



XUNTA DE GALICIA

MANUAL PARA OS ALBERGUES ANTE A COVID-19

actualizado o 22 de maio de 2020

Este é un documento aberto ao que se irán incorporando novas recomendacións e medidas en función da evolución da COVID-19.



GALICIA DESTINO SEGURO

#SENTIDIÑO *Protexámonos a nós mesmos e aos que nos rodean*



#sentidiño

info-galiciadestinoseguro@xunta.gal

 900 815 334

INTRODUCCIÓN

Con base na información e nas recomendacións da autoridade sanitaria, elabórase este **manual para os albergues ante a COVID-19** que ten como finalidade orientar as actuacións na **fase de reactivación da actividade para garantir a saúde no ámbito laboral das persoas traballadoras**. As medidas deberán analizarse individualmente para adaptalas á súa singularidade e actualizarse en función das novas indicacións da autoridade sanitaria e a normativa aplicable en cada momento.

MEDIDAS ANTES DO COMEZO DA ACTIVIDADE

Para o titular do establecemento

➤ Desenvolver as medidas precisas para minimizar o risco de contaxio, tendo en conta a natureza do negocio (afluencia e tipoloxía de clientes, servizos que se prestan etc.).

➤ **Estas medidas deben incluír:**

- **Un protocolo de actuación ante a sospeita de caso da COVID-19.**
- Identificar o **persoal traballador especialmente sensible á COVID-19** e adoptar as medidas específicas para minimizar o risco de contaxio cando teñan que acudir ao centro de traballo.
- Realizar, **previa á apertura inicial do establecemento**, unha limpeza e desinfección a fondo utilizando desinfectantes, como dilucións de lixivia (1:50) preparados no momento ou calquera dos desinfectantes con actividade virucida que se atopan no mercado e que foron [autorizados e rexistrados polo Ministerio de Sanidade](#). No uso dese produto respectarase as indicacións da etiqueta. Pode atopar máis información sobre o uso de biocidas nesta ["Nota informativa da Consellería de Sanidade"](#) sobre a eficacia da desinfección de equipos e produtos biocidas para previr a transmisión da COVID-19.
- Implantar un **procedemento de limpeza e desinfección** que inclúa as instalacións e outros elementos como a recepción, as habitacións, as zonas comúns, a cociña, os aseos etc.
- Realizar, previamente á apertura inicial do establecemento, os mantementos hixienico-sanitarios necesarios en materia de lexionella a incidir nas recomendacións da [Consellería de Sanidade](#) neste contexto COVID-19.
- En función das instalación complementarias que poidan existir, coma a restauración, ter en conta as necesidades específicas destas como pode ser a adaptación dos seus sistemas de autocontrol.

- Dar resposta ás necesidades de aprovisionamento de material.
- Revisión dos sistemas de climatización e ventilación do local, para garantir unha alta taxa de renovación de aire e o mantemento adecuado dos filtros.
- Establecer as medidas específicas dirixidas a minimizar o risco de contaxio durante a estancia no albergue.

Para o persoal traballador

- Non ir traballar con **febre** (> 37°C), **síntomas** respiratorios, outros síntomas de sospeita de enfermidade ou se houbo **contacto próximo** cunha persoa infectada.
- No desprazamento ao traballo **elixir as opcións de mobilidade que mellor garantan a distancia de seguridade** de aproximadamente 2 metros, seguindo as indicacións das autoridades competentes.

MEDIDAS PARA GARANTIR A DISTANCIA DE SEGURIDADE

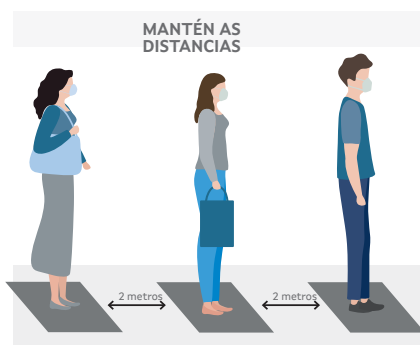
- **Con carácter xeral débese garantir a distancia de seguridade de 2 metros** entre as persoas traballadoras e clientes:

- De non ser posible manter esta distancia na atención ao público, garantir a distancia de 1 metro e utilizar máscara e elementos de protección ou barreira como as pantallas faciais, as pantallas de separación de metacrílico ou similares, de fácil limpeza e desinfección.
- **Evitar o saúdo con contacto físico**, incluído dar a man, tanto o resto do persoal como a clientes.

- **A distribución dos espazos e as condicións de traballo e uso das instalacións adaptaranse para garantir a distancia de seguridade.** Con este fin:

- Cada establecemento deberá determinar a capacidade máxima de persoas dos distintos espazos comúns, de acordo coas medidas de hixiene, protección e distancia mínima sinaladas.

- **Controlar a capacidade máxima e establecer normas de uso das instalacións** (zona de recepción, comedor, cuartos de uso compartido e zonas comúns...). No caso de que non sexa posible cumprir as distancias de seguridade débese garantir a adopción de medidas e a dotación dos equipos de protección que sexan necesarios (pantallas de separación, máscaras, pantallas faciais...).
- Especificamente, **nos cuartos de uso compartido deberán ter determinado a súa capacidade máxima**, de tal xeito que se garanta o espazo suficiente e se cumpran as distancias mínimas de seguridade para cada persoa que as utilice. No caso de que non sexa posible cumprir as distancias de seguridade, débese garantir a adopción das medidas e dos equipos de protección que sexan necesarios (pantallas ou mamparas de separación).
- A **disposición das camas nos cuartos de uso compartido** deberase facer respectando a distancia mínima de seguridade que marque o Ministerio de Sanidade.
- O albergue deberá establecer unhas normas de uso claras e adecuadas da utilización dos **baños e duchas compartidas**, para evitar aglomeracións, garantir as distancias de seguridade e de hixiene nestes espazos comúns e as limitacións específicas da capacidade vixentes en cada momento.
- Informar de forma clara a clientela da necesidade de manter a distancia de seguridade interpersonal de 2 metros entre os usuarios.
- **Organizar por quendas a entrada e a saída dos usuarios** no albergue para dirixir o fluxo das persoas co fin de evitar o contacto. **Sinalizar no chan a distancia de seguridade interpersonal de 2 metros entre clientes** mediante cintas adhesivas ou postes separadores.
- **Planificar as tarefas e procesos de traballo**, reorganizar a disposición dos postos de traballo, a circulación de persoas e a distribución de espazos (mesas, mobiliario, corredores etc.). Se non é posible, tomaranse medidas alternativas para evitar o risco de contaxio por contacto.



Unha das formas máis efectivas para minimizar a propagación da COVID-19 é limitar a proximidade física a 2 metros entre persoal e clientela. O uso de máscaras será obrigatorio cando non se poida garantir esta distancia.

MEDIDAS DE HIXIENE E LIMPEZA

Hábitos hixiénicos persoais

- › **Lavar as mans con frecuencia**, durante 40-60 segundos, con auga e xabón ou utilizar solucións desinfectantes.
- › **Cubrir as vías respiratorias cun pano desbotable ou co antebrazo**, ao tusir ou esburrar, e desbotalo de xeito adecuado.
- › **Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca** porque as mans facilitan a transmisión.
- › **Cambiarse de roupa e calzado** ao chegar ao albergue e ao finalizar a quenda antes de saír do albergue. Levar diariamente a roupa de traballo limpa.
- › **Deixar os obxectos persoais** (incluídos móbiles) nun lugar dedicado para o efecto (box, taquilla etc.), de non ser así, desinfectalos frecuentemente.
- › **Non compartir equipos de traballo ou dispositivos doutros** (como caixa, TPV, cartas e menús, control de climatización, música ambiental etc.), de non ser posible, desinfectalos previamente.

Hixiene e limpeza no albergue

› Garantir a subministración de produtos:

- Contar, **para uso da clientela**, con solucións desinfectantes **en sitios accesibles** e, polo menos, á entrada da zona de recepción, nas zonas de usos comúns e comedor.
- **Dispoñer de produtos para a hixiene de mans** (xabón, solucións desinfectantes e panos desbotables) **e para a limpeza e desinfección** (deterxente habitual, lixivia ou outros produtos autorizados). Os elementos desbotables depositaranse en papeleiras con tapa, accionamento non manual e bolsas recambiables.
- Dispoñer de papeleiras con tapa, accionamento non manual e bolsa substituíble nas que poder depositar panos e calquera outro material desbotable en puntos estratéxicos do establecemento e nos aseos.
- **Proporcionar roupa de traballo** ou uniformes axeitados e **medios de protección persoal** (máscaras, luvas desbotables, pantallas faciais) cando así o indique o servizo de prevención de riscos laborais a autoridade sanitaria ou estea recollido na documentación preventiva.

► Reforzar medidas de limpeza e desinfección:

- Limpar e desinfectar o local e as superficies que se tocan con máis frecuencia (mostradores, barras, pomos de portas, manivelas, tiradores, aseos, ascensores, barreiras de protección, máquinas dispensadoras, electrodomésticos de uso compartido etc.). Utilizar sempre produtos recomendados e autorizados polas autoridades sanitarias e en condicións de seguridade segundo as indicacións do fabricante.
- Desinfectar os elementos do posto de traballo co cambio de quenda. Os deterxentes habituais son suficientes, aínda que tamén se pode contemplar a incorporación de lixivia ou outros produtos desinfectantes ás rutinas de limpeza. Facelo como mínimo dúas veces ao día e unha delas ao final da xornada.
- A limpeza e desinfección de cuartos realizarase en condicións de seguridade. Determinar unha franxa horaria ao día dedicada ás limpeza en profundidade dos cuartos sen presenza de clientes.
- A limpeza dos cuartos incluírá o aireado do cuarto diaria e o cambio de toallas e lenzaría de cama (en cada saída de cliente e polo menos unha vez cada tres días para un mesmo cliente).
- Nos aseos de uso común reforzaranse as medidas de limpeza e desinfección aumentando a frecuencia e garantindo, sempre, o estado de salubridade e hixiene destes.
- Se a cociña é de uso compartido e/ ou está dispoñible para o uso polo cliente, debe asegurarse a desinfección do enxoval, do equipamento (neveiras, microondas etc.) e dos espazos despois de cada uso, polo persoal do establecemento. No caso de que non se poida garantir, deberá permanecer clausurada.
- Ventilar frecuentemente o local, asegurar a renovación do aire e o mantemento dos sistemas de ventilación ou climatización, como mínimo, de forma diaria e durante o tempo necesario para permitir a renovación do aire.
- Os carros e útiles de limpeza, no caso de dispoñer deles, deben limparse e desinfectarse tras cada cambio de quenda. Tamén os carros de transporte de roupa.
- As papeleiras deberán ser limpadas de forma frecuente e, polo menos, unha vez ao día.

► Limpeza de téxtiles:

- **Os téxtiles sucios** deben recollerse **nunha bolsa pechada** ata o seu tratamento na lavandería. Deben lavarse de forma mecánica en ciclos de lavado entre 60° C e 90 ° C. Se o servizo está externalizado, debe informarse o provedor do servizo da temperatura mínima esixida.
- O **uniforme** só se debe utilizar durante a xornada laboral e lavarse e desinfectarse coa adecuada periodicidade segundo o procedemento habitual. Recoméndase un lavado a >60° C. Cando o tecido non admita esa temperatura, deberase proceder a unha adecuada desinfección, utilizando aditivos de lavado adecuados. É recomendable que a empresa se faga cargo da súa limpeza

Hábitos hixiénicos na prestación do servizo

➤ **Evitar a manipulación directa** das mochilas e outras pertenzas dos clientes. Recoméndase ofrecer bolsas de plástico ou similares aos clientes para que poidan depositar as súas mochilas, botas ou outros obxectos.

➤ **Organizar as camas e cuartos** asegurando a súa limpeza e desinfección. Preferiblemente, permitindo un prazo de repouso do equipamento entre un cliente e outro.

➤ Nas habitacións de uso compartido:

- Facilitar ao cliente a lenzaría, garantindo que se atopa limpa e evitando a contaminación. Nas de uso individual, as mantas e almofadas nos armarios estarán protexidas.
- Facilitar a lenzaría garantindo que se atopa limpa e que non foi manipulada ou contaminada por ningún outro cliente, ben sexa mediante o seu empaquetado ou embolsado; a través da súa localización na taquilla do cliente, con control de acceso á mesma; ou por calquera outro medio que garanta a inexistencia haxa contacto coa mesma por parte doutros usuarios do albergue.
- A lencería poderá ser dun só uso, desbotable, ou ben de tela que deberá ser lavable a máis de 60° C.
- Nas habitacións de uso compartido o establecemento non ten a obriga de entregar mantas, opcionalmente poderase ofrecer roupa de abrigo con fundas lavables ou desbotables. Informarase os clientes que deben dispor de saco de dormir propio.

➤ **De ter restaurante** aplicaranse, ademais, as indicacións específicas da consellería “Manual para os restaurantes ante a COVID-19”

➤ **No comedor**, eliminar calquera elemento decorativo e produtos de autoservizo (porta escarvantes, vinagreiras, aceiteiras etc.).

➤ **Evitar o sistema buffet** excepto nos casos que se establezan medidas para evitar aglomeracións, para o mantemento da distancia de seguridade e para evitar a manipulación de afeños de uso común.

➤ **Nas máquinas de venda automática**, asegurar o uso en condicións de seguridade: facilitar solución desinfectante ou instar o cliente a lavarse as mans antes e despois do uso.

➤ **Eliminar folletos informativos, tarxetas, mapas etc. de libre acceso.**

➤ **Dispoñer de papeleiras** con tapa, accionamento non manual e bolsa desbotable.

Outra das formas máis efectivas para minimizar a propagación da COVID-19 son as medidas de hixiene persoal e de limpeza e desinfección do establecemento.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS

- › **Informar o persoal de que debe quedar na casa se ten síntomas ou se estivo en contacto estreito** cun caso da COVID-19. Uns dos puntos claves na xestión do risco é a identificación e contención precoz das fontes de contaxio.
- › **Informar e formar** o persoal sobre os riscos de contaxio e propagación da COVID-19, con especial atención ás vías de transmisión e as medidas de prevención e protección adoptadas.
- › **Informar a clientela antes da confirmación da reserva das condicións do servizo e medidas de prevención establecidas, para a súa aceptación.**
- › **Colocar carteis en zonas visibles** do albergue que advirtan á clientela sobre as medidas e sobre a súa obriga de cooperar no seu cumprimento.
- › **Instar os clientes a desinfectar as mans antes de entrar no establecemento.**
- › **Sinalizar** o chan do albergue onde se precise manter a distancia de seguridade.
- › **Habilitar un espazo con roupeiros** ou, polo menos, portatraxes ou similar no que os empregados deixen a súa roupa e poidan cambiarse.
- › Fomentar o uso de medios telemáticos para xestionar as reservas, autofacturación etc.
- › **Fomentar o pago con tarxeta ou móbil.**
- › **Evitar colas e aglomeracións.**

MEDIDAS DE PROTECCIÓN PERSOAL

- › **As máscaras hixiénicas ou cirúrxicas**, tal e como indica a autoridade sanitaria, son obrigatoria na vía pública, nos espazos ao aire libre, e en calquera espazo pechado de uso público ou que se encontre aberto ao público, sempre que non sexa posible manter unha

distancia de seguridade interpersoal de polo menos 2 metros. Nos medios de transporte público son obrigatorias independentemente da distancia de seguridade interpersoal.

- **A máscara de protección individual EPI (FFP2)** só é recomendable nos casos prescritos polo servizo de prevención, que debe indicar o seu uso, tipo, tarefas e situacións nas que debe usarse ou cando estea recollido pola documentación preventiva.
- **Usar e refugar as máscaras e os EPI de forma adecuada** para previr a infección. Lavar sempre as mans antes de poñelos e despois de quitalos. Evitar, igualmente, tocar a cara cando se leven postos.
- É necesario **garantir a subministración de material de protección**, de maneira especial luvas e máscaras, segundo as indicacións do servizo de prevención de riscos laborais (especialmente ao persoal de limpeza e ao persoal de atención ao público) e das autoridades sanitarias.
- **Deberá formarse ao persoal traballador** sobre o uso correcto e mantemento de máscaras, luvas e EPI que o utilicen.

O uso de máscara non debe nunca obviar a importancia do seguimento estrito das medidas xerais recomendadas para a prevención da infección por COVID-19, insistindo na importancia de manter a distancia de seguridade, a hixiene de mans frecuente con auga e xabón ou solucións desinfectantes, cubrir a boca e o nariz co cóbado flexionado ao tusir ou esberrar, usar panos desbotables e tirar estes tras o seu uso, así como evitar tocar os ollos, o nariz e a boca.

MEDIDAS PARA A XESTIÓN DOS RESIDUOS

- **Xestionar** os residuos **ordinarios** do **modo habitual**.
- O **material de hixiene persoal** (luvas, máscaras ou panos) desbotaranse en papeleiras ou **contedores** con tapa, pedal e bolsa recambiable e depositarse na **fracción resto**.
- No caso de que unha **persoa** traballadora presente **síntomas** mentres se atope no seu posto de traballo, será preciso **illar o contedor** onde depositase panos ou outros produtos usados. Esa bolsa de lixo deberá ser extraída e colocada nunha **segunda bolsa** de lixo, con peche, para o seu depósito na fracción resto.

MEDIDAS NO CASO DUNHA SOSPEITA DE COVID-19

- No caso de que **unha persoa traballadora presente sintomatoloxía compatible** coa enfermidade, retirase da súa actividade profesional, illarase e dotarase dunha máscara cirúrxica. Contactarase cos servizos de saúde chamando ao teléfono de atención **900 400 116** ou ao médico de atención primaria.
- **Os servizo sanitario do SPRL** será o encargado de establecer os mecanismos para a investigación e seguimento dos contactos estreitos no ámbito das súas competencias, de forma coordinada coas autoridades de saúde pública.

MEDIDAS NO CASO DUNHA SOSPEITA DE COVID-19 NUN CLIENTE

- No caso de que **sexa un cliente o que comunique os síntomas**, deberán seguirse as seguintes pautas:

- Se o cliente presenta síntomas a súa chegada ao establecemento, deberase poñer en coñecemento dos servizos sanitarios chamando ao **900 400 116** ou o centro de Atención Primaria correspondente.



BIBLIOGRAFÍA

Outra información de interese

➤ **Ministerio de Sanidade:**

<https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>

➤ **Consellería de Sanidade. Xunta de Galicia:**

<https://coronavirus.sergas.es/>

➤ **Procedemento de actuación para os servizos de prevención de riscos laborais fronte á exposición ao novo coronavirus (SARS-CoV-2) (30 de abril de 2020):**

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRL COVID-19.pdf>

➤ **Boas prácticas nos centros de traballo. Medidas para a prevención de contaxios do COVID-19 (11 de abril de 2020):**

<https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/presidencia/Documents/2020/GUIACENTROSTRABAJOCOVID19b.pdf>

➤ **Guía de recomendacións preventivas de saúde laboral ante ou coronavirus (21 de abril de 2020):**

<https://ficheiros-web.xunta.gal/cei/coronavirus/guia-saude-laboral-coronavirus.pdf>

➤ **Produtos virucidas autorizados en España:**

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

➤ **Guías para a redución do contaxio polo coronavirus SARS-CoV-2 no sector turístico elaboradas por el ICTE:**

<https://www.mincotur.gob.es/es-es/COVID-19/Paginas/Guias-sector-turistico.aspx>

➤ **Información sectorial no ámbito da Sanidade Ambiental sobre Coronavirus. Consellería de Sanidade. Xunta de Galicia:**

<https://coronavirus.sergas.es/Contidos/Sanidade-Ambiental>

- **Nota informativa sobre a eficacia da desinfección de equipos e produtos biocidas para previr a transmisión da COVID-19. Consellería de Sanidade. Xunta de Galicia:**

https://coronavirus.sergas.es/Contidos/Documents/310/Nota_informativa_produtos_equipos_COVID19.pdf

- **Recomendacións para a apertura da actividade nas piscinas tras a crise da COVID-19. Guía do Ministerio de Sanidade:**

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

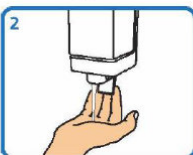
- **Outra información e documentación elaborada polo ISSGA:**

http://issga.xunta.gal/portal/contido/avisos/aviso_0018.html

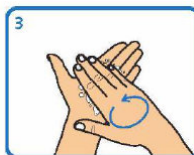
Técnica do lavado de mans con auga e xabón



Humedecer as mans



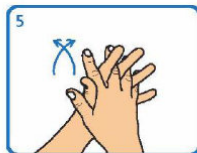
Aplicar suficiente xabón



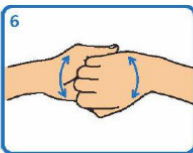
Fregar palma sobre palma



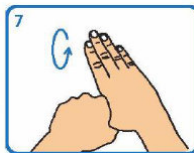
Fregar palma sobre dorso cos dedos entrelazados e viceversa



Fregar palma sobre palma cos dedos entrelazados



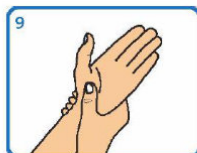
Fregar o dorso dos dedos sobre a palma oposta



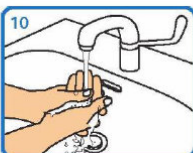
Fregar os polgares mediante un movemento rotatorio



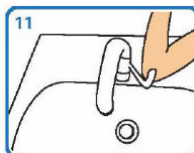
Fregar as xemas dos dedos sobre a palma da man contraria cun movemento circular



Fregar cada pulso coa man oposta



Aclarar con auga



Pechar a billa co cábado ou ben cunha toalla desbotable



Secar cunha toalla de papel desbotable



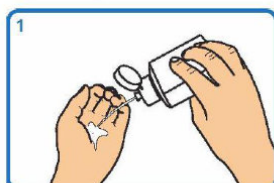
Este proceso debe levar entre 40 e 60 seg

Adaptado de NHS e World Health Organization Guidelines on Hand Hygiene in Health Care



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE
Dirección Xeral de Saúde Pública

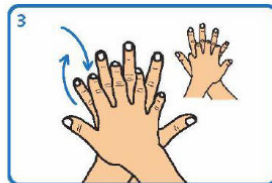
Técnica de hixiene das mans con preparacións alcohólicas



1
Depositar na palma da man unha dose de produto suficiente para cubrir todas as superficies a tratar.



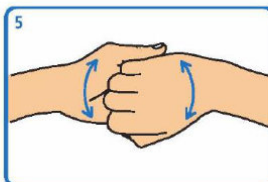
2
Fregar as palmas das mans entre si



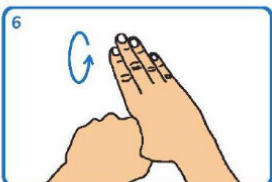
3
Estender o produto entre os dedos



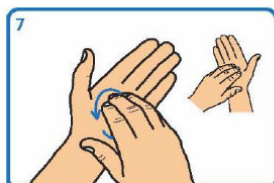
4
Fregar as palmas das mans entre si, cos dedos entrelazados



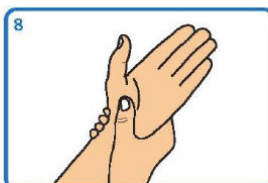
5
Fregar o dorso dos dedos dunha man coa palma da man oposta, agarrándose os dedos



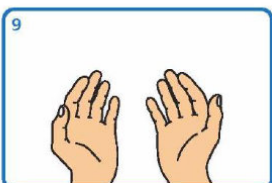
6
Fregar cun movemento de rotación o polgar esquerdo atrapándoo coa palma da man dereita, e viceversa.



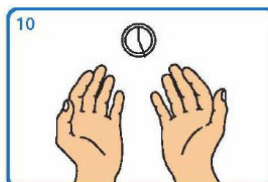
7
Fregar a punta dos dedos da man dereita contra a palma da man esquerda, facendo un movemento de rotación, e viceversa



8
Fregar cada pulso coa man oposta



9
Esperar ata que o produto se evapore e as mans estean secas (non use papel nin toallas)



10
Este proceso debe levar entre 20 e 30 seg.

Adaptado de NHS e World Health Organization *Guidelines on Hand Hygiene in Health Care*



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE
Dirección Xeral de Saúde Pública

COLOCACIÓN CORRECTA DA MÁSCARA HIXIÉNICA OU CIRÚRXICA

Lavar as mans con auga e xabón antes de manipular a máscara. Identificar a parte superior e/ou o lado correcto desta. Colocala na cara e axustar, se dispón dela, a pinza nasal ao nariz.



Colocar ben as bandas, segundo modelo. Por detrás das orellas ou a banda superior pola parte da cabeza e a inferior pola parte de atrás do pescozo.

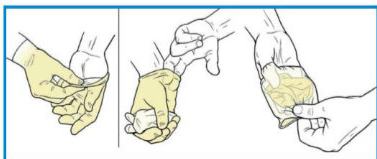
Baixar a parte inferior da máscara á barbela e verificar que esta queda cuberta na súa totalidade.



Presionar a pinza nasal, se a ten, cos dedos índices de ambas mans para axustar ao nariz. Verificar que a máscara está colocada correctamente, comprobando o selado e a ausencia de molestias respiratorias.

Unha vez axustada, non tocar a máscara coas mans. Se o usuario necesita tocar a máscara, debe previamente lavar as mans con auga e xabón ou refregalas cunha solución hidroalcohólica.

XEITO CORRECTO DE POÑER E RETIRAR AS LUVAS



- **Paso 1:** Lavar as mans antes de poñer as luvas.
- **Paso 2:** Retirar as luvas e refregalas.
- **Paso 3:** Lavar as mans despois de quitar as luvas.



Xacobeo 2021



XUNTA
DE GALICIA