PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA LA PREVENCIÓN DEL COVID-19.

Con el objetivo de retomar las actividades para el normal funcionamiento en las oficinas de CASYBER LTDA y minimizar el riesgo de contagio por el coronavirus acatamos lo dispuesto por la RESOLUCIÓN 692 DE 2022 "Por medio de la cual se adopta el protocolo general de bioseguridad"

Definición

Los coronavirus son virus que aparecen periódicamente en diferentes regiones del mundo, que causan Infección Respiratoria Aguda. El nuevo coronavirus (COVID-19) ha sido definido por la Organización Mundial para la Salud (OMS) como emergencia de salud pública de importancia internacional (ESPII). El primer caso se detectó en diciembre de 2019 en Wuhan China, la contención no se logró realizar y el brote ya que se expandió a todo el mundo. En Colombia se confirmó el primer caso el 6 de marzo de 2020.

Modo de transmisión

La exposición y el contacto de partículas del virus expulsadas cuando una persona contagiada tose o estornuda entran en contacto con la cara, boca, ojos y nariz de una persona sana.

Principales afectados

Se reconoce que cualquier persona puede ser infectada, sin importar la edad, aunque se han registrado pocos casos de niños con COVID-19. Según estimaciones de la OMS entre un 4 y 6 % de los infectados conlleve a desenlaces fatales, por el momento entre las víctimas mortales se encuentra

en mayor medida pacientes con avanzada edad y que sufren de enfermedades crónicas, tales como diabetes, asma, hipertensión, entre otras.

Síntomas

El nuevo coronavirus genera una Infección Respiratoria Aguda que puede ser leve, moderada o severa. Sus principales síntomas son:

- Fiebre
- Tos seca
- Secreciones nasales
- Malestar general
- Dolor muscular
- Perdida del gusto y olfato
- En algunos casos dificultad para respirar

Prevención

La medida de prevención más efectiva es lavarse las manos correctamente con abundante agua y jabón. De igual manera se recomiendan otras medidas cotidianas que previenen el contagio del COVID-19 así como de otras enfermedades respiratorias:

- Evitar el contacto con personas enfermas.
- Al estornudar y toser cubrirse con la parte interna del codo.
- Evite tocarse la cara.
- Si tiene síntomas de resfriado permanezca en casa y use tapabocas.
- Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.
- Ventilar salones, oficina y casa.
- Lavarse las manos cada tres horas con abundante jabón, alcohol o gel antiséptico.
- Evitar contacto directo, no saludar de beso o de mano, no dar abrazos.

- Evitar asistir a eventos masivos o de cualquier tipo que no sean indispensables.
- Llamar a la línea 123 si presenta síntomas de alarma de COVID-19 (dificultad respiratoria, tos seca y fiebre).
- Cuidar especialmente a los adultos mayores de 60 años, verificar su estado de salud diario, si presentan algún síntoma de alarma (gripa, dificultad respiratoria, fiebre, decaimiento)
- Minimizar las reuniones presenciales de grupo, y cuando sea necesario realizarlas, propender por reuniones virtuales mediante el uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones.

DEFINICIONES:

Aglomeración: Toda concurrencia de personas en espacios cerrados y abiertos en los cuales no se pueda guardar el distanciamiento físico. También se considera que existe aglomeración cuando la disposición arquitectónica del espacio y la distribución de muebles y enseres dificulte o impida dicho distanciamiento.

Autocuidado o autoasistencia: Según la Organización Mundial de la Salud es la capacidad de las personas, las familias y las comunidades de promover y mantener la salud, prevenir y hacer frente a enfermedades y discapacidades con o sin el apoyo de un profesional sanitario. La Ley Estatutaria de Salud lo contempla "como un deber de las personas a quienes corresponde propender por su autocuidado, el de su familia y el de su comunidad".

Bioseguridad: Conjunto de medidas preventivas que tienen por objeto eliminar o minimizar el factor de riesgo biológico que pueda llegar a afectar la salud, el medio ambiente o la vida de las personas, asegurando que el desarrollo o producto final de dichos procedimientos no atenten contra la salud y seguridad de los trabajadores.

Espacios abiertos: Todo espacio que no está cubierto por un techo o rodeado por paredes, como parques, jardines incluidos los de las zonas residenciales,

espacios peatonales de tránsito y estancia y, en general, sitios públicos o privados al aire libre.

Espacios cerrados: Todo espacio cubierto por un techo o confinado por paredes, independientemente del material utilizado para el techo, las paredes o los muros y que la estructura sea permanente o temporal tales como transporte público, oficinas, locales, consultorios, centros de congregación religiosa, grandes superficies, centros comerciales, teatros, cines.

MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

Cada persona debe propender por el cuidado de sí mismo, de los seres queridos y de la sociedad en general, extremando las medidas de cuidado en el caso que alguno de los miembros de la familia presente alguna comorbilidad asociada a mayor riesgo de enfermedad grave por Covid-19 y evitando el contacto con las demás personas, si identifica situaciones de riesgo para la transmisión del virus o aglomeraciones.

En todo caso, se recomienda aplicar el esquema completo y refuerzos de la vacuna, y continuar con el lavado e higiene de manos, distanciamiento físico, uso de tapabocas y ventilación adecuada

- Desinfección y limpieza de todas las áreas de trabajo
- Se dispondrá de gel antibacterial en la recepción de la oficina.
- Todas los funcionarios y personas que ingresen a la oficina deben realizar lavado de manos con agua y jabón mínimo tres veces al día
- Los puestos de trabajo estarán a más de 2 metros de distancia.
- Realizar limpieza del puesto de trabajo dos veces al día a las 7:00 a.m y a las 5:00 p.m.

CUIDADO DE LA SALUD MENTAL

- Antes de salir, atienda las emociones y pensamientos que le generan la idea de salir, planifique las actividades que realizará fuera de casa y la forma en que se movilizará, así como las medidas de protección que empleará.
- En el espacio público procure mantener una actitud positiva, concéntrese en realizar las actividades planeadas, preste atención constante a los posibles riesgos y al uso adecuado de sus elementos de protección.
- Mientras sea posible promueva espacios de interacción social de manera especial para niños, niñas y adolescentes bajo las medidas de bioseguridad definidas en este anexo.
- Cuando regrese a casa priorice los protocolos de higiene y desinfección, y tómese un tiempo para considerar el impacto emocional que le generaron las actividades en el espacio público y las medidas de protección.

USO DE TAPABOCAS

- Será exigible el uso del tapabocas en las áreas metropolitanas, zonas conurbanas definidas en cada departamento y en los municipios, con una cobertura de vacunación con esquema completo menor al 70%, y una cobertura en dosis de refuerzo menor al 40%.
- Es obligatorio el uso de tapabocas en las instituciones de salud, hogares geriátricos y el transporte público, estaciones de transporte masivo, los terminales de transporte aéreo, terrestre, marítimo y fluvial, sin importar el avance de vacunación del municipio
- Se recomienda el uso permanente del tapabocas quirúrgico en personas con comorbilidades, cuadros respiratorios, así como en no vacunadas y cuando se visitan niños recién nacidos, adultos mayores y personas con comorbilidades.

- El uso del tapabocas es obligatorio en todos los lugares cerrados.
- En espacios cerrados tales como cines, teatros y medios de transporte masivos, se recomienda el uso de tapabocas quirúrgico.
- El uso correcto del tapabocas, esto es, cubriendo nariz y boca, es fundamental para evitar el contagio; igualmente, es muy importante retirarse el tapabocas evitando el contacto con zonas contaminadas o dispersión del agente infeccioso.
- Se puede usar tapabocas de tela, siempre y cuando cumplan con las indicaciones definidas por el Ministerio de Salud.
- Recomendar a personas mayores y personas con comorbilidades usar tapabocas quirúrgicos.
- Ajustar el tapabocas, si tiene elásticos, por detrás de las orejas; si es de tiras se debe atar por encima de las orejas en la parte de atrás de la cabeza y las tiras de abajo, por debajo de las orejas y por encima del cuello.
- La colocación debe ser sobre la nariz y por debajo del mentón.
- La cara del tapabocas con color (impermeable) debe mantenerse como cara externa. Debido a su diseño, el filtrado no tiene las mismas características en un sentido y en otro, y su colocación errónea puede ser causante de una menor protección del trabajador.
- Sujetar las cintas o colocar las gomas de forma que quede firme.
- Si el tapabocas tiene banda flexible en uno de sus lados, este debe ir en la parte superior, moldee la banda sobre el tabique nasal.
- No tocar el tapabocas durante su uso. Si debiera hacerlo, lávese las manos antes y después de su manipulación.
- El tapabocas quirúrgico se puede usar durante 8 horas de manera continua, siempre y cuando no esté roto, sucio o húmedo, en cualquiera de esas condiciones debe retirarse, eliminarse y colocar uno nuevo.
- Cuando se retire el tapabocas, hágalo desde las cintas o elásticos, nunca toque la parte externa de la mascarilla.

- Una vez retirado, doblar el tapabocas con la cara externa hacia dentro y depositarlo en una bolsa de papel o basura.
- No reutilizar el tapabocas de un solo uso o desechable.
- El tapabocas se debe mantener en su empaque original si no se va a utilizar o en bolsas selladas, no se recomienda guardarlos sin empaque en el bolso, o bolsillos sin la protección porque se pueden contaminar, romper o dañar.
- Los tapabocas no se deben dejar sin protección encima de cualquier superficie, por ejemplo, mesas, repisas, escritorios equipos entre otros por el riesgo de contaminarse.

VENTILACIÓN:

Siempre que sea posible, mantener puertas y ventanas abiertas para lograr intercambio de aire natural.

Favorecer todas las actividades laborales y de bienestar que sean posibles en espacios abiertos y con distanciamiento físico.

Propiciar, en lo posible lugares al aire libre, tipo terrazas, patios abiertos o jardines y en lugares cerrados, mantener abiertas las puertas y ventanas.

ANEXOS

PROTOCOLO DE LAVADO DE MANOS E HIGIENE DE MANOS.

El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse cuando las manos están visiblemente sucias, antes y después de ir al baño, antes y después de comer, después de estornudar o toser, antes y después de usar tapabocas, o antes de tocarse la cara.

La higiene de manos con alcohol glicerinado se debe realizar siempre y cuando las manos están visiblemente limpias.

Pasos a seguir para el correcto lavado de manos.

1. Mójese las manos con agua.

2. Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de las manos.

3. Frótese las palmas de las manos entre sí.

4. Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa.

5. Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

6. Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

7. Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.

8. Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.

9. Enjuáguese las manos con agua.

10. Séquese las manos con una toalla de un solo uso.

11. Utilice la toalla para cerrar el grifo.

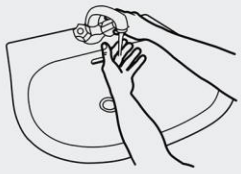
En los lugares donde se realice el lavado de manos se dispondrá de manera grafica el protocolo como el que se muestra a continuación.

¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos

0



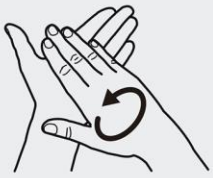
Mójese las manos con agua;

1



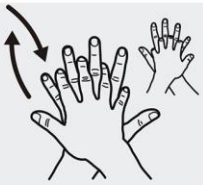
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;

2



Frótese las palmas de las manos entre sí;

3



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

4



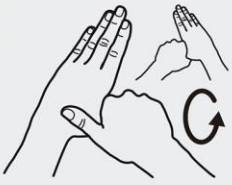
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

5



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

6



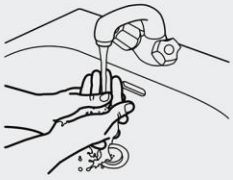
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

7



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;

8



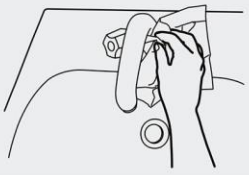
Enjuáguese las manos con agua;

9



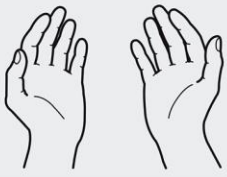
Séquese con una toalla desechable;

10



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;

11



Sus manos son seguras.

MATERIALES:

- Agua limpia y jabón liquido
- Alcohol glicerinado con una concentración entre el 60% y 95%
- Toallas desechables para el secado de manos

PROTOCOLO DE INGRESO A LA EMPRESA

- Una vez se ingrese al puesto de trabajo se debe realizar la limpieza de este.
- El ingreso de clientes y proveedores será limitado y agendado, propiciando la atención virtual. En caso de que sea necesaria la atención presencial les será enviado junto con el agendamiento de su cita el protocolo de Bioseguridad que será de obligatorio cumplimiento.
- El acceso a los ascensores será de acuerdo a lo dispuesto por la administración del edificio.
- Los domicilios se recibirán afuera de la recepción y a las bolsas se les aplicará alcohol, al momento de ingreso a la oficina.

MATERIALES:

- Agua limpia y jabón liquido
- Alcohol glicerinado con una concentración entre el 60% y 95%
- Toallas desechables para el secado de manos

PROTOCOLO DE INGRESO A OTRAS INSTITUCIONES

Los colaboradores de Casyber Ltda se deben acoger a los protocolos de ingreso estipulados por las instituciones donde se preste el servicio.