



## **6. PROTOKOLOA**

(Azken eguneraketa: 2020/03/03)

### **EUSKAL AUTONOMIA ERKIDEGOKO EGOITZA-ZENTROETARAKO GOMENDIOAK, NEURRIAK ETA JARDUN-ARAUAK, COVID-19 KORONABIRUS KASUAK AGERTUZ GERO (*gomendio horiek alda daitezke gaixotasunaren bilakaeraren arabera*)**

Dokumentu honen helburua, egoitza-zentroetan hartzen diren higiene-neurriak indartzea eta COVID-19 koronabirusaren aurrean egoitza-zentroetan abian jarri beharko diren prebentzio-neurriak eta jardunak ezagutaraztea da. Hau da, birusaren transmisioa murriztea egoitza-zentroetako kideen artean.

#### **1. Zer da koronabirusa?**

Koronabirusek normalean animaliangan soilik eragina izaten duten birus-familia handia osatzen dute. Birus horietako batzuk animaliangandik pertsonengana transmititzeko ahalmena dute. Hortzeria arruntetik gaixotasun larriagoetara bitarteko koadro klinikoak sortzen dituzte.

Inkubazio-aldia batez besteko 5-6 egunetakoa da (tartea 1etik 14 egunetara).

SARS-CoV-2 koronabirusa, koronabirus mota berri bat da, pertsonengan eragina izan dezakeena. Lehen aldiz 2019ko abenduan atzeman zuten Txinako Hubei probintziako Wuhan hirian.

#### **2. Nola transmititzen da SARS-CoV-2 koronabirusa?**

Infekzioa pertsonatik pertsonara transmititzen da. Batez ere, 5 mikra baino gehiagoko arnas tantengatik eta infektatutako pertsonen jariakinekiko kontaktu zuzenagatik. Ez dirudi metro bat edo bi baino distantzia handiagoetara transmititu daitekeenik.

Infektatutako pertsona baten arnas-sekrezioak dituen eskua ukitzeagatik edo aurretik honekin kontaktuan izandako gainazal edo objektuak ukitu ondoren ahoa, sudurra edota begiak ukitzeagatik transmititu daiteke. Adibidez, atearen heldulekua ukitu edo gaixoari eskua eman eta gero, aurpegia ukitzea. Birusak gainazaletan orduak irauten duela uste da.



### 3. Zeintzuk dira sintomak?

Sintomarik arruntenak sukarra, eztula eta arnas-faltaren sentrazioa dira. Kasu larriagoetan, infekzioak pneumonia eragin dezake edo arnasa hartzeko zailtasun handia, giltzurrunen funtzioaren galera eta baita heriotza ere. Konplikazio horiek, oro har, adineko pertsonetan edo beste gaixotasunen bat duten pertsonetan gertatzen dira, hala nola, bihotzeko edo biriketako gaixotasuna dutenetan edo immunitate-arazoak dituztenetan.

### 4. Zer egin behar da kasu baten susmoa izanez gero?

Kasu baten susmoa izanez gero, telefono honetara deitu: **900 20 30 50**. Bertan egoera baloratuko dute, eta behar izanez gero, pazientea ospitale batera eramango da. Laborategiko emaitzak lortu arte, pertsona isolatuta mantenduko da, baieztatutako kasu baten aurrean eramaten diren kontrol-neurriak jarraituz.

### 5. Zer egin behar da kasu bat baieztatzen denean?

**Egoitza-zentro** bateko langileen edo egoiliarren artean COVID-19 kasu bat baieztatzen bada, ez da gomendatzen egoitza-zentroa ixtea. **Zaintza Epidemiologikoko Unitatea** harremanetan jarriko da zentroko zuzendaritzarekin, arriskua ebaluatzeko, kasuarekin kontaktua izan duten pertsonak identifikatzeko eta hartu beharreko neurriei buruzko aholkuak emateko.

#### **Kasuak ez badu ospitaleratu behar:**

- Ahal den neurrian, kasuak banakako logeletan isolatuko dira, eta hori ezinezkoa bada, kasuak taldekatu egingo dira. Eremu bat edo batzuk mugatzea gomendatzen da, kaltetutako pazienteak gainerakoetatik bereizita egon daitezen.
- Kaltetutako egoiliarrei jakinaraziko zaie mugimenduak ahalik eta gehien murrizteko eta gaixotu gabeko pertsonekin kontaktu esturik ez izateko. Gainera, gomendatuko zaie maskara kirurgikoa erabiltzea beste pertsonengandik 2 metro baino gutxiagora daudenean.
- Agerraldirik egonez gero, sukar eta arnasketa-sindromeen zaintza zorrotzuko da, egoiliarren artean zein langileen artean.



### **Gaixorik dagoen pazientea maneiatzeko, ondorengo neurriak hartuko dira:**

- Eskuak xaboi arruntarekin garbitu, pazientea atenditu baino lehen eta ondoren (ikusi 1. irudia).
- Odol, gorputzeko jariakin, sekrezio, eskrezio edota kutsatutako materialarekin kontaktua izango bada eskularruak jarri.
- Eskuak garbitu, eskularruak kendu ondoren.
- Maskara kirurgikoa erabili pazientearengandik 2 metro baino gutxiagora lan egiten bada.
- Material berrerabilgarria zehatz-mehatz garbitu eta/edo desinfektatu behar da, beste paziente batekin erabili aurretik.

### **Arropa garbiketa eta hondakinak:**

- Gaixoaren arropa pertsonala, ohekoa, eskuoihalak eta abar ohiko xaboi edo detergenteekin 60-90 ° C-tara garbitu eta erabat lehortzen utzi. Arropa hori poltsa hermetiko batean jarri beharko da, garbitu arte. Ez astindu arropa garbitu aurretik.
- Gaixoak erabiltzen duen edozein hondakin edo, erabili eta botatzeko materiala gelan dagoen zabor-ontzi batean sartuko da, ahal dela, zabor-ontziak estalki eta irekitzeko pedala eduki beharko du. Plastikozko poltsa gelatik atera aurretik itxi egin behar da.
- Hondakinak dituen poltsa gainerako hondakinekin baztertu ahal izango da, baldin eta hermetikoki itxitako poltsa batean sartuta badaude.
- Mahai-tresnak, edalontziak, platerak eta berrerabil daitezkeen gainerako tresnak ur beroarekin eta xaboiarekin garbituko dira, eta, ahal izatekotan, ontzi-garbigailuan, 60 gradu baino gehiagora.

### **Gainazalen garbiketa**

- Maiz ukitzen diren gainazalak (gaueko mahaitxoak, somierrak, gelako altzariak), bainugelako gainazalak eta komuna erabili eta botatzeko materialarekin garbitu eta desinfektatu beharko dira egunero. Desinfekzioa egiteko etxeko lixiba edo sodio hipoklorittoa duen disoluzio bat erabiliko da, 1000 ppmtako kloro aktiboa duena. Merkatuko lixibak erabilia gomendatutako kontzentrazioak lortzeko:
  - 50g/L-tako merkatuko lixiba: 25 mL lixiba ur litro batean gehitu.
  - 40g/L-tako merkatuko lixiba: 30 mL lixiba ur litro batean gehitu.



OSASUN SAILA  
Osasun Sailburuordetza  
Osasun Publikoaren eta Adikzioen Zuzendaritza

DEPARTAMENTO DE SALUD  
Viceconsejería de Salud  
Dirección de Salud Pública y Adicciones

Adibide moduan, “zopa-koilara” bat 15 mL-ren baliokidea da.

Lixiba erabili ezin den gainazaletan etanola erabiliko da % 70ean.

### **Garbiketaz arduratzen den pertsona maskara eta eskularruekin babestu beharko da.**

Garbiketa egin ondoren edo hondakinak ukitu ondoren, eskuak garbitu beharko ditu beti (1. irudia).

#### **Bisitarien arteko jarduna:**

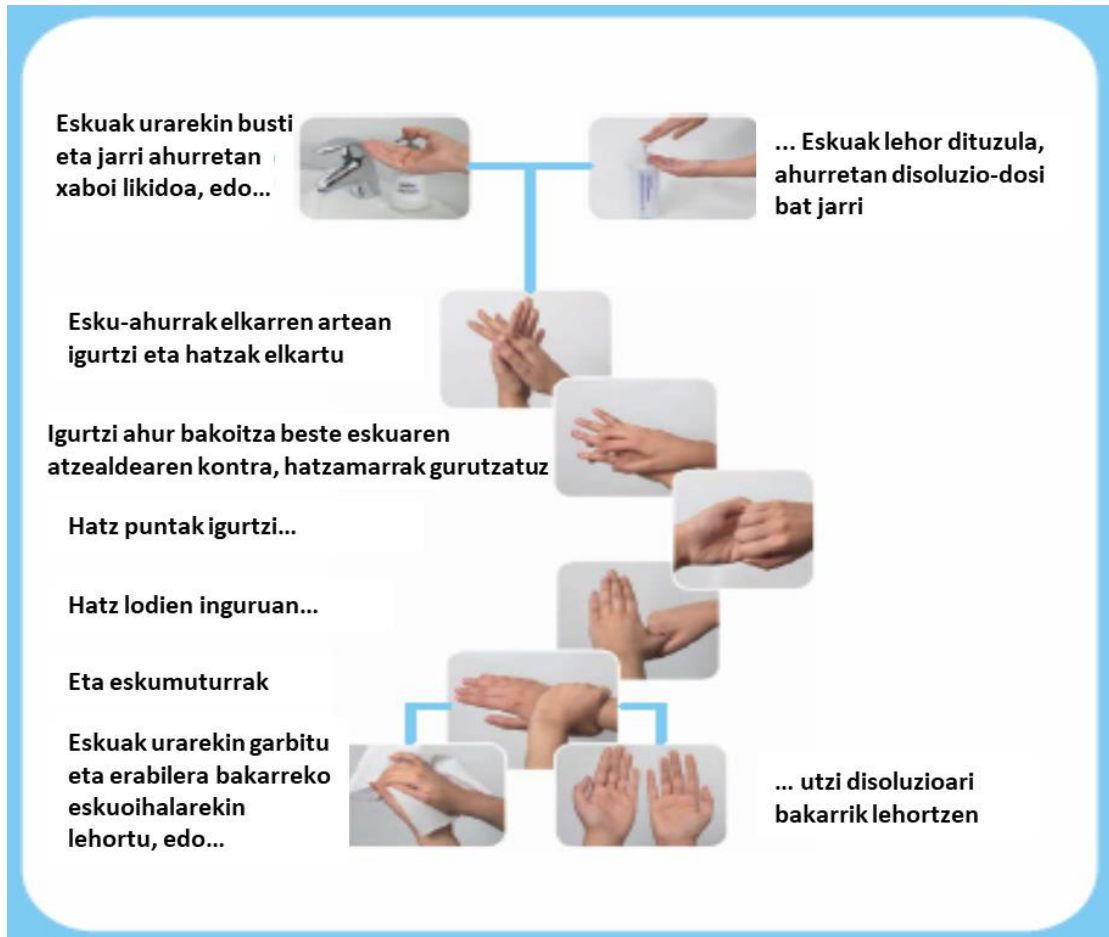
- Eskuak maiz garbitu behar dira ura eta xaboiarekin.
- Kasuaren definizioarekin bateragarriak diren sintomak dituzten bisitariari behar bezala informatuko zaie eta ez dute egoitza-zentroa bisitatu beharko.
- Agerraldi bat dagoenean, bisitak ahalik eta gehien murriztuko dira. Pertsonaren bat egoitza-zentrorra sartzea beharrezkoa izanez gero, kontaktu fisikoa saihesteko eta gutxienez 2 metroko segurtasun tarte mantentzeko esango zaio, edo maskara kirurgikoa erabiltzeko.

## **6. Infekzioa prebenitzeko neurri orokorrak**

Infekzioa prebenitzeko modurik onena birusaren esposizioa saihestea da, printzipio orokor hauek jarraituz:

- Eskuak maiz garbitzea xaboi likidoarekin (1. irudia). Bereziki, langileek eskuak garbitu beharko lituzkete: etxetik irten aurretik, lanera iristean, bainugela erabili ondoren, atsedenaldeen ondoren, janaria prestatu aurretik eta ondoren, bazkaldu ondoren, lanetik atera eta etxera iristean.
- Eztul edo doministiku egitean sudurra eta ahoa estaltzea, ahal dela ukondoaren flexurarekin edo erabili eta botatzeko zapi batekin (berehala bota behar da paperontzi batean) (2. irudia).
- Gaixorik sentitzen den langilegoa etxean geratu beharko da egoitza-zentrorra joan gabe.
- Maiz ukitzen diren objektuak eta gainazalak garbitu eta desinfektatu.

## 1 irudia. Eskuak garbitzeko prozedura



1. Lehenengo eskuak urarekin busti.
2. Xaboa aplikatu eta eskuak igurtzi hatzen artean eta azazkalen azpian garbituz.
3. Ondoren txorrotako ur askorekin urberritu.
4. Eskuak lehortu erabilera bakarreko zapi batekin.
5. Aipaturiko erabili bakarreko zapiaz txorrota itxi.
6. Erabilera bakarreko papera, pedala eta estalkia duen kubo batera bota, ahal bada, plastikozko poltsa duena. Ondoren kubo itxi.

## 2. irudia. Arnas-higieneko neurriak



- 1.** Eztul eta doministiku egitean estali ahoa eta sudurra **PAPEREZKO MUSUZAPIEKIN**, eta **ZABOERRETARA** bota.
- 2.** Ez baduzu paperezko zapirik, eztul eta doministiku egin **ALKANDORAREN MAHUKAREN GAINEAN**, eskuak ez kutsatzeko.



## **PROTOCOLO 6**

(última actualización: 03/03/2020)

### **RECOMENDACIONES, MEDIDAS Y NORMAS DE ACTUACIÓN EN LOS CENTROS RESIDENCIALES DE LA CAE ANTE LA APARICIÓN DE CASOS DE COVID-19** *(Estas recomendaciones podrán cambiar en función de la evolución de la enfermedad)*

Este documento tiene la finalidad de reforzar las medidas higiénicas que se toman en los centros residenciales y dar a conocer las medidas de prevención y actuaciones que se deben poner en marcha en la institución frente a COVID-19. Su objetivo es reducir la transmisión del virus entre las personas integrantes de la comunidad residencial.

#### **1. ¿Qué es el coronavirus?**

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan sólo a los animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas. Producen cuadros clínicos que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves.

Su periodo de incubación tiene una media de 5-6 días (rango de 1 a 14 días).

El coronavirus SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y se detectó por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China.

#### **2. ¿Cómo se trasmite el coronavirus SARS-CoV-2?**

La infección se trasmite principalmente por las gotas respiratorias de más de 5 micras y por el contacto directo con las secreciones de personas infectadas de persona a persona, aunque parece poco probable que ocurra a distancias mayores de uno a dos metros.

También es posible que alguien se infecte al tocar una superficie, un objeto o la mano de una persona infectada que ha sido contaminada con secreciones respiratorias y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos (como tocar el pomo de la puerta o darse la mano y después tocarse la cara). Se cree que el virus sobrevive en las superficies durante horas.



### 3. ¿Cuáles son sus síntomas?

Los síntomas más comunes incluyen fiebre, tos, y sensación de falta de aire. En casos más graves, la infección puede causar neumonía, dificultad importante para respirar, fallo renal e incluso la muerte. Estas complicaciones, generalmente, ocurren en personas ancianas o que padecen alguna otra enfermedad como, por ejemplo, del corazón, del pulmón o problemas de inmunidad.

### 4. ¿Qué hay que hacer si se sospecha de un caso?

Si se sospecha de un caso se llamará al teléfono: **900 20 30 50**, donde se valorará la situación y la posible evacuación del paciente a un hospital. Hasta la obtención de los resultados de laboratorio, se mantendrá a la persona aislada siguiendo las medidas de control ante un caso confirmado.

### 5. ¿Qué hay que hacer cuando se confirma un caso?

Si se confirma un caso de COVID-19 entre las personas trabajadoras o residentes de un **centro residencial**, no se recomienda el cierre del mismo. La **Unidad de Vigilancia Epidemiológica** se pondrá en contacto con la dirección del centro, para realizar una evaluación del riesgo, identificar a las personas que han tenido contacto con el caso y aconsejar sobre las medidas que deben de tomarse.

#### Si el caso no precisa ingreso hospitalario:

- En la medida de lo posible, se intentará aislar los casos en habitaciones individuales y, si esto no fuera posible, agrupar los casos. Se recomienda delimitar una zona o unas habitaciones en las que los pacientes afectados puedan permanecer claramente separados del resto.
- Se informará a los residentes afectados que reduzcan al mínimo sus movimientos y eviten el contacto estrecho con personas no afectadas y se les recomendará la utilización de mascarilla quirúrgica cuando se encuentren a menos de 2 metros de otras personas.
- Si existe un brote se extremará la vigilancia de los síndromes febriles y respiratorios, tanto entre residentes como entre trabajadores.





### Para el manejo del paciente enfermo se observarán las siguientes precauciones:

- Lavarse las manos con jabón normal antes y después de atender al paciente (figura 1).
- Ponerse guantes si se va a entrar en contacto con sangre, fluidos corporales, secreciones, excreciones y/o material contaminado.
- Lavarse las manos tras quitarse los guantes.
- Usar mascarilla quirúrgica si se trabaja a menos de 2 metros del paciente.
- El material reutilizable debe ser limpiado y/o desinfectado meticulosamente antes de usarlo con otro paciente.

### Limpeza de ropa y residuos:

- Lavar la ropa personal, de la cama, toallas, etc. de la persona enferma con jabones o detergentes habituales a 60-90 °C y dejar que se seque completamente. Esta ropa deberá colocarse en una bolsa con cierre hermético hasta el momento de lavarla. Evitar sacudir la ropa antes de lavarla.
- Cualquier residuo o material desechable utilizado por la persona enferma, se eliminará en un cubo de basura dispuesto en la habitación, preferiblemente con tapa y pedal de abertura. La bolsa de plástico debe cerrarse antes de sacarse de la habitación.
- La bolsa con los residuos podrá descartarse con el resto de los residuos domésticos siempre que estén introducidos en una bolsa cerrada herméticamente.
- Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios reutilizables se lavarán con agua caliente y jabón o preferiblemente en el lavavajillas a más de 60 grados.

### Limpeza de superficies

- Las superficies que se tocan con frecuencia (mesitas de noche, somieres, muebles del dormitorio), las superficies del baño y el inodoro deberán ser limpiadas con material desechable y desinfectadas diariamente con un desinfectante doméstico que contenga lejía o una solución de hipoclorito sódico que contenga 1000 ppm de cloro activo. Para conseguir las concentraciones recomendadas a partir de lejías comerciales:
  - Lejía comercial de 50g/L: añadir 25 mL de lejía en 1 litro de agua.



- Lejía comercial de 40g/L: añadir 30 mL de lejía en 1 litro de agua.

Como ejemplo una “cuchara de sopa” equivale a 15mL.

En superficies que no se pueda utilizar lejía se utilizará etanol al 70%.

**La persona encargada de la limpieza deberá protegerse con mascarilla y guantes.** Tras realizar la limpieza o tras el contacto con los residuos siempre se deberá realizar higiene de manos (figura 1).

#### **Actuación entre los visitantes:**

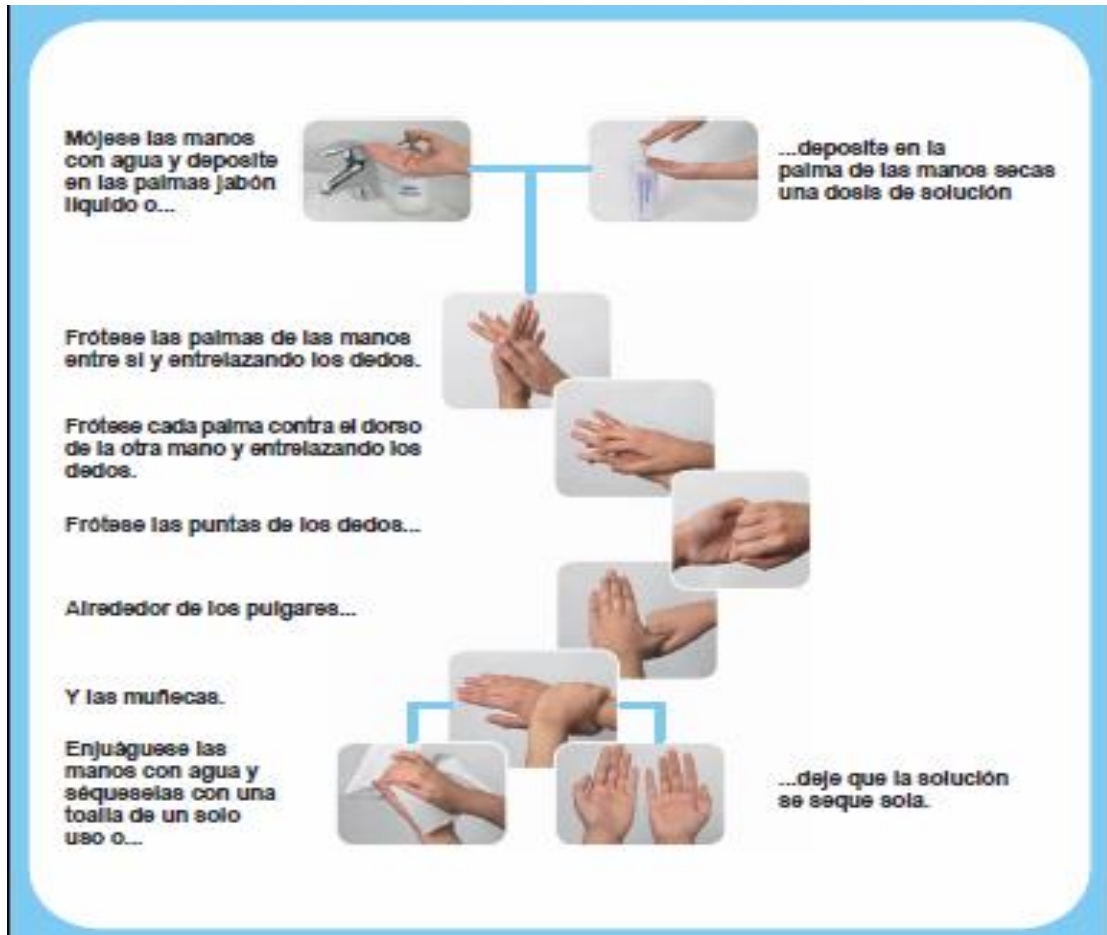
- Deben lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón.
- Los visitantes que pudieran estar con síntomas compatibles con la definición de caso serán adecuadamente informados y no deberán visitar la residencia.
- Cuando se produzca un brote se restringirán al máximo las visitas. Si es necesario que alguna persona acceda a la residencia, se le indicará que eviten el contacto físico y mantenga una distancia de seguridad con los residentes de al menos 2 metros o que use mascarilla quirúrgica.

## **6. Medidas generales de prevención de la infección**

La mejor manera para prevenir la infección es evitar la exposición al virus, siguiendo estos principios generales:

- Lavado frecuente de manos con jabón líquido (figura 1). En especial, los y las trabajadoras deberían lavarse las manos: antes de salir de casa, al llegar al trabajo, después de usar el cuarto de baño, después de descansos, antes y después de preparar la comida, después de comer, al salir del trabajo y al llegar a casa.
- Cubrirse con un pañuelo desechable al estornudar o toser, o en su defecto con el brazo, y al terminar tirarlo a la basura (figura 2).
- El personal que se sienta enfermo debe quedarse en casa y no acudir a la residencia.
- Limpieza y desinfección de los objetos y superficies de contacto habitual.

Figura 1.- Método de la limpieza de manos



1. Primero mojar las manos con agua.
2. Aplicar el jabón y frotar las manos limpiando entre los dedos y bajo las uñas.
3. Aclarar con abundante agua corriente.
4. Secar las manos con una toalla de papel desechable.
5. Cerrar el grifo con la propia toalla de papel desechable.
6. Tirar el papel desechable a un cubo con tapa de pedal y, si es posible, con bolsa de plástico y cerrar el cubo.

Figura 2.- Método de higiene respiratoria



1. Cubra su boca y nariz al toser y estornudar con **PAÑUELOS DE PAPEL** y tírelos a la **BASURA**.
2. Si no tiene pañuelos de papel, tosa y estornude **SOBRE LA MANGA DE SU CAMISA** para no contaminar las manos.