajo son importantes medidas preventivas.

Antes de acudir a la Casa de la Iglesia

- Si se presenta cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19 no se deberá acudir a la Casa de la Iglesia y se deberá contactar con el teléfono¹ de atención al COVID-19 de la comunidad autónoma o con el centro de atención primaria siguiendo las instrucciones. Informar a Vicaría General. No se deberá acudir hasta que se confirme que no hay riesgo para usted o el resto de personas.
- Si se ha estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso) o con una persona afectada por el COVID-19, tampoco se deberá acudir a la Casa de la Iglesia, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 14 días. Durante ese periodo se deberá realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad.
- Si eres vulnerable, por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores (como, por ejemplo, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión) no tendrás que acudir al centro de trabajo. En caso de que no puedas realizar tus tareas a distancia, deberás contactar con tu médico para que acredite, en su caso, que efectivamente debes permanecer en una situación de aislamiento a efectos laborales y, si así fuese, se considerará una situación asimilada a accidente de trabajo para la prestación económica de incapacidad temporal.
- Se recomienda que los voluntarios que realizan actividad en la Casa de la Iglesia evalúen con su responsable su presencia y actividad para adecuarse en todo momento a la normativa².

En los desplazamientos a la Casa de la Iglesia

¹ Teléfono de atención sanitaria sobre COVID-19 del SACYL 900 222 000.

² https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Recomendaciones_VOLUNTARIADO.pdf

- Siempre que puedas, utiliza las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente dos metros.
- Si te tienes que desplazar en un turismo, extrema las medidas de limpieza del vehículo y cumple la normativa establecida al respecto.
- Si vienes al trabajo andando, en bicicleta o en moto, no es necesario que lleves mascarilla, aunque siempre es recomendable. Guarda la distancia interpersonal cuando vayas caminando por la calle.
- Si coges un transporte público sigue las indicaciones de las autoridades sanitarias. El uso de mascarilla es obligatorio.

Compromisos de la Casa de la Iglesia

- Se facilitarán los equipos de protección individual (EPI,s), se implantarán medidas de protección colectiva y se adaptarán los procedimientos de organización del trabajo. Es fundamental que cada uno de nosotros utilicemos, según las indicaciones, los equipos de protección individual y que cumplamos con los procedimientos que garanticen nuestra seguridad y la de los demás.
- La Casa de la Iglesia contará con aprovisionamiento suficiente de material de protección.
- La Casa de la Iglesia mantendrá un aprovisionamiento adecuado de jabón, solución hidroalcohólica y pañuelos desechables. Los geles hidroalcohólicos se colocarán en lugares estratégicos (entradas a las instalaciones, al lado de materiales de uso continuo como ordenadores...).
- La Casa de la Iglesia, junto con la empresa de limpieza, mantendrá un aprovisionamiento suficiente del material de limpieza para poder acometer las tareas de higienización reforzada a diario.

Medidas de higiene especial en la Casa de la Iglesia

- Se reforzarán la limpieza y la desinfección de las instalaciones, en especial las superficies de contacto habitual como manillas, pomos, interruptores, pasamanos, escaleras, carros de aseo, etc.
- Se atenderá a las recomendaciones de carácter profesional y de higiene y limpieza que puedan establecer las autoridades sanitarias con respecto a protocolos de trabajo, protección y limpieza y desinfección de espacios concretos como comedores, dormitorios, aseos, etc.
- Se deben realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de cinco minutos.
- En algunos lugares comunes se establecerán puntos de higiene donde se dispensarán gel hidroalcohólico para los visitantes: entrada de la Casa de la Iglesia, sala de espera del 1º piso, librería y sala de Notaría.

- Se deberá disponer de papeleras en los que poder depositar pañuelos y cualquier otro material desechable. Estas papeleras dispondrán de una bolsa fácilmente desechable y, si es posible, estarán protegidas con tapa y, a ser posible, accionados con pedal. Dichas papeleras se limpiarán al menos una vez al día.

Gestión de los recursos

- La gestión de residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual por parte de la empresa contratada al efecto.
- Se recomienda que los pañuelos desechables que se empleen para el secado de manos sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y accionados con pedal.
- Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes, ...) deben depositarse en las papeleras.
- En caso de que alguno de nosotros presentemos síntomas mientras nos encontremos en nuestro puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos o el material de higiene personal. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura, con cierre, para su depósito en el lugar habilitado a tal efecto.

Normas generales en la Casa de la Iglesia

- Es obligatorio el uso de mascarilla para acceder al interior de la Casa de la Iglesia. Su obligatoriedad en cada una de las salas dependerá de la normativa sanitaria. En cualquier caso, es recomendable siempre que no se pueda garantizar la distancia social de dos metros.
- A la entrada de la misma, todas las personas que entren, deberán limpiarse las manos con gel hidroalcohólico que se facilitará. Igualmente se desinfectarán los zapatos en los elementos establecidos para ello.
- El uso del ascensor se limitará al mínimo imprescindible y se utilizarán preferentemente las escaleras. Cuando sea necesario utilizarlos, la ocupación será de una persona, salvo en aquellos casos de personas que puedan precisar asistencia, en cuyo caso también se permitirá la utilización por su acompañante.
- Se procurará que la puerta de los despachos, siempre que sea posible y conveniente, se mantenga abierta o entreabiertas, evitando así el contacto con superficies que pueden estar contaminadas como pomos y manillas.
- Para el manejo de las fotocopiadoras comunes, es obligatorio desinfectarse previamente las manos para evitar todo contagio y posteriormente las manos para evitar todo contagio. Después de cada uso limpia con desinfectante la superficie que hayas tocado.

- Se limitará al máximo posible el empleo de documentos en papel y su circulación. Se evitará la publicidad en las mesas ahora existentes y, si la hubiera, se procurará que el material de las mismas sea el mínimo posible y solo para llevarse, no para consultar.
- Se recomienda no compartir los teléfonos comunes o desinfectarlos después de cada uso.

Normas para los trabajadores, delegados y personas voluntarias

- Es conveniente velar por el cumplimiento de las medidas de higiene personal:
 - Lavado frecuente de manos con agua y jabón (al menos 40 segundos) o con solución hidroalcohólica.
 - Al toser o estornudar tápese la boca y nariz con un pañuelo y desecharlo a un cubo de basura. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
 - Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
 - Después de haber tosido o estornudado y antes de tocarse la boca, la nariz o los ojos, lávese las manos de forma cuidadosa con agua y jabón durante al menos 40 segundos. Si no dispone de agua y jabón, utilice soluciones desinfectantes con alcohol para limpiárselas.
 - Realizar medidas de desinfección y lavado de manos antes del acceso a las salas, espacios comunes, puntos de encuentro...
 - Evita el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
 - Es recomendable un control personal de temperatura.
- Siempre que sea posible, se fomentará el teletrabajo. Igualmente, es aconsejable fomentar el uso del teléfono para la solución de problemas o de las videollamadas para los encuentros y coordinaciones. Para ello, se habilitarán los medios necesarios.
- Procúrese evitar toda concentración de personas tanto en los despachos como en los pasillos de la Casa de la Iglesia. Para ello, se procurará atender con cita previa. Debemos mantener la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros, tanto en la entrada y salida como durante la permanencia en el mismo.
- Debemos asegurarnos de que la distancia interpersonal está garantizada en las zonas comunes y, en cualquier caso, debemos evitar aglomeraciones en estos puntos.
- Cada trabajador y delegado dispondrá de las mascarillas necesarias, que serán entregadas como Equipos de Protección Individual por parte de la Casa de la Iglesia. Se designará una persona encargada de este reparto.
- Se recomienda el uso individualizado de herramientas y otros equipos de trabajo, debiendo desinfectarse tras su utilización. Cuando el uso de

herramientas u otros equipos no sea exclusivo de un solo agente, se desinfectará responsablemente entre los usos.

- Conviene facilitar el trabajo al personal de limpieza cuando se abandone el área de trabajo: despejarlo lo máximo posible e higienizarlo con el producto desinfectante que se ha facilitado. No olvidar higienizar también los elementos informáticos y todos los aparatos utilizados al finalizar la jornada.
- En cuanto sea posible y conveniente, si no se realiza por parte de la Administración competente, se facilitará la realización de algún tipo de test.
- Se procederá diariamente a la desinfección con ozono de aquellos lugares que se consideren oportunos y necesarios.

Medidas a establecer en cada despacho

- La disposición de los puestos de trabajo se modificará, en la medida necesaria, para garantizar la distancia de seguridad interpersonal mínima de dos metros entre las personas que se acerquen o trabajen en el mismo lugar. Si es necesario, se dispondrá de marcas en el suelo.
- Cada despacho de la Casa de la Iglesia dispondrá de un bote con gel hidroalcohólico, así como de un pulverizador y bayeta apropiado para la desinfección de la sala.
- Tras cada sesión, encuentro, visita... ha de velarse por la limpieza y desinfección del despacho utilizado y de los elementos utilizados especialmente superficies, mobiliario, manillas y puertas... así como por la ventilación.
- Conviene atender a las personas individualmente. Por eso es importante la cita previa. Siempre habrá que respetar la distancia de seguridad de dos metros.

Medidas de utilización de Salas comunes

- La Casa de la Iglesia dispone de las siguientes salas comunes: sala del consejo, sala de la chimenea, sala de conferencias, sala de plenos, sala de reuniones y capilla. Para la utilización de todas ellas se requiere inscribirse previamente.
- En cada una de estas salas se establecerá el aforo de la misma con un cartel al exterior dependiendo de la fase en la que nos encontremos.
- En cada una de estas salas comunes se dejarán únicamente las sillas que pueden ser utilizadas y en los lugares donde se han de colocar. En donde no se pueda establecer de esta manera, se indicará con pegatinas los puestos que pueden ser utilizados.
- Cada sala común de la Casa de la Iglesia dispondrá de un bote con gel hidroalcohólico, así como de un pulverizador y bayeta apropiado para la desinfección de la sala.
- Tras cada uso de la sala, el responsable que solicitó el espacio, procederá a la limpieza y desinfección de los elementos comunes que han sido utilizados (mesa

y sillas), así como procederá a la conveniente ventilación abriendo las ventanas y, si conviene, la desinfección con ozono contactando con el encargado que será siempre el único encargado de la manipulación.

- Especial vigilancia habrá que tener en el uso de los baños que quedan reducidos al personal de la Casa. Únicamente el baño para personas discapacitadas de la planta baja tendrá carácter de público. Se hace un llamamiento especial a la limpieza en los mismos tras cada uso. Se dispondrá para ello de lejía y otros desinfectantes. Es muy recomendable el uso de guantes. Para la limpieza de manos queda prohibido el uso del secador, que será sustituido por toallitas de papel. La limpieza y desinfección de los referidos aseos se realizará varias veces al día.
- El uso de la Capilla en cuanto a espacios y elementos litúrgicos se regulará según las medidas establecidas por la Diócesis en su momento para las celebraciones.
- El uso del micrófono en la Sala de Conferencias se restringirá a lo estrictamente necesario, restringiendo al máximo el uso compartido en la misma sesión. En caso de utilizarse, se hará siempre con plástico protector.

Normas en la Librería Diocesana

- Para poder garantizar las distancias de seguridad interpersonal establecidas, se organizará la circulación de personas y la distribución del espacio de la Librería Diocesana.
- Todos los usuarios deberán entrar provistos de mascarilla y previa desinfección de manos en la entrada.
- Se establece que, como norma, haya un único usuario de la Librería con cada uno de los trabajadores. El resto, tendrá que esperar fuera, guardando siempre la distancia de seguridad.
- Para acceder a la manipulación de libros y materiales en venta, será obligatorio el uso de guantes que serán proporcionados por los empleados de la librería.
- Se fomentará el pago con tarjeta u otros medios que no supongan contacto físico entre dispositivos, evitando, en la medida de lo posible, el uso de dinero en efectivo. Se limpiará y desinfectará el datáfono tras cada uso, así como el TPV si el empleado que lo utiliza no es siempre el mismo.

LAVARSE LAS MANOS

PARA PROTEGERSE Y
PROTEGER A LOS DEMÁS

¿POR QUÉ?

La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus



¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?



Tras estornudar, toser o sonarse la nariz



Después del contacto con alguien que estornuda o tose



Después de usar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias



Antes de comer



Mójate las manos con agua y aplica suficiente jabón



Frótate las palmas de las manos entre sí



Frótate la palma de una mano contra el dorso de la otra entrelazando dedos



40-60"



Frótate las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados



Frótate el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra



Con un movimiento de rotación, frótate el pulgar atrapándolo con la palma de la otra mano



Frótate los dedos de una mano con la palma de la otra con movimientos de rotación



Enjuágate las manos con agua



Sécate las manos con una toalla de un solo uso



Decálogo sobre cómo actuar en caso de tener síntomas de COVID-19:



Saber cómo actuar nos puede ayudar a **controlar mejor** las situaciones que puedan surgir estos días y a **prestar ayuda** a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

- | | | | |
|-----------|--|--|---|
| 1 | AUTO-AISLARSE | En una habitación de uso individual con ventana, manteniendo la puerta cerrada, y, si es posible, baño individual.
Si no es posible: mantén la distancia de seguridad de 2 metros con el resto de convivientes y extrema la higiene. |  |
| 2 | MANTENTE COMUNICADO | Ten disponible un teléfono para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos. |  |
| 3 | ¿SENSACIÓN DE GRAVEDAD? | Si tienes sensación de falta de aire o sensación de gravedad por cualquier otro síntoma llama al 112 . |  |
| 4 | TELÉFONO DE TU COMUNIDAD AUTÓNOMA | Si no, llama al teléfono habilitado en la comunidad autónoma o contacta por teléfono con el centro de salud. |  |
| 5 | AUTOCUIDADOS | Usa paracetamol para controlar la fiebre; ponte paños húmedos en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; bebe líquidos ; descansa , pero moviéndote por la habitación de vez en cuando. |  |
| 6 | AISLAMIENTO DOMICILIARIO | Ahora que ya has hecho lo más inmediato, estudia y aplica las recomendaciones para el aislamiento domiciliario e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena. |  |
| 7 | LAVADO DE MANOS | Asegúrate de que en casa todos conocen cómo hacer un correcto lavado de manos . |  |
| 8 | SI EMPEORAS | Si empeoras y tienes dificultad respiratoria o no se controla la fiebre, llama al 112 . |  |
| 9 | 14 DÍAS | Se recomienda mantener el aislamiento 14 días desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto. |  |
| 10 | ALTA | El seguimiento y el alta será supervisado por su médico de Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma. |  |

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
 @sanidadgob

25 marzo 2020

**#ESTE VIRUS
 LO PÁRAMOS
 UNIDOS**



