

**GUÍA SANITARIA DE BIOSEGURIDAD POST-  
COVID-19 PARA USO DE RÍOS,  
BALNERARIOS, CENTROS TURÍSTICOS Y  
SIMILARES**

**OCTUBRE 2020**



## INTRODUCCIÓN

El Ministerio de Salud de Panamá pone a disposición estas guías sanitarias para el uso de las playas tanto públicas como privadas, en el contexto del retorno a las actividades cotidianas de la comunidad en medio de la situación por la pandemia por COVID-19.

La Dirección General de Salud Pública, del Ministerio de Salud, en cumplimiento del decreto xxxxxx de octubre de 2020, “**que autoriza la xxxxxxxx**”, formula el presente documento con el que se pretende estandarizar la guía de uso de las playas públicas, privadas y balnearios, que debe ser implementado y cumplido, a fin de poder retornar a la normalidad de forma segura para todos.

Tomando en cuenta las características y las vías de transmisión conocidas para el SARS-CoV-2, en el caso de las piscinas se considera que el buen funcionamiento, mantenimiento y desinfección adecuada de piscinas o jacuzzis deberían inactivar el virus que causa COVID-19. Esto implica que el principal riesgo de las piscinas debido al virus SARS-CoV-2 no es el agua.

Los dos principales riesgos son las interacciones interpersonales sin respetar las distancias mínimas de seguridad y no realizar una limpieza y desinfección adecuadas de las superficies de las zonas comunes.

Por ello, además de estas guías que ponemos a disposición de la comunidad es necesario que cada administrador de playas o balnearios “públicas o privadas” debe garantizar el buen estado y mantenimiento en condiciones sanitarias adecuadas para el uso seguro por el público.

En la página web del Ministerio de Salud podrá encontrar una colección de documentos que le orientarán sobre los aspectos más relevantes de la enfermedad y los medios más eficaces para su prevención y control. El enlace es: <http://minsa.gob.pa/coronavirus-covid19>



### **OBJETIVO GENERAL:**

Reiniciar la utilización de los espacios públicos y privados en playas de manera segura y por ende disminuir el riesgo de contagio por SARS-CoV-2, en los usuarios.

### **OBJETIVOS ESPECIFICOS:**

1. Establecer lineamientos de bioseguridad ante el covid-19 en los espacios públicos de playas, ríos y también balnearios, playas de uso privado, centros turísticos y similares.
2. Definir lineamientos específicos para el uso seguro de las playas, ríos, balnearios, centros turísticos y similares, de manera segura evitando contagios por el covid-19.

De igual manera, aquellas de uso privado como en Clubes, balnearios y Phs de playas, deben establecer las guías específicas, basadas en lo emitido por el MINSA.



## GUÍA SANITARIA DE BIOSEGURIDAD POST-COVID-19 PARA USO DE RÍOS, BALNEARIOS, CENTROS TURÍSTICOS Y SIMILARES

ASPECTO	MEDIDAS
<b>GENERALES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Los balnearios, centros turísticos y similares que cuenten con espacio de playas y ríos para uso de público o privado deben cumplir con lo establecido en estas guías con el fin de salvaguardar la salud y seguridad todos los usuarios de este servicio</li><li>• Se hará uso del espacio de playa, en la modalidad de burbuja familiar de hasta 7 personas, garantizando que, entre cada grupo de burbuja familiar, que se guarde la distancia de 2 metros entre cada burbuja. Se reducirá el número de burbujas para hacer uso de la playa si no se puede contar con la citada distancia.</li><li>• No podrán hacer de uso de la playa personas que presenten síntomas sospechosos de Covid-19, personas contactos de casos positivos o que hayan sido hisopadas y estén en espera de sus resultados, así como aquellos que estén bajo aislamiento domiciliario.</li><li>• Si se trata de una instalación con acceso a playa (Ph o balneario), la instalación debe disponer de señalización adecuada para que las personas puedan hacer uso efectivo de la playa de acuerdo con los lineamientos de bioseguridad.</li><li>• Mantener las áreas con buena ventilación. En caso de áreas cerradas donde se hace uso de aire acondicionado no dirigir el flujo de aire directo a los trabajadores y usuarios.</li><li>• Se recomienda a la población NO compartir ropa, toallas, equipos deportivos, botellas, lentes de sol y acuáticos, tablas de surf, flotadores, esnórquel, juguetes, entre otros artículos de uso personal con personas que no pertenezcan a su burbuja familiar.</li><li>• No compartir alimentos ni bebidas con personas que no pertenezcan a su burbuja familiar. De preferencia se recomienda a la población llevar sus propios alimentos y bebidas.</li><li>• No se permiten paseos. SOLO se permite acudir a playas y ríos en burbujas familiares (personas que viven en la misma casa).</li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• No realizar eventos, fiestas y reuniones que involucre aglomeraciones de personas en las áreas.</li><li>• No se permite vendedores ambulantes de comidas y bebidas en las playas, ríos y balnearios.</li><li>• En aquellos balnearios, centros turísticos o similares que ofrezcan algún servicio de alimentos y bebidas deben cumplir con los lineamientos establecidos en la <b>Guía sanitaria para operaciones de restaurantes, fondas y similares post COVID-19.</b></li><li>• En aquellos balnearios, centros turísticos o similares que cuenten con piscinas deben cumplir los lineamientos de la <b>Guía sanitaria para operaciones de piscinas.</b></li><li>• Aquellos balnearios, centros turísticos o similares que cuenten canchas o campos para deportes como basquetbol, futbol, racquetball, flat futbol, tenis, volleyball entre otras se debe cumplir los lineamientos de la <b>Guía sanitaria para organizaciones deportivas post COVID-19.</b></li><li>• Importante: Todas las guías sanitarias de operaciones post COVID-19 pueden ser consultadas en <a href="http://www.minsa.gob.pa/informacion-salud/planes-protocolos-y-guias-covid-19-0">http://www.minsa.gob.pa/informacion-salud/planes-protocolos-y-guias-covid-19-0</a></li></ul>
<p><b>COMITÉ ESPECIAL DE SALUD E HIGIENE PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DEL COVID-19</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si se trata de una instalación con acceso a playa (Ph o balnearios, centros turísticos y similares), deberán crear un “Comité Especial de Salud e Higiene para la Prevención y Atención del COVID-19”.</li><li>• Este comité debe estar conformado por un mínimo de 2 colaboradores y tendrá una vigencia mientras dure la pandemia. Resolución No. DM-137-2020, 16 de marzo de 2020.</li><li>• Deben desarrollar un protocolo del establecimiento en el que se establezcan los mecanismos para implementar y monitorear el cumplimiento de medidas de prevención y control recomendadas</li></ul>
<p><b>CUMPLIMIENTO DE LOS PROTOCOLOS Y GUIAS SANITARIOS</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Las administraciones de los balnearios, centros turísticos y similares deben manejar la información actualizada y oficial del COVID-19 en Panamá y debe cumplir con las Guías y Protocolos sanitarios emitidos por el Ministerio de Salud.</li><li>• Tiene la responsabilidad de mantener informado sobre las medidas de prevención y control, situación del COVID-19 a</li></ul>



	<p>los trabajadores, capacitarlos periódicamente sobre el tema y vigilar el estricto cumplimiento de las mismas.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Los trabajadores y usuarios deben contar con la información clara y actualizada de COVID-19, sobre las medidas de prevención y control. Afiches, mensajes, cintillos, murales, etc.</li><li>• Vigilar el estricto cumplimiento de las normas establecidas por los trabajadores y usuarios de playas, ríos, balnearios, centro turísticos y similares.</li></ul> <p>Página web MINSA: <a href="http://www.minsa.gob.pa/informacion-salud/planes-protocolos-y-guias-covid-19-0">http://www.minsa.gob.pa/informacion-salud/planes-protocolos-y-guias-covid-19-0</a></p>
<b>MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL</b>	
<b>HIGIENE DE MANOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si se trata de una instalación con acceso a playa (Ph o balneario, centros turísticos y similares), es obligatorio mantener la provisión continua de insumos básicos de higiene de manos (agua, jabón líquido, papel toalla y dispensadores gel alcoholado mínimo al 70%). Instalar dispensadores de gel alcoholado en todas las oficinas o áreas administrativas, áreas comunes, entradas, servicios sanitarios y en aquellos lugares donde hay mayor circulación de personas.</li><li>• Colocar recordatorios visuales por medio de afiches, tableros informativos, murales o mediante el uso de medios electrónicos para recordar a todos los usuarios la importancia de la higiene de manos y la técnica correcta.</li><li>• Todos aquellos administrativos y personal de atención a los usuarios, tienen la responsabilidad de realizar higiene de manos con agua y jabón líquido o con gel alcoholado en los 5 momentos recomendados, al ingresar a la instalación y a la hora de salida, así como después de ir al baño, después de tocar superficies de contacto, así como antes y después de atender al público.</li><li>• Realizar periódicamente el lavado de manos con agua y jabón o el uso de gel alcoholado. El gel alcoholado no es efectivo cuando las manos están visiblemente sucias o</li></ul>



	<p>grasosas, por lo que es necesario retirar la arena de las manos o el protector solar antes de la aplicación del gel alcoholado.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Todos los usuarios deberán portar elementos para realizar la higiene de manos mientras hacen uso del espacio de playa o río.</li><li>• Todo trabajador y usuario de las playas, ríos, balnearios, centros turísticos y similares debe: lavarse las manos con agua y jabón o usar gel alcoholado al llegar y salir de la playa, antes o después de la manipulación de mascarillas, al tocar superficies de alto contacto o aquellas que se tocan con frecuencia, o cambio de actividad, así como antes y después de ir al baño, entre otros momentos que considere necesario.</li></ul>
<p><b>USO DE MASCARILLA, ETIQUETA RESPIRATORIA Y OTRAS RECOMENDACIONES</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Uso obligatorio de mascarillas por todo el personal administrativo y de atención en las comunidades de playa (Ph y/o balnearios), así como los usuarios al momento de ingresar.</li><li>• La administración de las comunidades de playa (Ph y/o balnearios) debe exigir a sus usuarios el uso de la mascarilla para ingresar al recinto.</li><li>• Uso obligatorio de mascarillas por todos los trabajadores y usuarios de las playas, ríos, balnearios, centros turísticos y similares. Se podrá retirar la mascarilla para el ingreso al agua, recuerde mantener distancia física de dos metros con personas que no son de su burbuja familiar o que no viven con usted.</li><li>• Sustituir la mascarilla en caso de que se moje o ensucie.</li><li>• Se recomienda además de la mascarilla el uso de protector facial cuando el distanciamiento físico de 2 metros no pueda cumplirse. El uso de protección facial no exime el uso de mascarilla.</li><li>• Colocar recordatorios visuales por medio de afiches, tableros informativos, murales o algún otro medio, del uso de la mascarilla, su correcta colocación y evitar tocar la mascarilla, ni la boca, ojos y nariz.</li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vigilar que todo el personal administrativos y usuarios use las mascarillas correctamente. El uso de mascarillas es obligatorio, según lo establecido por el Ministerio de Salud para todo el personal dentro y fuera del establecimiento y los que han de movilizarse por motivo de sus funciones, en caso de que se trate de comunidades de playa, balnearios, centros turísticos y similares.</li><li>• Cumplir con la etiqueta respiratoria o higiene de la tos:<ul style="list-style-type: none"><li>○ Provisión de pañuelos desechables.</li><li>○ En aquellos momentos no se esté utilizando la mascarilla se debe mantener distanciamiento físico de dos metros con otras personas y cumplir con la etiqueta respiratoria al toser o estornudar en el ángulo del antebrazo o en un pañuelo desechable, el cual deberán descartar en un envase destinado para esos desechos y realizar higiene de manos inmediatamente.</li><li>○ Solo podrán despojarse de la mascarilla en los momentos en que estén usando la playa o estén en compañía de su burbuja. De movilizarse a otras áreas debe usar su mascarilla.</li></ul></li></ul>
<p><b>DISTANCIAMIENTO FÍSICO</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Implementar mecanismos para mantener un distanciamiento físico de dos metros entre las burbujas familiares que hagan uso del espacio de playa, de la comunidad de playa, balneario y/o centro turístico, así como en los ríos.</li><li>• Las zonas de estancia de los usuarios se harán por burbuja familiar, estableciendo una distribución espacial que garantice la distancia de al menos 2 metros entre los grupos de usuarios mediante señales en el suelo limitando los espacios. Los objetos personales (toallas, etc.) permanecerán dentro del perímetro establecido, evitando contacto con el resto de los usuarios.</li><li>• Utilice estacas, paraguas, tumbonas, tiras entre otros artículos para separar los espacios en el área de las playas y ríos con el fin de garantizar el distanciamiento físico entre las burbujas familiares.</li></ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>• Usar de preferencia espacios al aire libre y posteriormente ocupar las áreas cerradas.</li><li>• Controle el uso de áreas cerradas como baños, centros de visitantes, áreas de descanso, duchas, entre otras, con el fin de evitar aglomeraciones.</li><li>• Un personal asignado deberá monitorear que los usuarios mantengan distanciamiento físico dentro de la instalación. En el caso de que el distanciamiento físico sea menor a 2 metros no debe ser por un periodo mayor a 15 minutos, evite el contacto físico.</li><li>• Evitar el contacto físico. No realizar gestos de celebraciones o saludos como apretones de manos, abrazos, chocar las manos, entre otros.</li><li>• En el área de comedor de trabajadores se debe mantener distanciamiento físico de 2 metros, por lo que se pueden implementar estrategias como turnos escalonados, determinación de capacidad del área para definir cuantas personas pueden comer simultáneamente con el fin de evitar aglomeraciones y vigilancia estricta del cumplimiento de las medidas.</li><li>• Promover la adopción de tecnologías para minimizar el traspaso de documentos físicos:<ul style="list-style-type: none"><li>• Reservas, ventas y pagos en línea</li><li>• Manipulación de tarjetas de crédito sólo por los usuarios.</li><li>○ Sistema de facturación electrónica</li></ul></li></ul>
<b>USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL EPP</b>	<p>El uso del equipo de protección personal para protección del COVID-19 y otras enfermedades va a depender del tipo de actividad que se realice y el nivel de riesgo al que se encuentre expuesto.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Utilizar protección facial además de mascarilla cuando haya riesgo de contaminación de los ojos a partir de salpicaduras o gotas u otros riesgos o en aquellos momentos donde el distanciamiento físico de 2 metros no pueda cumplirse en los cuales el contacto no debe exceder los 15 minutos.</li><li>• El uso de guantes sólo será necesario en caso de que por la actividad de la persona se requiera como el personal de aseo, por ejemplo. Es importante recordar que el uso de los guantes no sustituye el lavado de manos.</li></ul>



<b>MANEJO DE DESECHOS</b>	<p>Al usar mascarilla desechable, otros equipos desechables y materiales contaminados, es fundamental utilizarlos y desecharlos correctamente para evitar que aumente el riesgo de transmisión asociado con su uso y su eliminación, por lo que es necesario cumplir con la normativa sobre manejo de desechos y su disposición final (para mayor información consultar la página web <a href="http://www.minsa.gob.pa">www.minsa.gob.pa</a>)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ubicar envases para desechos comunes en todas las áreas comunes.</li><li>• Manejo de mascarillas y pañuelos desechables:<ul style="list-style-type: none"><li>○ Se recomienda un manejo diferenciado de estos desechos. Ubicar envases señalizados (afiches indicando la disposición de mascarillas y pañuelos desechables), con tapa y doble bolsa en áreas donde haya mayor concentración de personas.</li><li>○ Establecer horarios y rutas para la recolección y traslado de los desechos cuando sea necesario.</li><li>○ Realizar limpieza y desinfección de los envases de desechos cada día.</li></ul></li></ul>
<b>COMPROMISO DE LA INSTALACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cumplir con toda la normativa de bioseguridad, asegurando que sus usuarios también las cumplan a cabalidad.</li><li>• Proveer los insumos para la limpieza y desinfección.</li><li>• Proveer todos los recursos e insumos al personal de aseo y administrativos para que puedan hacer cumplir la normativa de bioseguridad de manera segura para todos.</li></ul>
<b>LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cumplir con lo establecido en la Guía de limpieza y desinfección de superficies publicada en <a href="http://www.minsa.gob.pa">www.minsa.gob.pa</a></li><li>• Mantener provisión continua de insumos básicos para el proceso de limpieza y desinfección de superficies.</li><li>• Realizar capacitación/entrenamiento al personal de aseo sobre el proceso de limpieza y desinfección de superficies, uso de desinfectantes, higiene de manos.</li><li>• Supervisar constantemente al personal de aseo, confeccionar y utilizar listas de verificación de limpieza de áreas y superficies de alto contacto de la instalación.</li><li>• Limpieza y desinfección de toda la instalación al menos 2 veces al día.</li></ul>



- Realizar la limpieza y desinfección de superficies de alto contacto cada 2 horas, como manijas o cerraduras de las puertas, agarraderos o baranda de escaleras, grifos de lavamanos y fregador, neveras, palanca de inodoros. agarraderos, botones de acceso de las puertas, teclados del microondas, estructuras para trepar y jugar entre otras superficies.
- Realizar limpieza y desinfección de artículos compartidos como mesas, tumbonas, paraguas, chalecos salvavidas, tablas de surf u chapaletas entre otras después de cada uso.
- En caso de ofrecer alquiler de equipos como botes, kayaks, tablas de surf, motos de agua, bananas, entre otros, realizar limpieza y desinfección después de cada uso.
- Realizar limpieza frecuente de filtros y mantenimiento preventivo del sistema de aire acondicionado, en las áreas donde existan.
- Aplicar solución desinfectante de acuerdo con los productos autorizados y registrados por el Ministerio de Salud y según las especificaciones de las guías para limpieza de superficies publicadas en la página web del MINSA.
- Inspección visual a cargo del responsable, para hacer la debida evaluación, control y seguimiento, comprobando que se ejecuten las anteriores actividades.
- Para las labores de limpieza y desinfección se utilizarán paños y materiales de un solo uso.
- Tras cada limpieza, los materiales empleados y los equipos de protección utilizados se desecharán de forma segura, procediéndose posteriormente al lavado de manos
- Realizar una limpieza y desinfección profunda (limpieza que involucra paredes, ventanas, techos, pisos, entre áreas) cada 7 días en áreas de alto riesgo.
- Realizar limpieza y desinfección inmediata de derrames de fluidos corporales (vómitos, sangre, heces, entre otras).

Documento de referencia: Guía de limpieza y desinfección de superficies en instalaciones sanitarias donde se manejen casos sospechosos o confirmados por COVID-19. MINSA, febrero 2020.

<http://www.minsa.gob.pa>



<p><b>HORARIOS ESPECIALES Y RESTRICCIÓN DE NÚMERO DE PERSONAS</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• El horario de uso de estos servicios será de 6 am a 4 pm.</li><li>• Establecer medidas especiales para personal de grupos vulnerables (personal de salud adultos mayores de 60 años, personal con comorbilidades, mujeres embarazadas etc.) para los cuales se podrá considerar la modalidad del teletrabajo o ubicación en áreas de menor riesgo. Pueden hacer uso de vacaciones acumuladas, si se tienen disponibles.</li></ul>
<p><b>CONTROL DE SÍNTOMAS EN TRABAJADORES Y USUARIOS</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Se debe realizar toma de temperatura al ingreso de la instalación a todo el personal trabajadores y usuarios con el fin de determinar síntomas iniciales del COVID-19. Para esta actividad debe usarse termómetros de no contacto, y realizar limpieza y desinfección del equipo posterior a su uso.</li><li>• A los trabajadores se le debe tomar diariamente al inicio de la jornada, llevando un registro de la temperatura y que síntomas adicionales presentan relacionados con el COVID-19, también se recomienda realizar un monitoreo aleatorio en el día.</li><li>• Cuando el trabajador o usuario presente alguno de los síntomas del COVID-19 como tos, fiebre igual o mayor a 38 °C o dificultad para respirar, debe ser referido a la Instalación de Salud más cercana o instruido a llamar al 169 o ROSA.</li><li>• Si se identifica un caso positivo de COVID-19 entre los trabajadores o usuarios, limpie y desinfecte el área según lo establecido en la guía de limpieza y desinfección de A los trabajadores se le debe tomar diariamente al inicio de la jornada, llevando un registro de la temperatura y que síntomas adicionales presentan relacionados con el COVID-19, también se recomienda realizar un monitoreo aleatorio en el día.</li><li>• Cuando el trabajador o usuario presente alguno de los síntomas del COVID-19 como tos, fiebre igual o mayor a 38 °C o dificultad para respirar, debe ser referido a la Instalación de Salud más cercana o instruido a llamar al 169 o ROSA.</li><li>• Se recomienda realizar un monitoreo aleatorio en servicios durante el día.</li></ul>



## MANEJO DEL ESTRÉS LABORAL

- Realizar actividades para el manejo del estrés como pequeñas pausas activas durante la jornada de trabajo con el objetivo de realizar ejercicios de estiramiento, respiración, buscar agua para hidratarse, ir al baño, etc., también podrán implementarse otro tipo de estrategias de apoyo psicológico

NOTA: Estas guías están basadas en los Lineamientos Generales para el Retorno a la Normalidad de las Empresas Post COVID-19 en Panamá adoptadas mediante Resolución N° 405 del 11 de mayo de 2020, publicada en Gaceta Oficial 29021-B. Estas Normativas son de estricto cumplimiento, al igual que las normativas sanitarias y de salud ocupacional vigentes.