

Annex 3. Pautes per el correcte ús material de protecció individual en relació a l'alerta per COVID-19

En les tasques on no es pugui garantir la distància interpersonal de dos metres entre els treballadors, mitjançant una protecció col·lectiva o mitjançant mesures o procediments d'organització del treball, es farà ús dels equips de protecció individual.

Als centres de treball es disposaran de pantalles protectores, mascaretes i guants.

El correcte ús de les mascaretes i guants es fonamental per evitar possibles vies d'entrada de l'agent biològic; es igualment important la col·locació dels elements com el procés de retirada per tal d'evitar el contacte amb zones contaminades i/o dispersió del mateix.

Es recorda que s'ha de mantenir en tot moment una correcta higiene de mans.

Técnica de higiene de manos con agua y jabón y antisepsia con preparados de base alcohólica (FIG 1)

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

GUANTS:

Es faran servir els guants quan s'ha de manipular cures a un infant, canvi de bolquers, neteja de vòmits, manipular papers (documents, cartes, informes...), paqueteria, eines i/o equips i que no es pugui garantir que estiguin desinfectats.

No es faran servir tota la jornada laboral.

- **Tipus de guants:** es faran servir guants de vinil o nitril.
- **Com posar-se i llevar-se els guants:**

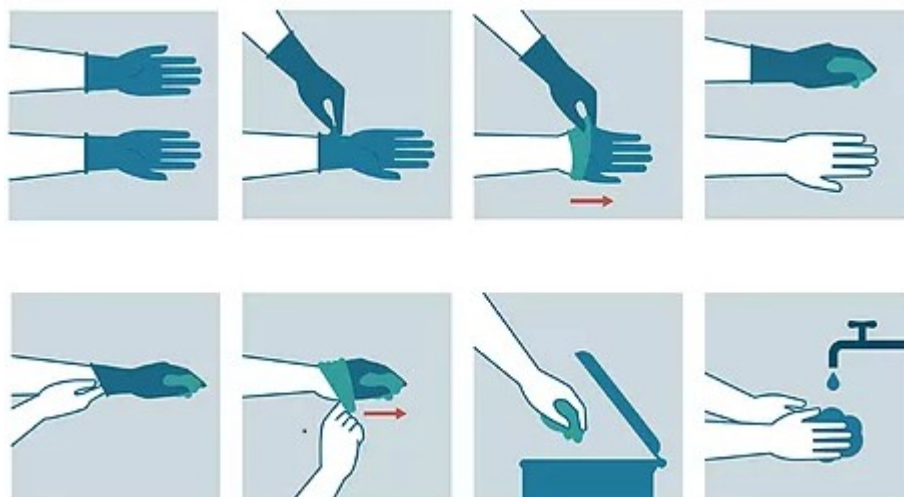
Els guants són d'un sol ús per a cada persona, no es poden reutilitzar.

Abans de començar és molt important rentar-bé les mans amb aigua i sabó durant 40 o 60 segons, o amb solució hidroalcohòlica. Comprovar que els guants estiguin en bon estat. Cal llevar-se anells, polseres, rellotges i altres elements que podrien foradar o esqueixar els guants. S'han de retirar aquests elements abans de rentar-se les mans.

Mentre dugueu els guants no us podeu tocar la pell, especialment la cara. Tampoc es poden fer accions com menjar, beure o fumar.

- **Com llevar-se els guants:**

Per llevar-se els guants de manera correcta s'aconsella pessigar lleugerament la part inferior del guant, desplaçar cap a l'exterior, retirar sense tocar l'interior del guant, recollir-lo amb la mà protegida, introduir dos dits a l'interior del guant que encara està posat, retirar-lo, donar-li la volta tocant només la part interna, llençar-los a la paperera amb tapa i després rentar-se les mans, mai es deixaran damunt de la taula o superfícies .



MASCARETES:

Les mascaretes són d'ús obligatori per al personal docent amb tasca d'atenció presencial al públic si no es pot mantenir la distància de seguretat de 2 metres o si no hi ha mampares de protecció.

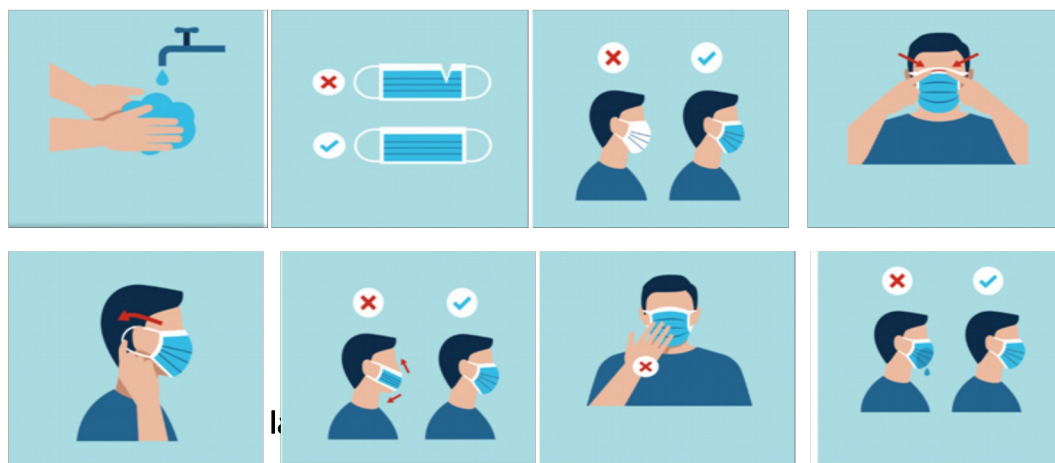
Per la resta de treballadors/es sense tasques d'atenció al públic, les mascaretes són d'ús obligatori en zones comuns, o en situacions en què no puguin mantenir la distància mínima de seguretat.

- **Tipus de mascaretes:** quirúrgiques o higièniques.
- **Com posar-se la mascareta?**

Abans de començar és molt important rentar-bé les mans amb aigua i sabó durant 40 o 60 segons, o amb solució hidroalcohòlica.

Agafar la mascareta, comprovar que està en bones condicions d'ús. Assegurar-se que la banda correcta de la mascareta queda cap en fora. Cal cobrir-se la boca i el nas, és important que no quedi cap forat entre la cara i la mascareta. Ajustar-la amb les cintes a les orelles, o darrera el cap, ajustar la vareta de damunt el nas per garantir un bon ajustament damunt el nas i verificar que cobreix el nas i la boca correctament.

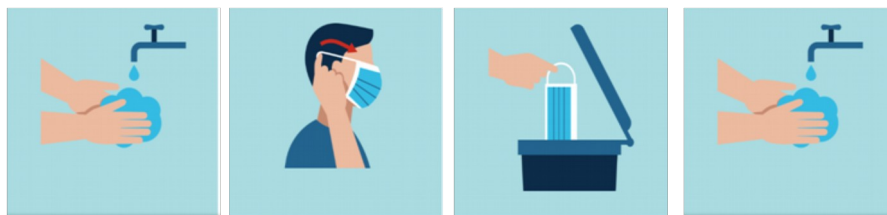
Durant el seu ús, s'ha de intentar no tocar-la. En cas de fer-ho, tornarà a ser necessari rentar-se les mans immediatament. Les mascaretes s'han de canviar per altres de noves quan queden mullades pel seu ús.



- **Com llevar-se mascareta?**

Per llevar-se la mascareta prèviament cal rentar-se les mans. És molt important llevar-se-la des de enrere cap a endavant aguantant les cintes, mai des de la part davantera de la mascareta. Després depositar-la a una paperera amb tapa de residus domèstics, no es deixarà damunt de les superfícies de feina .

Després de llevar-se la mascareta cal tornar a rentar-se les mans amb aigua i sabó.



PANTALLES FACIALS:

Es un protector que cobreix la totalitat o una part de la cara i ulls

Es pot utilitzar davant l'exposició a diferents riscos entre ells la protecció davant gotes de fluids, esquitxades d'agents químics o biològics.

Una vegada retirats es poden netejar amb els guants, amb aigua i sabó o amb alcohol de 70°

Figura 3. Secuencia de colocación y retirada del equipo de protección

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

PAUTES PER UNA CORRECTA HIGIENE DE MANS:

El rentat de mans amb aigua i sabó és la primera elecció, en cas de no poder accedir hi la solució hidroalcohòlica és l'acció de prevenció més eficaç front al coronavirus



CONSELLERIA
D'EDUCACIÓ, UNIVERSITAT
I RECERCA



CONSELLERIA
D'SALUT I CONSUM

Apropa (Ctrl+0)

Com rentar-se les mans per protegir-se i protegir els altres

Amb solució hidroalcohòlica o amb aigua i sabó.

Aplicau-vos solució hidroalcohòlica a les mans. 	Mullau-vos les mans i aplicau-vos-hi sabó. 	Per què? La correcta higiene de les mans és una mesura essencial per a la prevenció de totes les infeccions, també les provocades pel nou coronavirus.
Fregau un palmell amb l'altre. 	Fregau el palmell de la mà dreta sobre el dors de l'esquerra i viceversa. 	Fregau un palmell amb l'altre amb els dits entrellaçats. 
Fregau el dors dels dits contra el palmell oposat amb els dits travats. 	Fregau per rotació els dits de la mà esquerra tancada al voltant del dit polze dret i viceversa. 	Fregau per rotació les puntes juntes contra el palmell de la mà contrària o viceversa. 
Si heu utilitzat solució hidroalcohòlica eixugau-vos les mans «a l'aire». 	Si heu utilitzat sabó eixugau-vos les mans amb una tovalloleta de paper. 	Quan? Després d'esternudar o sonar-se el nas, després del contacte amb algú que esternuda o tus, després d'emprar el bany, el transport públic o de tocar superfícies brutes, i abans de dinar.