



Lineamientos para actividades de concentración en centros comerciales, cines, supermercados y centros o espacios de acondicionamiento físico debido a la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19)

Versión 1
11 de marzo 2020

Contenido

Alcance	3
Características Generales	3
Recomendaciones generales a la población	4
Lineamientos	¡Error! Marcador no definido.
Centros Comerciales	5
Cines	6
Supermercados	6
Centros o espacios de acondicionamiento físico	4
Anexos	8

Alcance

La aplicación de estas medidas para las actividades de concentración en centros comerciales, cines, supermercados y centros de acondicionamiento físico; es de acatamiento obligatorio, en todo el territorio nacional, como parte de las acciones preventivas y de mitigación dictadas por el Ministerio de Salud para la atención de la alerta por COVID-19.

Estos lineamientos se revisarán de forma periódica y se publicará la versión vigente en la página web del Ministerio de Salud:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

Características Generales

Los coronavirus (CoV): son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV).

Tipos: La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).

Recomendaciones generales a la población

Actualmente no existe una vacuna para prevenir la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19). La mejor manera de prevenir enfermedades es evitar exponerse a este virus. Sin embargo, como recordatorio, se recomiendan acciones diarias para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias, que incluyen:

- Evitar el contacto cercano con personas que están enfermas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Quédese en casa cuando presente síntomas (fiebre, tos, congestión nasal, dolor de garganta) relacionados con esta enfermedad.
- Cúbrase cuando tose o estornude con un pañuelo desechable, luego tírelo a la basura o utilice el protocolo de estornudo en caso de que no cuente con pañuelos desechables.
- Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia con un desinfectante, con alcohol o paño de limpieza doméstico.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol de un grado de al menos 70%.

Lineamientos:

Estas medidas se recomiendan para toda aquella actividad que favorezca el surgimiento de una cadena de transmisión, generada por la concentración de personas en un mismo lugar.

Centros o espacios de acondicionamiento físico

- Garantizar la rotulación en espacios visibles de los protocolos de tos, estornudo y lavado de manos y otras formas de saludar. Ver anexos.
- Las superficies que se tocan con frecuencia (máquinas de ejercicio, equipos de pesas, indumentarias o accesorios en general para la disciplina practicada, pasamanos, pomos de puertas, ascensores, escaleras eléctricas, entre otros), deberán ser limpiadas con solución de alcohol al 70% o desinfectantes comerciales frecuentemente.

- En el caso de espacios con máquinas para circuitos, funcionales o estaciones asegúrese de que los productos de limpieza y desinfección estén disponibles en espacio de práctica.
- Equipar las instalaciones y servicios sanitarios con: papel higiénico, agua potable, jabón anti bacterial para lavado de manos, alcohol en gel con una composición de al menos 70% de alcohol o etanol y toallas de papel para el secado de manos.
- Las superficies del baño, el inodoro y ducha deberán ser limpiadas con material desechable y desinfectadas diariamente con un desinfectante doméstico que contenga cloro a una dilución 1:100 (1 parte de cloro y 99 partes de agua), preparado el mismo día que se va a utilizar (10 ml de cloro al 5% por cada litro de agua).
- Las personas encargadas de la limpieza deberán protegerse con guantes mientras realizan las labores de limpieza e higiene. Tras efectuar la limpieza se deberán realizar higiene de manos.
- Mantener la limpieza y desinfección en las instalaciones, las oficinas y equipos de trabajo (teléfonos, teclados, ratón, materiales y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente).
- En caso de tener aires acondicionados los mismos deberán tener revisión y mantenimiento adecuado con bitácora visible al público de su realización. Es importante mencionar que este debe de hacerse con recambio de aire y no recirculando.

Centros Comerciales

- Equipar las instalaciones y servicios sanitarios con: papel higiénico, agua potable, jabón anti bacterial para lavado de manos, alcohol en gel con una composición de al menos 70% de alcohol o etanol y toallas de papel para el secado de manos.
- Garantizar la rotulación en espacios visibles los protocolos de tos, estornudo y lavado de manos y otras formas de saludar. Ver anexos (disponibles en el siguiente link: <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms> del Ministerio de Salud).
- Las superficies que se tocan con frecuencia (pasamanos, botoneras, pomos de puertas, fichas de parqueo, bandejas de comida, apoya brazos, asientos, ascensores, escaleras eléctricas, entre otros), deberán ser limpiadas con solución de alcohol al 70% o desinfectantes comerciales frecuentemente.
- Las superficies del baño y el inodoro deberán ser limpiadas con material desechable y desinfectadas diariamente con un desinfectante doméstico que contenga cloro a una dilución 1:100 (1 parte de cloro y 99 partes de agua), preparado el mismo día que se va a utilizar (10 ml de cloro al 5% por cada litro de agua).
- Las personas encargadas de la limpieza deberán protegerse con guantes mientras realizan las labores de limpieza e higiene. Tras efectuar la limpieza se deberán realizar higiene de manos.

- Mantener las oficinas y los lugares donde se realizan las actividades bien ventilados, sin crear corrientes bruscas de aire.
- En caso de tener aires acondicionados los mismos deberán tener revisión y mantenimiento adecuado con bitácora visible al público de su realización. Es importante mencionar que este debe de hacerse con recambio de aire y no recirculando.
- La limpieza y desinfección se deberá realizar también a los equipos de trabajo de las instalaciones de la empresa (teléfonos, teclados, ratón, materiales y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente).
- Asegúrese de que los productos de limpieza estén disponibles en sitio de trabajo, incluyendo limpiador doméstico y desinfectante.

Cines

- Garantizar la rotulación en espacios visibles en las boleterías y zona de venta de alimentos (dulcería, cafetería entre otros) los protocolos de tos, estornudo y lavado de manos y otras formas de saludar. Ver anexos
- Las superficies que se tocan con frecuencia (pasamanos, pomos de puertas, bandejas de comida, apoya brazos, asientos, ascensores, escaleras eléctricas, entre otros), deberán ser limpiadas con solución de alcohol al 70% o desinfectantes comerciales frecuentemente.
- Las personas encargadas de la limpieza deberán protegerse con guantes mientras realizan las labores de limpieza e higiene. Tras efectuar la limpieza se deberán realizar higiene de manos.
- En caso de tener aires acondicionados los mismos deberán tener revisión y mantenimiento adecuado con bitácora visible al público de su realización. Es importante mencionar que este debe de hacerse con recambio de aire y no recirculando.
- La limpieza y desinfección se deberá realizar también a las zonas y equipos de trabajo de las instalaciones de la empresa (teléfonos, teclados, ratón, materiales y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente).

Supermercados

- Garantizar la rotulación en espacios visibles de los protocolos de tos, estornudo y lavado de manos y otras formas de saludar. Ver **anexos**.
- Las superficies que se tocan con frecuencia (pasamanos, carros de compra, pomos de puertas, fichas de parqueo, ascensores, escaleras eléctricas, entre otros), deberán ser limpiadas con solución de alcohol al 70% o desinfectantes comerciales frecuentemente.

- Equipar las instalaciones y servicios sanitarios con: papel higiénico, agua potable, jabón anti bacterial para lavado de manos, alcohol en gel con una composición de al menos 70% de alcohol o etanol y toallas de papel para el secado de manos.
- Las superficies del baño y el inodoro deberán ser limpiadas con material desechable y desinfectadas diariamente con un desinfectante doméstico que contenga cloro a una dilución 1:100 (1 parte de cloro y 99 partes de agua), preparado el mismo día que se va a utilizar (10 ml de cloro al 5% por cada litro de agua).
- Las personas encargadas de la limpieza deberán protegerse con guantes mientras realizan las labores de limpieza e higiene. Tras efectuar la limpieza se deberán realizar higiene de manos.
- Mantener la limpieza y desinfección en las instalaciones, las oficinas y equipos de trabajo (teléfonos, teclados, ratón, materiales y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente).
- En caso de tener aires acondicionados los mismos deberán tener revisión y mantenimiento adecuado con bitácora visible al público de su realización. Es importante mencionar que este debe de hacerse con recambio de aire y no recirculando.
- Los carritos y bandejas utilizadas por los usuarios en las compras deben ser lavados y desinfectados una vez al día, además se debe de disponer de desinfectante para que los clientes que deseen limpiar tengan acceso a los productos.

Anexos

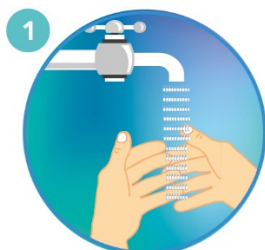
Protocolo de lavado de manos

¿Cómo lavarse las manos?

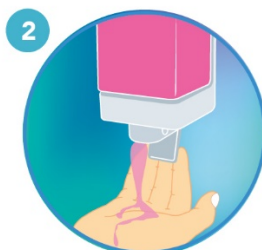


DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



Humedezca las manos con agua y cierre el tubo



Aplique suficiente jabón



Frote sus manos palma con palma



Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa



Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados



Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos



Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa



Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



Enjuague abundantemente con agua



Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable



Use la toalla para cerrar la llave



Ministerio
de **Salud**

¿Cuándo hay que lavarse las manos?



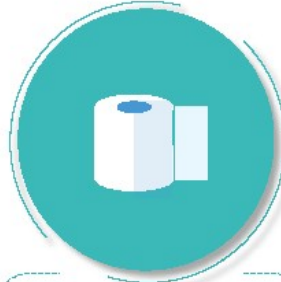
Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



Antes de tocarse la cara



Antes de preparar y comer
los alimentos



Después de
ir al baño



Antes y después de
cambiar pañales



Después de toser
o estornudar



Después de visitar o atender
una persona enferma



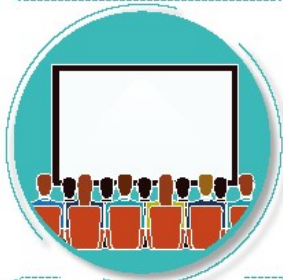
Después de
tirar la basura



Después de utilizar
el transporte público



Después de
estar con mascotas



Luego de estar en
zonas públicas



Después de
tocar dinero o llaves



Después de tocar pasamanos o
manijas de puertas

Protocolo de estornudo



Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



CUBRA SU BOCA Y NARIZ
CON LA PARTE SUPERIOR DEL
BRAZO, HACIENDO UN SELLO
PARA EVITAR SALIDA
DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE
CON UN PAÑUELO
DESECHABLE



DEPOSITE EL PAÑUELO
EN EL BASURERO,
NO LO LANCE
AL MEDIO AMBIENTE



NUNCA SE TOQUE LA CARA
SI NO SE HA LAVADO
LAS MANOS
CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!

Otras formas de Saludar



No tocarse la cara



NO
se toque la cara
si no se ha
lavado las manos