



# DIRECTRICES DE SALUD PÚBLICA PARA PREVENIR LA TRANSMISIÓN DE LA COVID-19

21 de abril de 2022

Prevenir el contagio de la COVID-19 implica actuar sobre la transmisión directa, de persona a persona, a través de aerosoles y gotas respiratorias, y sobre la indirecta, a través del contacto con superficies contaminadas con secreciones de una persona infectada.

El riesgo de transmisión con las secreciones o a través de aerosoles aumenta en la distancia corta, en entornos cerrados y concurridos, especialmente mal ventilados, y si se realizan actividades que aumenten la generación de aerosoles tales como hacer ejercicio físico, gritar o cantar. La transmisión indirecta puede ocurrir al tocar ojos, boca o nariz con manos que previamente han contactado con superficies u objetos contaminados.

## Medidas generales

### 1. Uso de mascarilla.

#### **Es obligatorio el uso de mascarilla en los siguientes supuestos:**

- En los centros, servicios y establecimientos sanitarios, por parte de las personas trabajadoras, visitantes y pacientes, con excepción de las personas ingresadas cuando permanezcan en su habitación. Se incluyen visitas a centros de psicología, psiquiatría, fisioterapeuta, podología o dentistas; así como farmacias, botiquines, ópticas, ortopedias y establecimientos de audioprótesis.
- En los centros sociosanitarios, para personal trabajador y visitantes cuando estén en zonas compartidas, no siendo obligatorio para los residentes.
- En los medios de transporte aéreo, por ferrocarril o por cable y en los autobuses, así como en los transportes públicos de viajeros. En los espacios cerrados de buques y embarcaciones en los que no sea posible mantener la distancia de 1,5 metros, salvo en camarotes, cuando sean compartidos por núcleos de convivientes. No es obligatorio, sin embargo, en andenes y estaciones de viajeros.

#### **No será exigible la obligación de uso de la mascarilla en los siguientes supuestos:**

- A las personas que presenten algún tipo de enfermedad o dificultad respiratoria que pueda verse agravada por el uso de la mascarilla o que, por su situación de discapacidad o dependencia, no dispongan de la autonomía para quitarse la mascarilla o bien presenten alteraciones de conducta que hagan inviable su utilización.

- En el caso de que, por la propia naturaleza de las actividades, el uso de la mascarilla resulte incompatible, con arreglo a las indicaciones de las autoridades sanitarias.

Se recomienda para todas las **personas con una mayor vulnerabilidad** ante la infección por COVID-19 que se mantenga el uso de mascarilla en cualquier situación en la que se tenga contacto prolongado con personas a distancia menor de 1,5 metros. Se consideran factores de vulnerabilidad la edad mayor de 60 años, el embarazo y cualquier condición que afecte al sistema inmunitario.

Asimismo, se recomienda un **uso responsable de la mascarilla** en los siguientes supuestos:

- En los espacios cerrados de uso público, en los que las personas transitan o permanecen un tiempo prolongado.
- En el entorno familiar y en reuniones o celebraciones privadas, en función de la vulnerabilidad de los participantes.

En el **ámbito educativo**, no es obligatorio el uso de la mascarilla.

En el **entorno laboral**, con carácter general no es obligatorio el uso de mascarilla. No obstante, los responsables en materia de prevención de riesgos laborales, de acuerdo con las correspondientes evaluaciones de riesgos, podrán determinar las medidas preventivas adecuadas, incluido el posible uso de mascarillas.

## 2. Distancia interpersonal.

Con carácter general se procurará mantener una distancia entre personas de 1,5 metros en los lugares públicos, con especial atención a los recintos cerrados.

## 3. Ventilación de espacios.

Los establecimientos y lugares de uso público deberán garantizar una ventilación permanente durante la jornada y, además, en momentos de apertura y cierre de los locales.

Ventilar implica renovar el aire, es decir, sustituir el aire interior, potencialmente contaminado, con aire exterior.

Siempre que sea posible se realizará ventilación natural, abriendo ventanas o puertas de paredes opuestas. Si la ventilación es forzada, se debe maximizar la entrada de aire exterior y evitar la recirculación del aire. Los sistemas de ventilación y climatización deberán cumplir las recomendaciones oficiales de operación y mantenimiento de edificios y locales.

Se recomienda la utilización de medidores de CO<sub>2</sub> que puedan servir para ayudar a mantener niveles de ventilación adecuados de espacios interiores.

Para más información consultar las [Recomendaciones para la reducción de transmisión del SARS-CoV-2 por aerosoles](#).

**4. Higiene de manos.**

Es recomendable la higiene frecuente de manos con agua y jabón o con soluciones hidroalcohólicas.

**5. Aforos.**

Con carácter general, para todos los locales e instalaciones el aforo máximo permitido es del 100 % de su capacidad.

**6. Gestión de accesos.**

En los momentos de entradas y salidas se evitarán las aglomeraciones.