



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

CLUB UNIVERSITARIO DE BUENOS AIRES Sede Refugio Cerro Catedral – San Carlos de Bariloche- Villa Catedral.

INFORMACIÓN IMPORTANTE

Esta propuesta queda condicionada a las conductas previamente autorizadas por el Gobierno Nacional, el Gobierno Provincial, y el Municipio de San Carlos de Bariloche y el club representado por su Comisión Directiva. Estas conductas y medidas están alineadas con los protocolos de seguridad del departamento médico CUBA que podrían ser adoptadas para disminuir los riesgos de contagio y resguardar el aislamiento social durante el hospedaje en el Refugio.

Entiéndase que el presente tendrá vigencia dentro del planteo hipotético de un retorno a la actividad. Aspectos básicos de la pandemia que afectan la actividad de hospedaje en la Sede Refugio Cerro Catedral del Club Universitario de Buenos Aires y que son los condicionantes para las acciones de mitigación y preventivas que se proponen en el presente documento:

¿Qué es el COVID-19?

La enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) es una pandemia actual causada por el síndrome respiratorio agudo severo coronavirus 2 (SARS-CoV-2). Este virus parece ser altamente infeccioso y hasta el momento no tenemos un tratamiento efectivo para el mismo. La mayoría (80%) de la gente infectada tiene síntomas leves y algunas personas no tienen ningún síntoma.

Por ser un virus nuevo hay muchas cosas que no sabemos de él. Sin embargo, al igual que otras infecciones virales, sabemos que muchas personas infectadas contagian hasta 2 días antes de tener síntomas. Esto significa que es fácil propagar esta enfermedad antes de darse cuenta de que la tiene.

¿Cómo se transmite el COVID-19?

Por contacto con otra persona que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotitas que se expelen en la tos o estornudos. Estas gotitas caen sobre los objetos



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

y superficies de modo que otras personas pueden contraer el COVID 19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.

Otra forma de contagio es mediante la inhalación de gotas procedentes de la nariz o boca que haya esparcido una persona con COVID 19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1-2 metros de distancia de una persona que se encuentre enferma. Esta distancia es hoy reconocida como la distancia social que hace parte esencial de la estrategia de control del COVID-19 en la comunidad.

SÍNTOMAS COVID-19

Los síntomas se manifiestan a partir del día 2-14 luego de la exposición con un paciente enfermo o con el contacto directo de un objeto infectado.

- Malestar general
- Dolor de cabeza
- Reducción y/o pérdida del olfato y del gusto.
- Fiebre.
- Tos seca.
- Diarrea y malestar gastrointestinal.
- Dificultad para la respiración.

Es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos, en nuestro caso, en la estancia dentro del club, contemplando cualquier escenario de exposición.

DISTANCIAMIENTO SOCIAL

- Mantenerse 2 metros de distancia entre personas cuando circule antes y después de la práctica deportiva
- Evitar el contacto físico con otras personas: por ejemplo: dar la mano, abrazar o besar
- No compartir el mate, vajilla y utensilios. Los platos, vasos, cubiertos, deben ser adecuadamente lavados o usar descartables



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

- Toser o estornudar utilizando el pliegue interno del codo o utilizar pañuelos descartables y luego desecharlos en un cesto de basura asignado.
- No llevarse las manos a la cara.
- Desinfectar bien los objetos que se usan con frecuencia.
- Higiene frecuente de manos.

CONSIDERACIONES EN CUANTO A LA HIGIENE DE MANOS:

- Debe realizarse frecuentemente con agua y jabón o higienizarlas con una solución de alcohol al 70%.
- El lavado de manos recomendado es de 40-60 segundos. Antes de entrar y salir de un área común.
- Luego de manipular objetos de uso común.
- Antes y después de cada comida, manipular alimentos, prendas de vestir usadas, basura y desperdicios
- Luego de la utilización del baño.
- Luego de tocar superficies públicas (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.), manipular dinero, tarjetas de crédito / débito, llaves, animales, etc.

GRUPOS DE RIESGO

Los grupos de riesgo según Resolución N° 207/2020 del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social, en su artículo 1° incluyen a:

- Personas mayores de sesenta (60) años de edad
- Embarazadas
- Aquellas que presentan enfermedades respiratorias crónicas (enfermedad pulmonar obstructiva crónica [EPOC], enfisema congénito, displasia broncopulmonar, bronquiectasias, fibrosis quística y asma moderado o severo)
- Enfermedades cardiacas (Insuficiencia cardiaca, enfermedad coronaria, valvulopatias y cardiopatías congénitas)



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

- Inmunodeficiencias, diabetes, insuficiencia renal crónica en diálisis o con expectativas de ingresar a diálisis en los siguientes seis meses o cirrosis hepática.
- Si ha dado positivo a un test de COVID-19 y no ha recibido aún el alta médica correspondiente.
- Si ha estado en contacto con alguna persona infectada con COVID-19 en los últimos 14 días.
- Si tiene cualquiera de los síntomas informados por el Ministerio de Salud y/o por la Organización Mundial de la Salud.
- Se recomendará a todas las personas que desarrollen actividades deportivas que procuren contar con una adecuada evaluación médica.

CAPITULO 1: MEDIDAS GENERALES USO DE SUPERFICIES CERRADAS:

RECOMENDACIONES VISUALES a) En todo momento, es recomendable poner a disposición del público información visual sobre la adecuada higiene de manos, higiene respiratoria o manejo de la tos ante la presencia de síntomas de una infección respiratoria junto a los números de teléfono del Ministerio de Salud de Nación (al 120, es gratuito desde cualquier lugar del país y atiende las 24 horas en caso de aparición. Las mismas suelen ser de utilidad como recordatorios en todos los puntos de acceso y circulación en las instalaciones, en lugares claramente visibles para toda persona.

DISTANCIAMIENTO SOCIAL

- a) Las medidas establecidas por las autoridades sanitarias determinan una distancia mínima entre personas de 2 metros como ideal y de 1,5 metros como aceptable, y 4 personas por cada 10 m² (=2,25 m² /pax) en salas cerradas. Esta medida aplica tanto para los trabajadores como para el público que asista al establecimiento (clientes, proveedores, etc.), y se determina según criterios epidemiológicos y sanitarios, con sujeción a la fase y normativa oficial vigente.
- b) Se debe evitar el contacto físico al saludar con besos, abrazos u apretones de manos.
- c) No compartir mate, vajilla ni otros utensilios.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

- d) Evitar reuniones en espacios cerrados dentro y fuera del espacio de trabajo, incluyendo reuniones familiares o con amigos, que superen el máximo permitido.
- e) El uso de “barbijo casero, cubrebocas o tapabocas” no reemplaza las medidas de distanciamiento social ni la necesidad de mantener la distancia interpersonal de seguridad, pero puede considerarse como una medida adicional cuando transitoriamente no sea posible mantener la distancia de seguridad mínima.
- f) Para mantener el distanciamiento social se debe limitar la densidad de ocupación de espacios a 1 persona cada 2,25 metros cuadrados de espacio circulable, para ello se puede utilizar la modalidad de reserva del espacio o de turnos prefijados. Cuando por sus características, esto no sea posible, se debe impedir el uso de estos espacios.
- g) En caso de que no pueda mantenerse distancia mínima de seguridad entre puestos de trabajo, considerar la instalación de medidas físicas (mamparas, paneles de vidrio) de fácil y frecuente limpieza.
- h) Comunicar las medidas adoptadas de distanciamiento social, capacitar al personal y controlar su observancia dentro y fuera del establecimiento, tanto en las áreas de trabajo como en áreas comunes de recepción, salón comedor, desayunador, salas de estar, pasillos, lobbies, estacionamientos y cualquier otro sector donde pueda confluir una numerosa cantidad de personas en forma simultánea.

HIGIENE DE MANOS

a) Todas las personas, deberán realizar un adecuado y frecuente lavado de manos con agua y jabón (jabón líquido/espuma, toallas descartables o secadores de manos) con una duración de 40 a 60 segundo. La desinfección se debe hacer en soluciones a base de alcohol al 70% (por ejemplo, alcohol en gel), y a posterior del lavado si están sucias.

La higiene de manos deber realizarse obligatoriamente:

- Al ingresar al establecimiento, sea cliente, proveedor o personal de trabajo del lugar.
- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
- Después de ir al baño o de cambiar pañales.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

- Después de toser, estornudar o limpiarse la nariz.
 - Se recomienda evitar, en la medida de lo posible, llevar las manos a la cara.
- b) Es responsabilidad de la concesión proveer los elementos adecuados en cantidad suficiente y en forma accesible para la higiene personal.
- c) Dada la mayor persistencia del virus sobre el látex o nitrilo, no se recomienda el uso de guantes salvo para tareas específicas (tareas de limpieza, contacto directo con secreciones).

HIGIENE RESPIRATORIA

- a) Se dispone el uso obligatorio del barbijo, incluso el casero que cubra nariz, boca y mentón en espacios laborales y áreas comunes de trabajo. Su uso no reemplaza ninguna de las medidas de distanciamiento físico ni de higiene. Lavarlo con agua y jabón al menos una vez al día, y cambiarlo si se encuentra sucio o mojado.
- b) Al toser o estornudar, usar un pañuelo descartable o cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo en caso de no tener colocado el barbijo casero. En ambos casos, higienizarse las manos de inmediato. c) Disponer en área de espera y/o alto tránsito de cestos de basura de boca ancha y sin tapa para desechar los pañuelos descartables utilizados.

DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES Y VENTILACIÓN DE AMBIENTES

- a) Realizar desinfección diaria de superficies. La frecuencia de desinfección debe ser adecuada al tránsito y la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes.
- b) Realizar limpieza de las superficies con agua y detergente en un balde con trapeador o paño antes de la desinfección.
- c) La Desinfectar con una solución de 10 ml (2 cucharadas soperas) de lavandina (con concentración de 55 gr/litro), en 1 litro de agua. De utilizar una lavandina comercial con concentración de 25 g/l, se debe colocar el doble volumen de lavandina para lograr una correcta desinfección. Preparar la solución el mismo día que se vas a usarla para que no pierda poder desinfectante.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

- d) De utilizar cloro a 1000 ppm u otros productos químicos siguiendo especificaciones de uso en relación a proporciones y posibilidad de mezclarse con otro producto.
- e) Proveerse por parte de la concesión de los elementos necesarios para efectuar la limpieza y la desinfección.
- f) Ventilar regularmente los ambientes cerrados (al menos una vez al día), sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas para permitir el recambio de aire.
- g) No se recomienda rociar o frotar la ropa, el calzado, bolsos, carteras u otras pertenencias con alcohol, lavandina u otras soluciones desinfectantes.
- h) No se recomienda el uso de “cabinas desinfectantes” u otro tipo de dispositivos que impliquen el rociado de soluciones desinfectantes sobre las personas, este tipo de intervenciones no sólo no tienen utilidad demostrada en la prevención de la transmisión de virus respiratorios, sino que su uso puede asociarse a potenciales efectos nocivos.

MEDIDAS PARA LA DETECCIÓN Y MANEJO DE CASOS SOSPECHOSOS Y CONTACTOS ESTRECHOS

- a) Desarrollar actividades de identificación de potenciales casos mediante la medición de temperatura corporal, fomentando el autorreporte y la realización de cuestionarios sencillos para la detección de posibles síntomas previo al ingreso al lugar de trabajo. Como la definición del caso es dinámica y puede variar según la situación epidemiológica, se debe mantener informado permanentemente a través de las páginas oficiales del Ministerio de Salud de la Provincia de Rio Negro
- b) Si se sospecha o se confirma que un huésped – socio o invitado- o personal de la concesión es un caso confirmado o es un caso sospechoso o no cumplan con las medidas de prevención establecidas por este protocolo y según los criterios establecidos y actualizados por el Ministerio de Salud de Rio Negro , se deberá informar al responsable a cargo de la Sede, y se deberá contactar a la autoridad sanitaria provincial, o al hospital o centro de salud más cercano, acatando las indicaciones pertinentes. En consecuencia, se deberán extremar los cuidados de desinfección del establecimiento.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

CONTACTOS TELEFÓNICOS DE LOS SISTEMAS DE SALUD POR PROVINCIA PROVINCIA NRO DE CONTACTO- RIO NEGRO - **911**¹

c) En caso que se identifiquen personas alojadas en la sede provenientes de las zonas afectadas por transmisión comunitaria según las localidades definidas por el ministerio de Salud Nacional y/o Provincial, que no cumplan o manifiesten no tener la voluntad de cumplir con el aislamiento preventivo obligatorio, el personal hotelero deberá notificar a: CONTACTOS TELEFÓNICOS DE LOS SISTEMAS DE SALUD POR PROVINCIA NRO DE CONTACTO- RIO NEGRO - **911**²

d) Mientras se espera la asistencia por parte de personal sanitario, la persona con síntomas deberá ser ubicada en espacio separado y ventilado, no permitiendo el contacto con el resto del personal u otros huéspedes. Una vez desalojada el área, extremar acciones de ventilación, limpieza y desinfección de forma segura para el personal encargado del mismo.

e) En caso de aparición de síntomas de trabajadores de la concesión fuera del horario de la jornada laboral (fiebre de 37, 5° o + con tos, dificultad respiratoria, dolor de garganta o alteración en el olfato o gusto), NO acudir al lugar de trabajo e informar inmediatamente al empleador/empleados para que se active el protocolo de desinfección correspondiente en el espacio de trabajo, como las medidas de aislamiento preventivo de las personas que tuvieron contacto directo con la persona afectada. Las personas en lo posible NO deben dirigirse a un centro asistencial, NO deben salir de su vivienda y deben comunicarse con la autoridad sanitaria para su asistencia, llamando al 0800-333-1002; o bien comunicándose el hospital o centro de salud más cercano. NO deben automedicarse.

CONTACTOS TELEFÓNICOS DE LOS SISTEMAS DE SALUD POR PROVINCIA NRO DE CONTACTO- RIO NEGRO - **911**³

f) Evitar la estigmatización y la discriminación de personas sintomáticas o afectadas por COVID-19 y sus contactos estrechos.

¹ Fuente: <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/telefonos#provincias>

² Fuente: <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/telefonos#provincias>

³ Fuente: <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/telefonos#provincias>



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

g) Toda información recabada respecto de las personas, sean huéspedes o empleados, en este contexto es de uso confidencial y está protegido por la Ley N° 25.326 de Protección de Datos Personales.

CAPITULO 2: PARTICULARIDADES PARA LA SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

- La Sede Refugio Cerro Catedral del Club Universitario de Buenos Aires (en adelante LA SEDE) se encuentra emplazada en Calle Del Alto 811, Villa Cerro Catedral, San Carlos de Bariloche, Río Negro.
- El acceso está a 19 km de la Ciudad de San Carlos de Bariloche, en la Villa Catedral, y es un hospedaje de Club exclusivo para socios y sus invitados y no abierto al público en general.
- La capacidad máxima de LA SEDE es de 80 personas hospedadas más el encargado y empleados de cocina y limpieza.
- El hospedaje sólo se realiza por 7 o 14 noches, ingresando los días sábados las 16 hs y egresando los días sábados a las 10 hs,
- Por la situación de la pandemia se ha decidido reducir el aforo a 50 Personas, reduciéndose en un casi 40% el aforo total del establecimiento, los que serán conformados por grupos cerrados de afinidad y/o familiares y se establecerán allí.
- Cada habitación o departamento podrá ser asignado a un mismo grupo familiar o de afinidad, y en las habitaciones sin baño privado (ex a compartir) no podrán pernoctar más de un mismo grupo familiar o de afinidad.
- Al tratarse de estancias de 7 o 14 noches se evitan el ingreso o egreso de huéspedes desde otros lugares durante ese plazo.

GESTIÓN DE RESERVAS

a) A efectos de una mejor gestión con anticipación de reservas y plazas, el CUBA instrumentara la obligación previa de los huéspedes, socios e invitados de haber leído y aceptado el protocolo como



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

parte de su declaración jurada a completar para ingresar al establecimiento junto con la correspondiente ficha de registro.

b) Previo al ingreso a LA SEDE, el encargado verificará la temperatura de los huéspedes que forman parte del grupo familiar o de afinidad cerrado ingresante y verificará la firma de la DDJJ.

c) Los socios o invitados que se verifique que hayan falseado la información de la DDJJ serán separados y a la mayor brevedad deberán abandonar las instalaciones de LA SEDE a efectos de evitar riesgos a los otros huéspedes.

e) Sólo se pueden hospedar los socios y sus invitados que tengan reserva previa realizada en la Administración Central del Club en la Ciudad de Buenos Aires.

INGRESO Y RECEPCIÓN DE HUÉSPEDES SOCIOS Y SUS INVITADOS

- El huésped o huéspedes, socios y sus invitados, con reserva previa deberá/n ingresar utilizando barbijo o tapaboca. Recordar que estos elementos solo son efectivos cuando se usan en combinación con lavado de manos frecuente, con antisepsia para manos a base de alcohol o agua con jabón.
- Higienizar el calzado previo al ingreso a LA SEDE, en un elemento humedecido en solución clorhídrica (Ej.: Trapo de piso, gomaespuma u otro elemento similar que cumpla la función). Se recomienda usar en el interior un calzado distinto al que use en el exterior.
- Se deberá respetar el distanciamiento de dos metros (2 mts) entre los huéspedes y con el personal de Recepción, y respetando 2 metros ente huésped y huésped no conviviente, manteniendo como medida general 4 personas por cada 10 m² (= 2,25 m² /pax) en salas cerradas. De ser necesario, implementar mamparas transparentes en el mostrador de recepción con la adecuada higiene y desinfección periódica, así como otra cualquier medida física de distanciamiento interpersonal.
- Los socios y sus invitados deberán lavarse y/o desinfectarse las manos en lugares claramente indicado al ingreso del establecimiento.
- Se dispondrá de un termómetro infrarrojo que no implique contacto físico directo a efectos de realizar un control de temperatura de cada persona al momento de su ingreso.
 - Temperatura menor a 37 °C, Puede Ingresar.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

- En un rango entre 37,1 y 37,4 °C, se le volverá a tomar la temperatura a la media hora o 1 hora, para ver si hubo una variación ascendente de la temperatura (37,2 o 37,3°C) lo que daría una señal de ALERTA, se recomienda vigilar la temperatura a dicha persona en las siguientes horas.
- Temperatura 37.5°C o más se deberá cumplir con el PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA SINTOMATOLOGIA COMPATIBLE CON COVID19, CASOS SOSPECHOSOS Y CASOS CONFIRMADOS.

Se deberá desinfectar el mismo con solución en cualquiera de sus tipos con alcohol al 70%. Las personas encargadas deben ser previamente capacitados para la tarea, y la medición deben contar con un equipo de protección personal apropiado (barbijo o cubreboca). De registrarse una temperatura anormal, evaluar inmediatamente la existencia de otro síntoma asociado al COVID-19 y actuar conforme a las medidas para la detección y manejo de casos sospechosos o contactos estrechos precedentemente señaladas.

- Evitar o minimizar todo el intercambio de documentos u objetos con los huéspedes.
- Evitar la manipulación por personal del establecimiento del equipaje o pertenencias personales del huésped. Se recomienda ofrecer bolsas de plástico o similares a los clientes en las que puedan depositar sus mochilas, botas u otros objetos potencialmente contaminados. En caso excepcional de que el huésped este imposibilitado de hacerlo por sí mismo, se deberá efectuar en condiciones de seguridad, procurando que se realice de correcta la higiene y desinfección de manos antes y después de tocar el equipaje, usando guante descartable, tapaboca, protector 11 ocular y toallitas desinfectante para sanitizarlo.
- Luego del egreso de los socios y sus invitados se deberá sanitizar los lugares y utensillos utilizados y mantener siempre los lugares con la ventilación adecuada.

RECOMENDACIONES SANITARIAS PARA EL ÁREA DE RECEPCIÓN Y ESPACIOS COMUNES.

Garantizar la disposición y buen funcionamiento de dosificadores o rociadores con solución en cualquiera de sus tipos, jabón, alcohol en gel o líquido en todos los espacios.

En los los lugares comunes, livings, salón de mayores y comedor se deberá respetar en todo momento la distancia mínima obligatoria entre personas de diferentes grupos de reserva, familiar o de afinidad.

Si las estancias en los espacios comunes cubiertos llegan al límite de capacidad, los socios hospedados



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

deberán estar en sus habitaciones. Los socios y sus invitados que no respeten este distanciamiento obligatorio podrán ser severamente sancionados y en su caso, merituando la gravead de la falta podrá ser cancelada su estadía sin que ello implique devolución de los montos abonados para la reserva del hospedaje.

RECOMENDACIONES SANITARIAS PARA LAS HABITACIONES

Todo el personal de la concesión que tenga que acceder a la habitación en la que se alojó un socio o invitado con COVID-19 positivo, deberá llevar el equipo de protección que designen los servicios de riesgos laborales y lavarse o desinfectarse las manos cuando haya salido y, si es posible, mantener la distancia mínima establecida del cliente. No se debe entrar el carro de limpieza en la habitación.

Acondicionamiento:

- a) Colocar normas básicas de prevención sanitaria, vinculadas al presente protocolo, al lado de las normas internas del establecimiento.
- b) Garantizar la disposición de dosificadores o rociadores con solución en cualquiera de sus tipos con alcohol en gel o líquido en cada habitación.
- c) Se sugiere la colocación de cubre colchones y cubre almohadas. De otro modo deberán limpiarse con procedimiento de lavado estándar o limpiarse en seco. e) De ser necesario, factible y eficaz, colocar divisores de cuchetas que permitan delimitar cada cama y mantenerlos limpio y desinfectado. d) Delimitar la disponibilidad de armarios o lockers en función de la cantidad de personas que puede haber en cada tipología de habitaciones.

Sanitarios y duchas de uso común:

- a) Buscar asegurar mediante elementos físicos la distancia interpersonal exigida y comunicarlo a los clientes.
- b) Contar con dispensadores de jabón, solución desinfectante y de papel de secado
- c) No disponer de alfombrillas.
- d) Se recomienda el uso de calzado apropiado para el uso de duchas comunes.
- e) Deben limpiarse y desinfectarse como mínimo 6 veces al día.
- f) En los baños de uso compartido no podrán ingresar más de dos personas al mismo tiempo, procurando siempre que sean del mismo grupo familiar o de afinidad.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

Servicio de comidas

- a) Debe evitarse el sistema buffet, mantener la distancia de seguridad y evitar manipular de utensillos de uso común. El socio o invitado debe lavarse y desinfectarse las manos antes y después del desayuno y/o cena.
- b) Ampliar el horario de desayuno y/o cena para un mejor orden del personal de servicio y cocina y cumplir el distanciamiento social.
- c) Evitar la manipulación de alimentos, pinzas o cucharones por parte de los huéspedes en el servicio de desayuno buffet, se recomienda que personal del establecimiento los asista, utilizando elementos de protección personal y sirviendo a cada uno de los clientes.
- d) El barbijo debe usarse en todo momento, retirándose solo para consumir alimentos.
- e) Extremar las medidas de limpieza y desinfección de los utensillos por parte del personal del establecimiento antes y después de brindado el servicio con los elementos de limpieza establecidos y guantes descartables en cada limpieza.

Uso del comedor

- a) Garantizar la disposición y buen funcionamiento de dosificadores o rociadores con solución en cualquiera de sus tipos, jabón, alcohol en gel o líquido en estos sectores.
- b) Ampliar el horario de Comedor, con amplitud de uso para el correcto cumplimiento de las normas establecidas de distanciamiento social.
- c) Ofrecer bebidas cerrada en botella o lata.
- d) No compartir objetos con comensales u otros empleados.
- e) Priorizar la utilización de servilletas y mantelería de un solo uso. Se sugiere utilizar individuales y retirarlos luego de cada uso para su limpieza y desinfección. De utilizar manteles, cubrirlos con un protector de nylon cristal para facilitar su limpieza, o bien cambiarlos tras la utilización de cada cliente.
- f) De considerarlo más seguro, la SEDE y su encargado podrá disponer de mesas en lugares abiertos como la terraza “deck” para la instalación de mesas de comensales que permitan mantener la distancia y el aforo correspondiente de los lugares comunes.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

g) No se permitirá recibir en el salón comedor ni en ningún otro ambiente de LA SEDE a socios y/o invitados no alojados en la misma.

Manipulación y almacenamiento de alimentos y utensilios

Para prevenir esta y otras enfermedades, es importante tomar las siguientes medidas para evitar la contaminación de alimentos.

a) Lavarse las manos antes y después de seleccionar, prepara y consumir los alimentos, efectuarlo con elementos de higiene respiratoria colocada.

b) Seleccionar frutas y verduras limpias, enjuagándolas con agua para eliminar tierra e impurezas. Luego, desinfectarlas sumergiéndolas en agua con 1,5ml (media cuchara de té aproximadamente) de lavandina por litro de agua (dejando actuar 20 minutos). Debe ser lavandina de uso doméstico (con concentración de 55 gr/litro). -Volver a enjuagar bien con abundante agua antes de consumir. c) Administrar y calcular las cantidades justas que se van a utilizar, para evitar recalentar o dejar los alimentos sobre la mesa o sobre una mesada o mostrador.

c) Al mezclar los alimentos, no realizarlo con las manos, utilizar utensilios limpios.

d) Intensificar pautas bromatológicas para evitar la contaminación cruzada, a saber: separar siempre los alimentos crudos como pollos, carnes y pescados, de los cocinados y de los listos para comer; conservar los alimentos en recipientes separados entre crudos y cocidos; usar utensilios diferentes, como platos, tenedores, cucharas, para manipular alimentos crudos y cocidos; lograr la cocción adecuada de cada a producto; no descongelar o dejar más de 2 horas los cocidos a temperatura ambiente.

e) Tomar platos, cubiertos y fuentes por los bordes, cubiertos por el mango, vasos por el fondo y tasas por el mango, para evitar mayores superficies de contacto. Hacerlo una vez realizada la higiene de manos.

f) Higienizar envase por envase. Se puede realizar con un paño húmedo embebido en una solución desinfectante.

g) En la alacena como en la heladera, consumir primero lo que tenga una fecha de vencimiento más cercana.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

Servicio de limpieza y mantenimiento general

- a) Planificar y mantener una frecuencia de ventilación, limpieza y desinfección al menos tres veces al día, y de acuerdo a los horarios de ingreso/egreso de personas que se realicen. Colocar en áreas comunes el registro de limpieza y desinfección.
- b) El personal de limpieza dispondrá de gel o solución desinfectante para manos, pañuelos y guantes desechables, delantales y bolsas de basura.
- c) Usar guantes de limpieza habitual; deben cubrir parte del antebrazo y quedar por arriba de la ropa de trabajo, junto con barbijos y protectores oculares.
- d) Desinfectar regularmente toda superficie de contacto, objetos, mostradores, picaportes, manijas, cerraduras, interruptores de luz, termostatos, barandas, grifos, armarios y cualquier otra que sea común por todas las personas que se alojan allí. El mismo mecanismo se utilizará cuando éste abandone una habitación o plaza ocupada.
- e) Para los muebles de superficies blandas como sofás, colchones, utilizar otros procedimientos de limpieza, como la limpieza a vapor.
- f) El personal de limpieza deberá ventilar o airear las habitaciones y sus ambientes abriendo ventanas y puertas. Como también, se debe ventilar la recepción, sector de lavadero de ropa y planchado, depósitos, administración, etc.
- g) Mantener la climatización en una temperatura ambiente entre 23-26°C asegurando una suficiente renovación del aire.
- h) En el caso de superficies como teléfonos celulares y teclados de computadoras, entre otros, y de ser aptos a limpieza con alcohol, utilizar solución con alcohol al 70%.
- i) Lavarse las manos con agua y jabón luego de terminar la limpieza y de descartar guantes.
- j) Se sugiere evitar el uso de las formulaciones en spray, debido a que, si el mismo se aplica en forma directa sobre una superficie, puede no tener acceso a las zonas más contaminadas.
En caso de usar spray, se debe realizar aplicando el mismo sobre papel descartable, hacer la limpieza y el arrastre, y tirar el papel.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

- k) Para evitar accidentes, guardar los productos en su envase original o debidamente rotulado en un lugar seguro, debidamente aislados de otros productos con los que se puedan confundir por su forma (sobre todo alimenticios).
- l) Colocar los objetos perdidos encontrados en habitaciones utilizadas por huéspedes (sean casos sospechosos o confirmados de COVID – 19), en bolsa plástica, desinfectar y guardar en una segunda bolsa sellada herméticamente hasta su devolución final al huésped. En el caso que no lo reclame, deberá ser desechado en una bolsa roja de residuo patogénico.
- m) Evitando el uso de los materiales sin su previa desinfección entre habitaciones y/o sectores.

Limpieza de habitaciones

- a) Efectuar la limpieza y desinfección de la cama ocupada cada vez que el pasajero abandone su estadía en el establecimiento, evitando la contaminación cruzada entre habitaciones por elementos de limpieza sin desinfectar entre habitaciones.
- b) Iniciar la limpieza ventilando previamente las habitaciones o plaza ocupada por el lapso de media hora.
- c) Quitar todos los elementos de aseo y desechos (rollos de papel higiénico, bolsas de residuos, entre otros).
- d) La ropa sucia se introduce en bolsas antes de depositarla en los carros o recipientes de limpieza. Estos no debieran ingresar a las habitaciones, si lo hacen se deben limpiar y desinfectar su superficie y rodamiento. e) Extremar los cuidados de limpieza y desinfección de las llaves de las habitaciones.
- e) Poner la ropa limpia únicamente tras la limpieza y desinfección de la habitación, o suministrarla en bolsas cerradas a cada huésped ser asignado en su habitación o plaza.
- f) Evitar posibles riesgos de contaminación cruzada entre distintas habitaciones por el uso de los mismos materiales de limpieza sin su previa desinfección.
- g) En caso de tener que limpiar una habitación donde se alojó un huésped con COVID19 positivo, deberá llevar el equipo de protección que designe la autoridad sanitaria provincial, además de extremar la ventilación, limpieza y desinfección con la correcta higiene de mano.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

Limpieza de ropa de cama y mantelería

- a) Priorizar solicitar al huésped, previa comunicación, la colocación de ropa de cama y/o toallas usadas dentro de una bolsa de lavandería cuando requiera su reemplazo o al momento de retirarse definitivamente de la misma.
- b) En el caso de que el personal de limpieza tenga que manipular ropa de cama y/o toallas/toallones, tratar de clasificarla fuera de las habitaciones, evitar el contacto de la misma con el uniforme personal, utilizar guantes de limpieza y colocarlo en carro o bolsa para tal fin. No debe sacudirse la ropa para lavar.
- c) Se recomienda lavar la ropa de cama, toalla de pie, toallas y toallones, con los jabones o detergentes habituales a temperatura de 60- 90 grados usando programas largos o ciclos de lavado completos, secarla completamente y rociarla con spray de alcohol al 70%.
- d) Lavar las mantas de lana en agua tibia y luego secar al aire o en secadoras a temperatura fría o limpiar en seco.
- e) Lavar las colchas con agua caliente y detergente, luego enjuagara y secar preferiblemente.
- f) Almacenar las sábanas y toallas limpias en un armario cerrado y por separado de la ropa usada. 16
- g) Los manteles y servilletas deben ser lavados de forma industrial, aumentando la frecuencia del cambio de manteles. En la medida de lo posible, se deberá priorizar utilizar material descartable.
- h) La ropa de cama que se encuentre en una habitación de un huésped aislado, debe ser colocada en bolsas de residuos (o similar) de otro color o identificación.

Limpieza de utensillos y vajilla

- a) Los cubiertos, vasos, platos y demás utensillos lavarlos con agua caliente y detergente habitual y desinfectante. Los lavavajillas deben estar a alta temperatura, mayor de 60 grados.
- b) La vajilla, cubiertos y utensillos una vez limpios y esterilizados deberán ser colocados en envase cerrado (bolsas cierre hermético), los cuales serán abiertos por los huéspedes que se alojen en esa unidad.

Limpieza del sector de cocina



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

- a) Realizar limpieza y desinfección frecuentemente de las instalaciones como: superficies de trabajo, heladeras, cámaras, puertas, mobiliarios, pisos, cocinas, paredes, microondas, etc. (llevar registros de los procesos de limpieza por turnos y frecuencias).
- b) Mantener ventilados adecuadamente.
- c) La batería de cocina será lavada y desinfectada por personal del establecimiento según los elementos de limpieza indicados y con todos los elementos de protección personal, incluyendo el uso de guantes descartables, e intensificando la correcta higiene de manos.

Gestión de residuos:

- a) Identificar y señalizar lugares destinados a la disposición de residuos.
- b) Mantener la limpieza de los lugares de depósito de residuos.
- c) Proveer de bolsas/cestos/recipientes de acumulación del descarte de elementos de protección personal y ropa de trabajo descartable.
- d) Utilizar guantes y protección respiratoria para la manipulación de los residuos.
- e) Para mayor información recurrir a instrucciones del Ministerio de Salud para la gestión de residuos domiciliarios de pacientes en cuarentena.

Recomendaciones en relación al personal

- a) Observancia plena de las “Recomendaciones Especiales” aprobadas por la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT): para el desempeño de los trabajadores exceptuados del aislamiento social, preventivo y obligatorio para el cumplimiento de su labor, así como para su desplazamiento hacia y desde el lugar de trabajo, sobre buenas prácticas en el uso de los elementos de protección personal y sobre colocación de protección respiratoria. (<https://www.argentina.gob.ar/srt>).
- b) Los empleados pertenecientes a grupos de riesgo quedan exentos de la obligación de concurrir a las instalaciones. Se considera grupo de riesgo a aquellas personas que tienen mayor posibilidad de progresar a formas severas o que son vulnerables por su situación: mayores de 60 años, y/o pacientes con enfermedades o tratamientos que bajan las defensas (inmunocomprometidos); embarazadas;



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

personas con enfermedades crónicas: cardíacas, incluyendo hipertensión arterial, pulmonares, renales, diabetes, obesidad, etc.

c) Los desplazamientos del personal afectado a esta actividad deberán limitarse al estricto cumplimiento de las actividades y servicios autorizados contando con el respectivo certificado de circulación requerido. Se recomienda el uso de medios de transporte individuales (automóvil, bicicletas, entre otros) con adecuada higiene y desinfección del mismo y personal (uso de barbijo, lavado de manos permanente, kit de higiene personal, respetar las distancias y evitar aglomeraciones). Evitar el uso del transporte público.

d) Modalidad de trabajo: disponer turnos en grupos de trabajo y/o rotaciones a efectos de disminuir la cantidad de personal simultáneo y garantizar el cumplimiento del distanciamiento social. De no ser posible, extremar las medidas de protección escalonando horarios de ingreso/egreso o minimizar la convivencia de personas por sector. Impartir instrucciones a los responsables y realizar el seguimiento de cada área para reducir al mínimo indispensable la presencia de trabajadoras/es en el establecimiento.

e) Al ingresar al establecimiento el personal deberá realizar la desinfección correspondiente, en especial del calzado y manos.

f) Evitar, en lo posible, el sistema de registro de contacto (huella, dígitos) para ingreso/egreso a la jornada laboral. En caso de mantenerlo, asegurar antes de usarlo la desinfección de manos por parte del personal del establecimiento.

g) Evitar los abrazos, besos o estrechar las manos con los clientes o con otros empleados.

h) No compartir mate, vajilla ni otros utensilios, así como equipos de trabajos entre empleados.

i) Minimizar la utilización e intercambio de documentos u objetos.

j) Ante el intercambio de objetos entre huésped y recepcionista (como por ejemplo tarjetas de pago, billetes, bolígrafos, etc.) se realizará el lavado y desinfección de manos.

k) El personal de servicio y cualquier otro que ingrese al establecimiento (proveedores, personal técnico, etc.) deberá usar barbijo/tapaboca. Se dispone el uso obligatorio de protectores faciales de distinto tipo, incluidos los de fabricación personal. Recordar que estos elementos solo son efectivos cuando se usan en combinación con lavado de manos frecuente, con antisepsia para manos a base de alcohol o agua



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

con jabón. Su uso no reemplaza ninguna de las medidas de distanciamiento físico ni de higiene. Promover el lavado del barbijo casero con agua y jabón al menos una vez al día, y cambiarlo inmediatamente si se encuentra sucio o mojado.

l) Considerar la protección de los ojos (gafas o máscara facial) y de guantes de látex/nitrilo en tareas puntuales, sobre todo en las de limpieza. El nivel de protección dependerá de la actividad a realizar. m)

El uniforme de trabajo deberá cambiarse/lavarse con mayor frecuencia, preferentemente dentro del ámbito laboral a una temperatura mayor a 60°C. Se deberá destinar, cuando sea posible, un lugar o vestuario para el recambio de ropa al comenzar y terminar la jornada de laboral, guardándose la ropa personal en una bolsa plástica separada de la de trabajo. De esta manera se minimiza o evita el cruzamiento entre objetos personales y de trabajo. Si por algún motivo el personal lleva su ropa de trabajo a su domicilio lo debe hacer en bolsa cerrada, y lavándola a la temperatura antes indicada separada de ropa personal.

n) Deberá evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo en caso de no tener colocado el barbijo casero. De ser necesario, efectuarlo con pañuelo o servilleta descartable, desechando el mismo en cada uso. En ambos casos, higienizarse las manos de inmediato.

o) Se deberá realizar control diario del estado de salud y registro de la temperatura de todo el personal contando con termómetros infrarrojos de no contacto por personal con elementos de protección personal usado correctamente. En caso de síntomas, se activarán los protocolos correspondientes.

p) Se evitarán reuniones en espacios cerrados de trabajo que superen el máximo permitido.

¿QUÉ HACER ANTE UN CASO SOSPECHOSO O CONFIRMADO?

1. Si se sospecha o se confirma que un huésped o personal del establecimiento es un caso confirmado o es un caso sospechoso según los criterios establecidos y actualizados por el Ministerio de Salud de Río Negro, se deberá informar al responsable a cargo del establecimiento de alojamiento, y se deberá contactar a la autoridad sanitaria provincial, o al hospital o centro de salud más cercano, acatando las indicaciones pertinentes. En consecuencia, se deberán extremar los cuidados de desinfección del establecimiento.



Protocolo de Higiene y Salud en el Trabajo – COVID-19 – SEDE CUBA REFUGIO CERRO CATEDRAL

Fecha de emisión: 30-11-2020

Versión 1

21 páginas

2. En caso que se identifiquen personas alojadas en el hotel provenientes de las zonas afectadas por transmisión comunitaria según las localidades definidas por el Ministerio de Salud, que no cumplan y manifiesten no tener la voluntad de cumplir con el aislamiento preventivo obligatorio, el personal hotelero deberá notificar a :CONTACTOS TELEFÓNICOS DE LOS SISTEMAS DE SALUD POR PROVINCIA. PROVINCIA RIO NEGRO – 911 ⁴
3. Mientras se espera la asistencia por parte de personal sanitario, la persona con síntomas deberá ser ubicada en espacio separado, en lo posible ventilado, y aislado, previniendo que pueda afectar al resto del personal o a otros huéspedes.
4. En caso de aparición de síntomas de trabajadores fuera del horario de la jornada laboral (fiebre de +37, 5° con tos, dificultad respiratoria, dolor de garganta o alteración en el olfato o gusto), NO acudir al lugar de trabajo e informar inmediatamente al empleador/empleados para que se active el protocolo de desinfección correspondiente en el espacio de trabajo, como las medidas de aislamiento preventivo de las personas que tuvieron contacto directo con la persona afectada. Las personas en lo posible NO deben dirigirse a un centro asistencial, NO deben salir de su vivienda y deben comunicarse con la autoridad sanitaria para su asistencia, llamando al: CONTACTO TELEFÓNICOS DE LOS SISTEMAS DE SALUD POR PROVINCIA NRO DE CONTACTO - RIO NEGRO – 911⁵O bien comunicándose el hospital o centro de salud más cercano. NO deben automedicarse.

⁴ Fuente: <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/telefonos#provincias>

⁵ Fuente: <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/telefonos#provincias>