

**LINEMIENTOS SANITARIOS GENERALES DE
BIOSEGURIDAD PARA INSTALACIONES DE
SALUD PÚBLICAS Y PRIVADAS, POST
COVID-19**

Mayo 2020



INDICE

CONTENIDO	PAGINA
INTRODUCCIÓN	2
I. ALCANCE	3
II. OBJETIVO GENERAL	3
III. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	3
IV. MEDIDAS SANITARIAS PARA INSTALACIONES DE SALUD PÚBLICAS Y PRIVADAS - `POST. COVID-19	4
1.- ORGANIZACIÓN DE COMITÉ ESPECIAL DE SALUD E HIGIENE PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DEL COVID-19 EN CADA INSTITUCIÓN PÚBLICA O PRIVADA, EMPRESAS Y SECTOR ECONÓMICO	5
a.- CUMPLIMIENTO DE LOS PROTOCOLOS Y GUIAS SANITARIOS EMITIDOS POR LA AUTORIDAD SANITARIA	6
2.- MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL	6
a.- HIGIENE DE MANOS FRECUENTE	6
b.- USO DE MASCARILLAS, ETIQUETA RESPIRATORIA Y OTRAS RECOMENDACIONES	7
c.- DISTANCIAMIENTO FÍSICO	8
d.- EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL	12
e.- LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES	13
f.- MANEJO DE DESECHOS SOLIDOS HOSPITALARIOS	14
3.- ESTABLECER HORARIOS ESPECIALES Y RESTRICCIÓN DE NÚMERO DE PERSONAS, ASÍ COMO OTRAS MODALIDADES COMO EL TELETRABAJO	14
4.- MONITOREO DE SÍNTOMAS DEL PERSONAL DE SALUD Y USUARIOS	15
5.- MANEJO DEL ESTRÉS LABORAL	16
V. ANEXOS	17
ANEXO 1: LOS 5 MOMENTOS DE HIGIENE DE MANOS	18
ANEXO 2: HIGIENE DE MANOS CON AGUA Y JABON	19
ANEXO 3: HIGIENE DE MANOS CON GEL ALCOHOLADO	20
ANEXO 4: HIGIENE RESPIRATORIA O ETIQUETA DE LA TOS	21
ANEXO 5: PAUSA ACTIVA LABORAL	22
ANEXO 6: MODELO ACTA DE CONFORMACIÓN DE COMITÉS	24
ANEXO 5: PROPUESTA DE MATRIZ DE LLENADO	25
VI. REFERENCIAS	26



INTRODUCCIÓN

La paralización de las actividades laborales y la suspensión temporal de algunos servicios en las instalaciones de salud fueron consecuencias de la cuarentena declarada por el Estado panameño ante la crisis originada por la pandemia de COVID-19. Las medidas adoptadas fueron necesarias para reducir al máximo el riesgo de propagación del coronavirus en los lugares de trabajo, instalaciones de salud y en todos los entornos sociales que se caracterizan por una alta movilidad, aglomeración y contacto cercano entre personas.

La enfermedad COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por un virus SARS-CoV-2. Los síntomas principales incluyen fiebre con tos o dificultad para respirar. El SARS-Cov-2 puede transmitirse de persona a persona por medio de gotitas (partículas > a 5 micras) cuando una persona estornuda, tose o habla o por contacto con superficies contaminadas (fómites). Hasta el momento, no se ha documentado su transmisión por vía aérea. Basados en lo anterior, la implementación estricta de medidas básicas de prevención y control como el distanciamiento físico, el cumplimiento de precauciones estándar, la limpieza y desinfección apropiadas de superficies en las instalaciones de salud y, otras medidas de aplicación masiva como el uso de mascarillas en toda la población, juegan un rol preponderante para la mitigación de este problema de salud pública.

La evidencia científica sobre COVID-19 aún está en desarrollo, por lo que las medidas recomendadas en esta guía son dinámicas y podrán ser actualizadas en la medida en que los estudios demuestren que existen otros factores o estrategias que deban ser aplicadas en el contexto de la atención en salud para prevenir la diseminación de la enfermedad. Es importante tomar en consideración, que hallazgos preliminares demuestran que un alto porcentaje de los casos puede cursar la enfermedad sin síntomas y tener la capacidad de transmitir la enfermedad a otras personas.

En este contexto, las instalaciones de salud públicas y privadas del país deben organizar los Comités de salud e higiene por COVID-19 e iniciar el proceso de adecuación y puesta en práctica de las medidas de prevención y control establecidas para el reinicio gradual de los servicios de salud suspendidos, velando principalmente por la seguridad de los usuarios de los servicios como del personal de salud.



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>

Esta guía ha sido revisada y consensuada con la Comisión Multidisciplinaria para el asesoramiento dentro de los procesos para prevención y control del Covid-19 (resolución 233 del 2 de marzo de 2020), debe ser empleada como una referencia para las instalaciones de salud públicas y privadas con la cual podrán ajustar los protocolos y guías existentes relacionados con los mecanismos de implementación y monitoreo.

I. ALCANCE

Esta guía está dirigida a todas las Instalaciones de Salud públicas y privadas en todo el territorio nacional.

II. OBJETIVO GENERAL

Establecer los lineamientos generales para lograr la adherencia de forma estricta por las instalaciones de salud públicas y privadas a las medidas de prevención y control ante el riesgo de infección por COVID-19.

III. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Organizar el comité especial de salud e higiene para la prevención y atención del COVID-19 en las instalaciones de salud públicas y privadas.
2. Establecer los lineamientos de prevención y control para el adecuado abordaje de las actividades de atención frente al riesgo de infección por COVID-19 en las instalaciones de salud públicas y privadas.
3. Verificar el cumplimiento de los lineamientos de prevención y control para el abordaje de las actividades de atención frente al riesgo de infección por COVID-19 en las instalaciones de salud públicas y privadas.
4. Procurar la provisión suficiente de equipos de protección personal e insumos para cumplimiento de las medidas de prevención y control en las instalaciones de salud públicas y privadas en el contexto de un uso racional de los mismos.
5. Determinar las acciones y responsabilidades de carácter técnico con enfoque multidisciplinario, para la implementación de las medidas de



prevención y control en las instalaciones de salud públicas y privadas frente a COVID-19.



6. Realizar el monitoreo y seguimiento del personal de salud y pacientes con síntomas por COVID-19.
7. Tomar medidas de control del estrés laboral con el interés de mitigar riesgos psicosociales y evitar agravamiento de las secuelas producto de la actividad laboral.

IV. MEDIDAS SANITARIAS PARA INSTALACIONES DE SALUD PÚBLICAS Y PRIVADAS POST COVID-19

Las instalaciones de salud públicas y privadas deben cumplir los siguientes (5) puntos establecidos para la prevención y control de infecciones por COVID-19 y en base a estos desarrollar protocolos específicos para cada instalación basado en un análisis individual donde se establecerán los mecanismos de implementación y monitoreo para el cumplimiento de las mismas.

1. Organización del comité especial de salud e higiene para la prevención y atención del COVID-19 en cada instalación de salud pública o privada.
 - a. Cumplimiento de los protocolos y guías para COVID-19 emitidos por el Ministerio de Salud.
2. Medidas de prevención y control para personal de salud, pacientes y acompañantes:
 - a. Higiene de manos
 - b. Uso de mascarillas, etiqueta respiratoria y otras recomendaciones
 - c. Distanciamiento físico
 - d. Equipo de protección personal
 - e. Limpieza y desinfección de superficies
 - f. Manejo desechos sólidos hospitalarios
3. Horarios especiales y restricción del número de personas.
4. Monitoreo de síntomas en el personal de salud y usuarios de los servicios.
5. Manejo del Estrés laboral



1. ORGANIZACIÓN DE COMITÉ ESPECIAL DE SALUD E HIGIENE PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DEL COVID-19 EN INSTALACIONES DE SALUD PÚBLICAS Y PRIVADAS.

Las instalaciones de salud públicas y privadas crearán un “**Comité Especial de Salud e Higiene para la Prevención y Atención del COVID-19**”, integrado por un mínimo de 2 a 6 trabajadores, dependiendo del tamaño de la empresa, Resolución No. DM-137-2020, de lunes 16 de marzo de 2020. Deberán confeccionar un acta de formación del comité (ver Anexo 6)

Este comité es especial, exclusivamente conformado para atender la prevención y control por COVID-19 dentro de las instalaciones de salud públicas y privadas en todo el territorio nacional, independientemente de la existencia de Comités Hospitalarios permanentes, como, por ejemplo: Comité de Infecciones Asociadas a la Atención en Salud (IAAS), comité de Bioseguridad y comité de Calidad, entre otros; con los que deberán trabajar en conjunto para el fiel cumplimiento de estas medidas. El término de funcionamiento del comité será por el tiempo que dure la pandemia por el COVID-19 indicado por el Ministerio de Salud de acuerdo con los pronunciamientos de la Organización Mundial de la Salud.

El Comité especial de salud e higiene para la prevención y control del COVID-19 en las instalaciones de salud públicas y privadas tendrá entre sus responsabilidades:

- a. Elaborar y/o actualizar los protocolos y procedimientos internos relacionados con la prevención y control del COVID-19. (ver Anexo 7)
- b. Monitorear el cumplimiento de todas las medidas sanitarias, establecidas por el Ministerio de salud para garantizar la salud de la personal y sus usuarios.
- c. Establecer los mecanismos para detectar oportunamente al personal de salud y usuarios con síntomas respiratorios y realizar las coordinaciones para su diagnóstico, seguimiento y aislamiento en caso de resultar positivo.
- d. Mantener actualizado a todo el personal de salud sobre el comportamiento epidemiológico del COVID-19, realizar capacitaciones sobre la prevención y control post COVID-19 y las Guías y Protocolos de atención, medidas de prevención y control, entre otros establecidos por el Ministerio de Salud.
- e. Desarrollo y divulgación de material de promoción sobre medidas de prevención (higiene de manos, uso de mascarilla, entre otras) e información sobre COVID-19.
- f. Establecer mecanismos para procurar la provisión suficiente de insumos para el cumplimiento de las medidas establecidas.



- g. Colaborar en el análisis y evaluación de la implementación de guías, protocolos y procedimientos internos y proponer las medidas correctivas a necesarias para evitar conductas inseguras que puedan dar oportunidad a la ocurrencia de contagios de virus.

a. CUMPLIMIENTO DE LOS PROTOCOLOS Y GUIAS SANITARIAS EMITIDOS POR EL MINISTERIO DE SALUD

Para una mejor comprensión de cómo se transmite, como está evolucionando y conocer las Medidas de Prevención y Control del COVID-19 puede visitar el sitio web del Ministerio de Salud y el campus virtual de la de la OPS/OMS Panamá en los siguientes enlaces <http://minsa.gob.pa/coronavirus-covid19> y <https://panama.campusvirtualesp.org/covid-19>.

Todas las instalaciones de salud públicas o privadas deben conocer la información actualizada y oficial del comportamiento epidemiológico de COVID-19 en Panamá y debe contar con las guías y protocolos emitidos por el Ministerio de Salud, además tienen la responsabilidad de mantener informados a todo el personal de salud, capacitar periódicamente sobre el tema y vigilar el estricto cumplimiento de las mismas por parte del personal de salud y los usuarios de los servicios.

2. MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL

a. HIGIENE DE MANOS FRECUENTE (LAVADO DE MANOS)

Todo el personal de salud debe realizar higiene de manos en los cinco momentos recomendados en la atención (ver Anexo 1), al ingresar a la instalación y a la hora de salida, así como después de ir al baño, antes de colocarse y después de retirarse el equipo de protección Personal (EPP), después de tocar superficies de alto contacto, entre otros momentos.

Todos los pacientes y acompañantes deberán realizar higiene de manos al ingresar a la instalación, después de la atención, así como después de ir al baño, antes de colocarse la mascarilla y después de retirarla, de igual manera cuando por el tipo de atención y/o procedimiento se requiera que el paciente no use la mascarilla, después de tocar superficies de alto contacto, entre otros.

La higiene de manos puede realizarse con agua y jabón líquido con o sin antiséptico preferiblemente o usando soluciones de gel alcoholado con un mínimo de 70%. Cuando las manos están evidentemente sucias se debe realizar higiene de manos con agua y jabón. (ver Anexo 2 y 3)



Responsabilidad de la Instalación de Salud

- Procurar la provisión suficiente y oportuna de insumos básicos para higiene de manos en todas las áreas de atención de pacientes y de uso común en las Instalaciones de salud.
- Realizar jornadas de educación continua a todo el personal de salud y pacientes sobre medidas de prevención y control de COVID-19 incluyendo todo lo concerniente a higiene de manos, realizar actividades que estimulen el cumplimiento de esta medida (pausa de higiene de manos, docencias incidentales, entre otros) y colocar recordatorios visuales.
- Vigilar el cumplimiento de esta medida.

b. USO DE MASCARILLAS, ETIQUETA RESPIRATORIA Y OTRAS RECOMENDACIONES.

Todo el personal de salud y pacientes deben usar mascarillas quirúrgicas.

No se permite el uso de mascarillas de tela por personal de salud (profesionales, técnicos y administrativos), ni a pacientes hospitalizados en las instalaciones de salud públicas y privadas.

Uso correcto de las mascarillas:

- Realizar higiene de manos antes de colocársela
- Colocarse la mascarilla cubriendo boca y nariz y haciendo los ajustes necesarios.
- No tocar la parte frontal de la mascarilla durante su uso.
- Reemplazar por una nueva cuando este húmeda o visiblemente sucia.
- Retirar cuidadosamente sin tocar la parte frontal.
- Descartar adecuadamente y realizar higiene de manos.

Etiqueta respiratoria y otras recomendaciones

En aquellos momentos en que no se use mascarilla tales como hora de almuerzo, merienda entre otros, se debe cumplir con la etiqueta respiratoria: cubrirse la nariz y boca con el ángulo del brazo o con un pañuelo desechable al toser o estornudar, desecharlo y realizar higiene de manos (ver Anexo 4)

Recordar a todo el personal de salud y pacientes que deben seguir adicional las siguientes medidas:

- No compartir artículos, ni alimentos.
- Mantener bien ventiladas las áreas de trabajo.



- No tocarse los ojos, boca ni nariz con las manos.
- No saludar de besos, ni de manos o abrazos;
- Evitar escupir en el suelo y en otras superficies expuestas al medio ambiente.

Responsabilidad de la Instalación de Salud

- Proveer de mascarillas quirúrgicas diariamente a todo el personal de salud y pacientes hospitalizados, así como pañuelos desechables para el cumplimiento de la etiqueta respiratoria.
- Realizar docencias sobre la importancia de su uso, su correcta colocación y descarte.
- Colocar recordatorios visuales en todas las áreas de atención.
- Vigilar que todo el personal de salud y pacientes de las instalaciones utilicen las mascarillas correctamente.

c. DISTANCIAMIENTO FÍSICO

Se deben implementar mecanismos para mantener un distanciamiento físico de al menos dos metros entre las personas en las áreas de atención, salas de espera, en el área de ingreso a la instalación, oficinas, entre otros espacios en las instalaciones de salud públicas y privadas. Es menester tomar en cuenta para este distanciamiento físico las diferentes actividades y procedimientos realizados por área, tales como: salón de operaciones, odontología, sala de partos, fisioterapia, entre otros.

1. Manejar sistemas de citas por medio de centros de llamadas o atención vía telefónica en los casos que esta modalidad aplique. Orientar a los pacientes a llegar 30 minutos antes a la instalación de salud con el fin de evitar aglomeración en las entradas.
2. Mantener un control de ingreso a las instalaciones de salud. Asignar un personal que oriente a los pacientes y familiares sobre las medidas que deben implementar dentro de la instalación, incluyendo el distanciamiento físico al hacer la fila de ingreso. No se debe permitir el ingreso a acompañantes, a menos que EL PACIENTE sea un menor de edad o que la persona requiera asistencia durante su atención (adultos mayores, personas con discapacidad, entre otros).
3. Establecer salas de espera separadas para pacientes sintomáticos respiratorios de otros tipos de atención. Estas salas deben estar identificadas y las sillas señalizadas para mantener el distanciamiento físico de dos metros entre pacientes.



4. Realizar un análisis de las condiciones de infraestructura y los espacios en oficinas administrativas para poder definir el número de personal en cada área manteniendo el distanciamiento físico de al menos dos metros de distancia.
5. Realizar un análisis de condiciones de infraestructura y espacios en las salas de espera para poder definir el número de sillas que estarán disponibles. Señalizar las sillas con el fin de indicar aquellos sitios que no deben ser ocupados por otras personas para garantizar el distanciamiento físico.
6. Señalizar las áreas para orientar el distanciamiento físico (ya sea por marcación en el piso u otro tipo de separador) en las entradas (fuera de la instalación), áreas de registros médicos, farmacia, laboratorio, caja u otro tipo de servicios donde se requiera realizar filas.
7. Adecuar las áreas para atención del público por el personal administrativo a fin de evitar el contacto directo con personas por medio de instalación de ventanillas.
8. En la atención odontológica, los pacientes, odontólogos y personal auxiliar presentan un alto riesgo a contagiarse de Covid-19 durante los procedimientos debido a que conllevan comunicación cara a cara con el paciente y familiares, con la consecuente producción de aerosoles (saliva, sangre y otros fluidos). Por lo que se recomienda tomar medidas adicionales debido a que en la atención se pueden presentar pacientes durante el periodo de incubación o en forma asintomática.
9. Se debe realizar una evaluación de la infraestructura de la instalación, evaluación de riesgo y establecer medidas adicionales para lograr el distanciamiento por métodos alternos como escafandras y/o cámaras de poliuretano. En aquellos consultorios donde se cuente con dos o más sillones dentales se podrá implementar alguna de las siguientes estrategias:
 - Colocar separadores de espacio entre sillones confeccionados con materiales de fácil limpieza y desinfección.
 - Limitar el uso simultáneo de sillones dentales, cuando sea posible.



- Establecer horarios escalonados de los profesionales con la finalidad de no realizar actividades de riesgo (procedimientos generadores de aerosoles) simultáneamente.
- Existen tres niveles de medidas protectoras de acuerdo con situaciones específicas:
 - a. Protección primaria. Específica para colaboradores directos del médico u odontólogo, como: Gorro, mascarilla, bata quirúrgica desechable gafas protectoras o visor y guantes desechables de látex.
 - b. Protección secundaria: Específica para médico u odontólogo, como: Gorro y mascarilla desechables, gafas protectoras con cubierta lateral, visor y batas desechables o vestidos quirúrgicos y guantes de latex desechables.
 - c. Protección terciaria: (protección reforzada con pacientes sospechosos o confirmados con COVID-19) aunque no debe ser atendido en el consultorio, si esto ocurre se debe usar doble bata quirúrgica desechable. Además, usar gorro, gafas protectoras con cubierta lateral, visor, tapabocas quirúrgico desechable, guantes de látex desechables y polainas impermeables¹
- Uso de enjuagues bucales antes del tratamiento: El objetivo del uso de enjuagues previos a la atención, es disminuir la carga en saliva de microorganismos orales, incluyendo la COVID-19. Puede ser más útil en procedimientos donde no se requiera el uso de tela de caucho. Se puede utilizar peróxido de hidrógeno al 1% o yodopovidona al 0.2%. En niños que no puedan realizar enjuagues se pueden utilizar rollos de algodón embebidos en alguna de estas soluciones²
- Desinfección y características del consultorio: En el consultorio se debe evitar tener celulares, revistas, folletos educativos, juguetes, o cualquier objeto al alcance de pacientes o cuidador, ya que estos son de difícil desinfección.

¹ Peng, X., Xu, X., Li, Y., Cheng, L., Zhou, X., & Ren, B. (2020). Transmission routes of 2019-nCoV and controls in dental practice. *International Journal of Oral Science*, 12(1), 1

² ADA Interim Guidance for Management of Emergency and Urgent Dental Care. (2020, April 1). Retrieved from. [https://www.ada.org/~media/CPS/Files/COVID/ADA_Int_Guidance_Mgmt_Emerg-Urg_Dental_COVID19.pdf](https://www.ada.org/~/media/CPS/Files/COVID/ADA_Int_Guidance_Mgmt_Emerg-Urg_Dental_COVID19.pdf)



10. Evaluar el uso de mascarillas de protección N95 para las áreas donde por razón de los procedimientos no es posible mantener el distanciamiento físico, como los salones de operaciones y las áreas de intervención odontológicas.
11. Distanciamiento físico del personal de salud en áreas comunes: señalización de áreas, establecimiento de horarios o turnos escalonados para el uso de la cocina, salón de reuniones y demás áreas. En caso de coincidir con otras personas, se debe mantener distancia de 2 metros en el área establecida.
12. En aquellas instalaciones que cuenten con ascensores, reducir la capacidad de personas al 50% (colocar señalización en piso) y promover el uso de las escaleras en aquellas personas que no tengan impedimento para su uso.
13. Promover la adopción de tecnologías para minimizar el traspaso de documentos físicos como uso de expediente electrónico y centro de llamadas para cita y consultas.
14. En aquellas instalaciones de salud donde se hospitalicen pacientes debe mantenerse la distancia mínima de 1.5 a 2 metros entre las camas, uso de mascarilla obligatorio en todos los pacientes y orientarlos sobre las medidas de prevención establecidas y el manejo que deben tener durante su hospitalización (evitar compartir objetos, higiene de manos frecuentemente, entre otros aspectos).
15. Para las actividades extramuros (vacunación, atención domiciliaria, entre otros) minimizar la exposición de personal, mantener distanciamiento físico de dos metros de otras personas durante estas visitas, y cumplimiento de las precauciones estándar.
16. Sólo se permitirá el ingreso a las instalaciones de salud a personas que tengan programada una cita de atención, vayan a retirar de medicamentos (presentar constancia), entre otras. No se debe permitir el ingreso a vendedores ambulantes de ningún tipo.
17. En caso de transporte del personal en los vehículos de la institución se debe evaluar la capacidad del vehículo y ajustarla para garantizar el distanciamiento apropiado. Los conductores y el personal deberán en todo momento utilizar mascarillas, realizar higiene de manos con frecuencia, y realizar limpieza y desinfección de las superficies que se tocan con más frecuencia como: timón, palanca de cambio, manijas de las puertas, sillas entre otros, antes y después de cada movilización.



d. EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

El uso del equipo de protección personal para prevención el 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.

1. La instalación de salud debe mantener una provisión continua de todos los elementos de protección personal, dependiendo de las actividades que van a realizar (bata manga larga, guantes, mascarilla quirúrgica/respirador N95, pantalla o lentes de protección, entre otros elementos) en los diferentes entornos de atención o de apoyo.
2. El personal de salud tiene la responsabilidad de hacer uso correcto y racional del EPP, realizar una constante evaluación de riesgo al momento de su uso, seguir las guías de uso del EPP establecido por el Ministerio de Salud y realizar una adecuada disposición de estos desechos.
3. El uso de guantes está indicado en las actividades sanitarias previstas en la atención de pacientes y de acuerdo con los protocolos establecidos por las instituciones. También para la manipulación de alimentos y personal de aseo, entre otros. Es importante recordar que el uso de los guantes no sustituye la higiene de manos.
4. Realizar entrenamiento teórico/práctico al personal de salud sobre el uso del EPP, colocación y retiro de forma segura y la importancia de la higiene de manos en el proceso.
5. Colocar en todas las áreas de atención recordatorios sobre el uso del EPP usando afiches sobre la colocación y retiro del EPP elaborados por el Ministerio de Salud o bien los contenidos en el documento de uso de EPP.
6. Supervisar el uso del EPP utilizando la lista de verificación y realizar retroalimentación inmediata sobre los hallazgos.

Responsabilidad de la Instalación de Salud

- Procurar la provisión suficiente y oportuna de los equipos de protección personal.
- Capacitar al personal de salud sobre el uso correcto de los equipos de protección personal.
- Vigilar el uso correcto de los equipos de protección personal de forma racional y segura.



e. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES

Los estudios disponibles hasta el momento no relacionan de manera concluyente la transmisión del virus COVID-19 con las superficies ambientales contaminadas. Sin embargo, se tiene evidencia de contaminación de la superficie en entornos de atención médica e información de experiencias pasadas en que se relacionó con la transmisión posterior de la infección en otros coronavirus. Por lo tanto, las medidas básicas para prevenir y controlar infecciones es realizar frecuentemente la limpieza y desinfección de las superficies en las instalaciones de salud, por lo que, se debe cumplir con los siguientes puntos:

1. Cumplir con lo establecido en la **Guía de limpieza y desinfección de superficies en instalaciones de salud donde se atiendan pacientes sospechosos o confirmados de COVID-19.**
2. Mantener provisión continua de insumos básicos para el proceso de limpieza y desinfección de superficies en instalaciones de salud (equipos, insumos y equipos de protección personal).
3. Realizar capacitación/entrenamiento al personal de aseo sobre el proceso de limpieza y desinfección de superficies, uso de desinfectantes, higiene de manos y uso del EPP.
4. Supervisar constantemente al personal de aseo, utilizar listas de verificación de limpieza y desinfección de áreas (oficinas, servicios sanitarios, entre otros) y de superficies de alto contacto de la instalación de salud.
5. Realizar limpieza y desinfección de superficies en áreas comunes como pisos, cocinas, oficinas administrativas, salas de espera, entre otras diariamente y cuando sea necesario. Hacer énfasis en superficies de alto contacto en estas áreas (manijas de las puertas, neveras, sillas, teclados de computadora, grifos de lavamanos, barandas de escaleras, celulares, pasamanos, entre otras superficies).
6. Realizar limpieza y desinfección de áreas de atención (salas de hospitalización, estaciones de enfermería, consulta externa, unidades de hemodiálisis, por ejemplo) una vez por turno haciendo énfasis en superficie de alto contacto (barandas de las camas, interruptores de luz, mesita de noche, timbres manijas o cerraduras de las puertas, agarraderos o barandas de escaleras, grifos de lavamanos, palanca de inodoros, botones de acceso de las puertas, pasamanos, entre otras).



7. Realizar una limpieza y desinfección profunda (limpieza que involucra paredes, ventanas, techos, pisos, entre áreas) cada 7 días.
8. Realizar limpieza y desinfección inmediata de derrames de fluidos corporales (vómitos, sangre, heces, por ejemplo).

f. MANEJO DE DESECHOS SÓLIDOS HOSPITALARIOS

Todas las instalaciones de salud deben cumplir con la normativa sobre el manejo de los desechos sólidos hospitalarios establecidas en el Decreto Ejecutivo N° 111, del 23 de junio de 1999.

1. Mantener provisión continua de insumos para manejo de desechos (bolsas negras, bolsas rojas, envases para objetos punzo-cortantes, envases para desechos comunes y envase para desechos bioinfecciosos).
2. Todo personal de salud debe realizar segregación de los desechos en el punto de atención y disponer según tipo de desecho en envases con bolsas negras (desechos comunes) o rojas (desechos bioinfecciosos).
3. Ubicar envases para desechos comunes en todas las áreas comunes: salas de espera, recepción, entrada de la instalación de salud, y en áreas prioritarias para el manejo de estos desechos.
4. Manejo de mascarillas y pañuelos desechables:
 - a. 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.
5. Establecer horarios y rutas para la recolección y traslado de los desechos por lo menos dos veces al día y cuando sea necesario.
6. Realizar limpieza y desinfección de los envases de desechos una vez por semana.

3. ESTABLECER HORARIOS ESPECIALES Y RESTRICCIÓN DE NÚMERO DE PERSONAS, ASÍ COMO OTRAS MODALIDADES COMO EL TELETRABAJO

Con el fin de disminuir la exposición al personal de salud y proteger la salud de los grupos más vulnerables se pueden implementar estrategias como las siguientes:



1. Evaluar los horarios de las instalaciones y verificar la posibilidad de realizar modificaciones como extensiones de horario, horarios especiales para atención de algunos servicios o grupos más vulnerables (mañana o la tarde), entre otras estrategias.
2. 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.

4. MONITOREO DE SÍNTOMAS DEL PERSONAL DE SALUD Y USUARIOS

1. Con el fin de determinar oportunamente personal de salud o pacientes con síntomas del COVID-19 se deberá realizar la toma de temperatura al ingreso de las instalaciones de salud.
2. La temperatura se debe tomar diariamente al inicio de la jornada laboral al personal y a los pacientes y acompañantes a su ingreso a la instalación. Es menester llevar un registro de la temperatura en los colaboradores y funcionarios de salud. Para esta actividad se debe utilizar termómetros de no contacto y realizar la limpieza y desinfección después de su uso.
3. En caso de que se identifique a algún personal de salud o paciente con fiebre u otro síntoma sospechoso de COVID-19, se debe priorizar la atención, estos pacientes serán ubicados inmediatamente en el área de sintomáticos respiratorios.
4. Se recomienda realizar un monitoreo aleatorio en los diferentes servicios durante el día.
5. El personal asignado al Comité COVID realizará la investigación del personal de salud con síntomas.



5. MANEJO ESTRÉS LABORAL

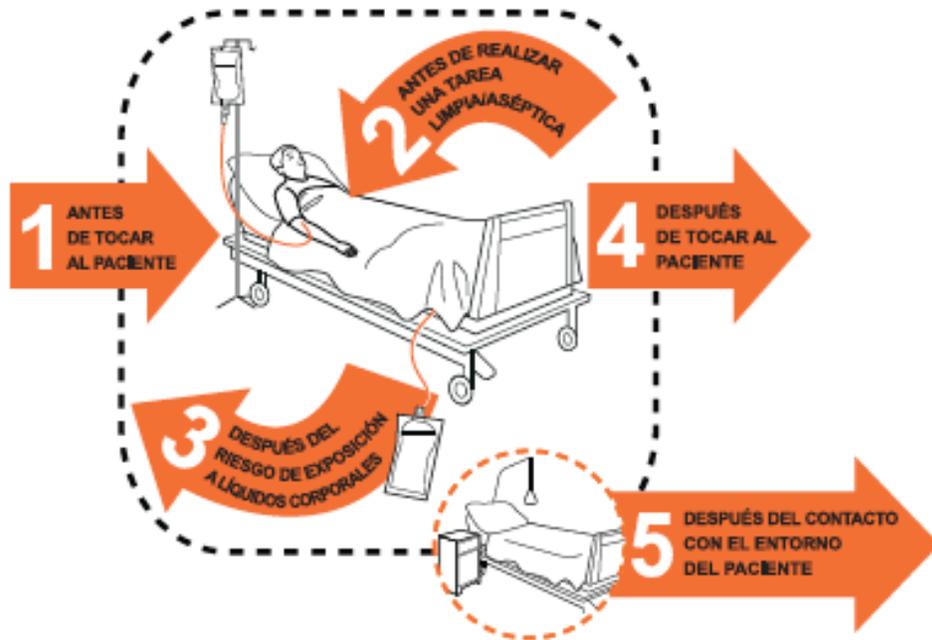
Se recomienda al personal de salud realizar actividades para el manejo del estrés como pequeñas pausas activas durante la jornada de trabajo con el objetivo de realizar ejercicios de estiramiento, respiración, buscar agua para hidratarse, ir al baño, etc., también podrán implementarse otro tipo de estrategias de apoyo psicológico (ver anexo 5)



V. ANEXOS

ANEXO 1: LOS 5 MOMENTOS DE HIGIENE DE MANOS

Sus 5 Momentos para la Higiene de las Manos



1	ANTES DE TOCAR AL PACIENTE	¿CUÁNDO? ¿POR QUÉ?	Líquese las manos antes de tocar al paciente cuando se acerque a él. Para proteger al paciente de las gérmenes dañinos que tiene usted en las manos.
2	ANTES DE REALIZAR UNA TAREA LIMPIA/ASEPTICA	¿CUÁNDO? ¿POR QUÉ?	Líquese las manos inmediatamente antes de realizar una tarea limpia/aseptica. Para proteger al paciente de las gérmenes dañinos que podrían entrar en su cuerpo, incluidos los gérmenes del propio paciente.
3	DESPUÉS DEL RIESGO DE EXPOSICIÓN A LÍQUIDOS CORPORALES	¿CUÁNDO? ¿POR QUÉ?	Líquese las manos inmediatamente después de un riesgo de exposición a líquidos corporales (y tras quitarse las guantes). Para proteger y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente.
4	DESPUÉS DE TOCAR AL PACIENTE	¿CUÁNDO? ¿POR QUÉ?	Líquese las manos después de tocar a un paciente y la zona que lo rodea, cuando deje la cabecera del paciente. Para proteger y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente.
5	DESPUÉS DEL CONTACTO CON EL ENTORNO DEL PACIENTE	¿CUÁNDO? ¿POR QUÉ?	Líquese las manos después de tocar cualquier objeto o mueble del entorno inmediato del paciente, cuando lo deje (incluye aunque no haya tocado al paciente). Para proteger y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente.



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA SANIDAD MEJOR. PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES
Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud se reserva todos los derechos reservados para cualquier información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Cualquier uso de este material por parte de la Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerado responsable de los daños que pudieran ocasionar su uso. La OMS agradece a los hospitales participantes de Chile (2020) su participación en el Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la elaboración de este material.

ANEXO 2: HIGIENE DE MANOS CON AGUA Y JABÓN

¿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 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente
UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES
Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para garantizar la información contenida en este documento. Sin embargo, el usuario publicado se distribuye en formato de impresión, ya sea impresa o digital. Consulte el texto de responsabilidad de la información y el uso de internet. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudieran ocasionar en el mundo. La OMS agradece a los Investigadores Científicos de Salud (ICS), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la elaboración de este material.

ANEXO 3: HIGIENE DE MANOS CON GEL ALCOHOLADO

¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinfectese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

⌚ Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos



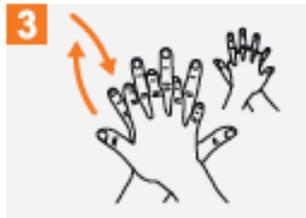
1a Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



1b Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



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;



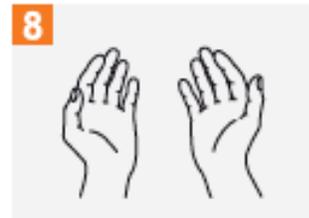
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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 Una vez secas, sus manos son seguras.



Organización
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

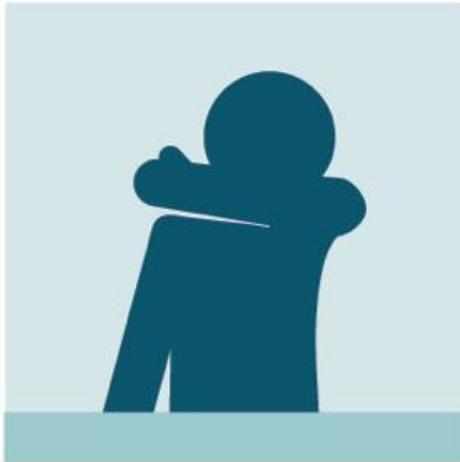
UNA MANERA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES

Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones necesarias para garantizar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material no puede ser considerado un garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Comparado al mejor conocimiento disponible en el momento de la impresión. La Organización Mundial de la Salud no puede ser considerada responsable de los daños que pudieran resultar de su uso. La OMS agradece a los beneficiarios del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la elaboración de este material.

ANEXO 4: HIGIENE RESPIRATORIA O ETIQUETA DE LA TOS



ANEXO 5: PAUSA ACTIVA LABORAL

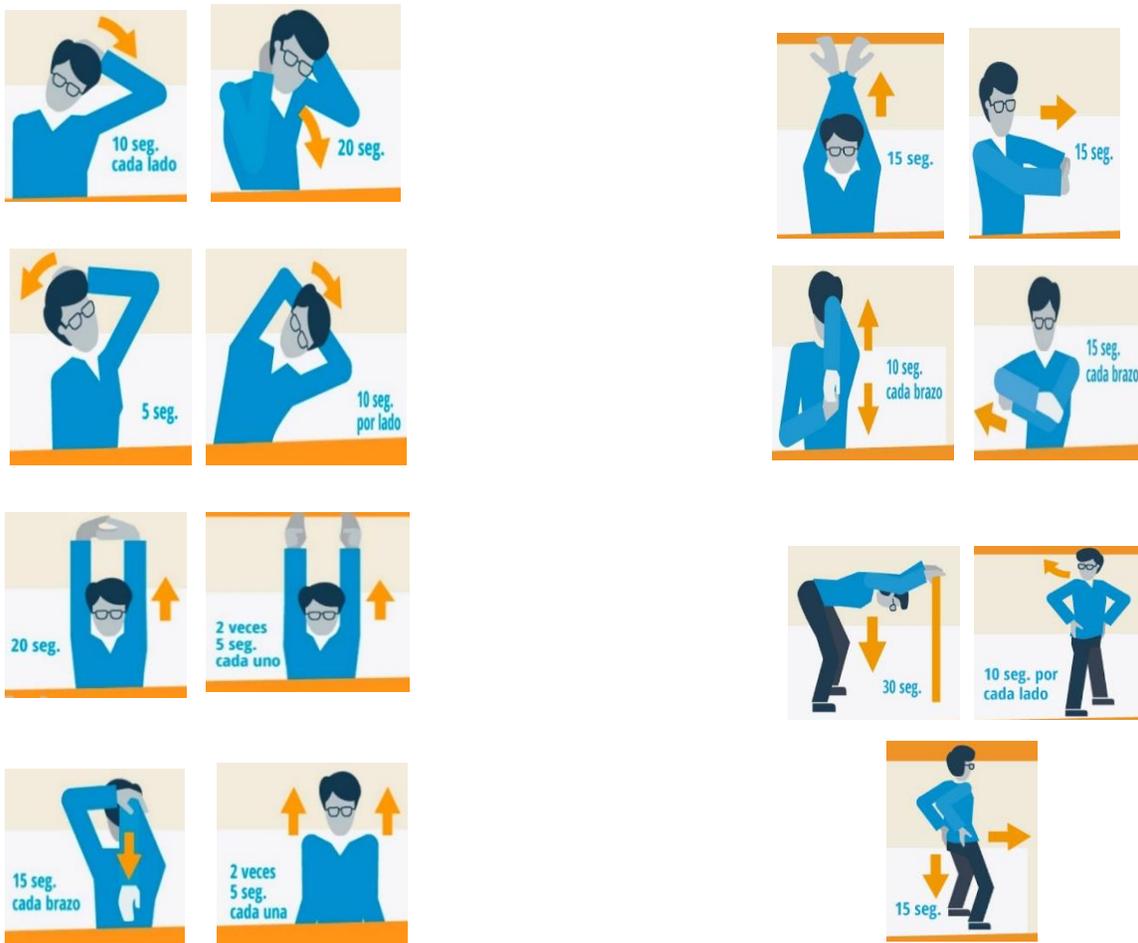
¿Qué es pausa laboral?

Consiste en una serie de movimientos que incluye estiramiento y calentamiento, que han sido diseñados para ser realizados antes, durante y después de la jornada laboral.

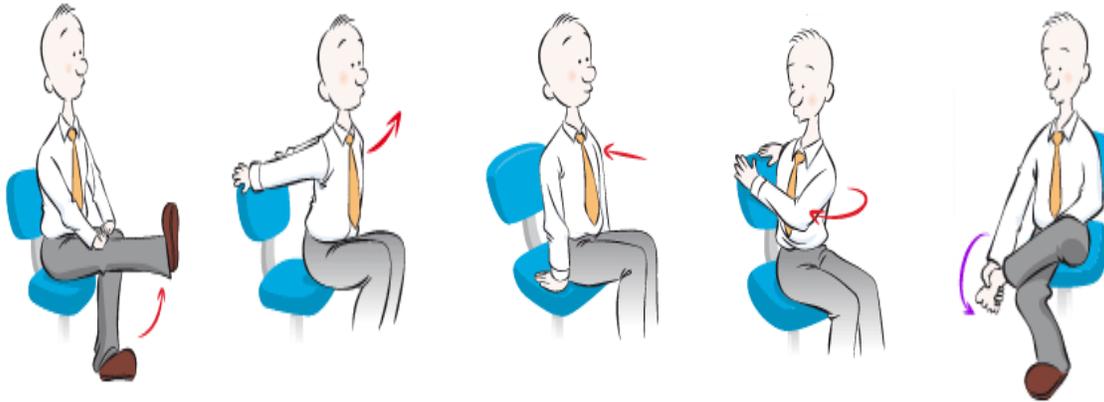
Su importancia es disminuir el riesgo de presentar una lesión o trastorno musculoesquelético para así aumentar la eficacia y confort en el trabajo.

Esta actividad es muy eficaz para aliviar el estrés, reducir la inactividad física y el sedentarismo, y así aumentar la moral de los trabajadores, prevenir lesiones posturales causadas por los movimientos y esfuerzos repetitivos como consecuencia del trabajo.

Ejercicios de cuello y hombros



Ejercicio en posición sentado



Beneficio de la Pausa Laboral

Reducen la tensión muscular.

Previene lesiones osteomusculares.

Disminuye el estrés y la sensación de fatiga.

Mejoran la atención y la concentración.

Mejoran la postura.





ANEXO 6. MODELO ACTA DE CONFORMACIÓN DE COMITÉS

DOCUMENTO PARA REGISTRAR LA CONFORMACIÓN DE LOS COMITÉ DE SALUD E HIGIENE

DATOS DE LA EMPRESA (INSTALACIÓN DE SALUD)

Nombre o razón Social	
Dirección de la empresa	
Nº Patronal	
Teléfono	

DATOS DE LOS MIEMBROS DEL COMITÉ DE SALUD E HIGIENE

Nombre de los representantes	Cargo	Firma

Dado en la ciudad de Panamá a los _____ del mes de _____



GUÍA SANITARIA PARA LAS OPERACIONES POST-COVID-19 LINIAMIENTOS SANITARIOS GENERALES DE BIOSEGURIDAD PARA INSTALACIONES DE SALUD PÚBLICAS Y PRIVADAS, POST COVID-19

ASPECTO	MEDIDAS
GENERALES	
COMITÉ ESPECIAL DE SALUD E HIGIENE PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DEL COVID-19	
CUMPLIMIENTO DE LOS PROTOCOLOS Y GUIAS SANITARIOS	
HIGIENE DE MANOS FRECUENTE	
USO DE MASCARILLA, ETIQUETA RESPIRATORIA Y OTRAS RECOMENDACIONES	
DISTANCIAMIENTO FÍSICO	
USO DE EPP	
MANEJO DE DESECHOS SOLIDOS HOSPITALARIOS	
COMPROMISO DE LA INSTALACIÓN	
MANEJO DE DESECHOS	
LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES	
HORARIOS ESPECIALES Y RESTRICCIÓN DE NÚMERO DE PERSONAS	
CONTROL DE SÍNTOMAS DEL PERSONAL DE SALUD Y PACIENTES	
MANEJO DEL ESTRÉS LABORAL	

NOTA: Estas guías están basadas en los Lineamientos Generales para el Retorno a la Normalidad para las instalaciones de salud públicas y privadas Post COVID-19 en Panamá y constituyen un complemento a las normativas existentes de salud ocupacional vigentes actualmente, las cuales son de estricto cumplimiento

VI.- REFERENCIAS

- <http://minsa.gob.pa/coronavirus-covid19>
- <https://panama.campusvirtualesp.org/covid-19>
- Circular 27/DE/089/DGSP-MS del 27 de marzo de 2020.
- Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades 2020
<https://www.cdc.gov>
- Circular No. 019/DGSP-DISSP del 27 de marzo de 2020.
- Resolución No. DM-137-2020, de lunes 17 de marzo de 2020
- Lineamientos Generales para el Retorno a la Normalidad de las Empresas Post COVID-19 en Panamá. MINSA, mayo 2020