


Municipalidad de Belén

Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19.



Departamento de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias


Agosto, 2020

	MUNICIPALIDAD DE BELEN	Código: SOAE-01-2020
	Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19	Versión: 1 Página: Página 2 de 14
Elaborado por: Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias		Aprobado por: Alcalde Rige a partir de: Agosto

Índice

Tabla de contenido

Propósito.....	3
Alcance.....	3
Objetivo y Campo de Aplicación.....	3
Definiciones y Terminología	3
Contenido Tecnico.....	4
Uso de Servicios.....	5
Mantenerse Informado.....	6
Infogramas	7-14

	MUNICIPALIDAD DE BELEN		Código: SOAE-01-2020
	Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19		Versión: 1
			Página: Página 3 de 13
Elaborado por: Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias		Aprobado por: Alcalde	Rige a partir de: Agosto

El Ministerio de Salud es la instancia rectora, según la Ley General de Salud N° 5395, cuya misión es “Institución que dirige y conduce a los actores sociales para el desarrollo de acciones que protejan y mejoren el estado de salud físico, mental y social de los habitantes, mediante el ejercicio de la rectoría del Sistema Nacional de Salud, con enfoque de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, propiciando un ambiente humano sano y equilibrado, bajo los principios de equidad, ética, eficiencia, calidad, transparencia y respeto a la diversidad”

Este lineamiento ha sido desarrollado en cumplimiento con los criterios técnicos establecidos en la Normativa Jurídica, las Normas técnicas institucionales y aquellas que se han definido mediante los Decretos Ejecutivos emitidos por el Poder Ejecutivo en los preparativos y respuesta ante la emergencia por COVID-19.

Este lineamiento fue tomado de: **LS-PG-007. Lineamientos básicos de conducta para reducir el riesgo de transmisión de COVID-19, asociados a la responsabilidad individual**

I. PROPÓSITO

- Definir los lineamientos que como centro de trabajo la Municipalidad de Belén debe establecer, en acatamiento a lo establecido por el Ministerio de Salud y la Comisión Nacional de Prevención de Riesgos y Atención de Emergencias (CNE) por la Pandemia causada por Coronavirus COVID-19.

II. ALCANCE

- Estos lineamientos son aplicables a todos los funcionarios de la Municipalidad de Belén y Concejo Municipal.


III. OBJETIVO Y CAMPO DE APLICACIÓN

El Objetivo de este Lineamiento es orientar a la población en general sobre las conductas afirmativas que se deben de practicar en la cotidianeidad para evitar contagios ante el COVID-19 desde el auto cuidado.

La aplicación de este lineamiento para reactivar actividades humanas es de acatamiento obligatorio, en todo el territorio nacional, como parte de las acciones preventivas y de mitigaciones dictadas por el Ministerio de Salud para la atención de la emergencia sanitaria por COVID-19.

IV. DEFINICIONES Y TERMINOLOGÍA

Los coronavirus (CoV): son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV). El coronavirus nuevo es un virus que no había sido identificado previamente en humanos.

	MUNICIPALIDAD DE BELEN		Código: SOAE-01-2020
	Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19		Versión: 1 Página: Página 4 de 13
Elaborado por: Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias		Aprobado por: Alcalde	Rige a partir de: Agosto

Tipos: Es importante tener en cuenta que existen otros cuatro coronavirus humanos endémicos a nivel global: HCoV-229E, HCoV-NL63, HCoV-HKU1 y HCoV-OC43. Estos coronavirus son diferentes al nuevo coronavirus llamado SARS-CoV-2 que produce la enfermedad llamada COVID-19.


COVID-19: es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).

V. CONTENIDO TÉCNICO / REQUISITOS TÉCNICOS

A continuación, se establecen una serie de medidas para reactivar las actividades humanas en convivencia con el COVID-19, que pueda favorecer el surgimiento de una cadena de transmisión y por ende se considera acatar las medidas para prevenir y contener el contagio por COVID-19.

La población general debe:


- Salir solamente de su casa para abastecerse de alimentos y/o medicamentos o estrictamente necesario, al menos que requiera trabajar, asistir a citas médicas o actividades indelegables.
- Respetar la burbuja social (donde la convivencia es por personas que cohabitan juntas y no por visitantes; ya sean familiares o amigos).
- No realizar reuniones familiares, con amigos o compañeros de trabajo con ocasión de celebraciones, tales como cumpleaños, té de canastilla, día de la madre, día del niño o similares.
- Evitar el contacto cercano con personas que están enfermas ya sea de su núcleo familiar o personas conocidas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca ya que son zonas más vulnerables para contagio de agentes infecciosos.
- Quédese en casa cuando presente síntomas (fiebre, tos, congestión nasal, dolor de garganta) relacionados con esta enfermedad.

	MUNICIPALIDAD DE BELEN		Código: SOAE-01-2020
	Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19		Versión: 1 Página: Página 5 de 13
Elaborado por: Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias		Aprobado por: Alcalde	Rige a partir de: Agosto

- Cubrirse cuando tose o estornude, utilizando el protocolo de estornudo.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar, y al finalizar su jornada laboral.
- Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol de un grado de al menos entre 60° y 70°.
- Utilizar formas alternativas de saludar que no impliquen el contacto físico.
- Asegurar que se disponga de papel higiénico, jabón antibacterial, alcohol o solución en gel con una composición de al menos entre 60° y 70%, toallas de papel para el secado de manos y agua potable.
- Mantener la limpieza y desinfección en objetos o superficies. Se deberá usar un desinfectante, solución con alcohol al menos 60| o 70% o solución con cloro, y se usarán toallas desechables para su aplicación.
- No se deben compartir utensilios u objetos en el lugar de trabajo o de reunión.
- Reducir o restringir las visitas de personas externas al hogar más si cuenta con personas en condición de mayor vulnerabilidad en el hogar.
- Las personas con síntomas o signos de resfrío o gripe no deben ir a lugares de trabajo, de estudio o de reunión.

VI. USO DE SERVICIOS


- En caso de requerir hacer trámites consulte cuales puede hacer de forma virtual o telefónica y cuales puede agendar por medio de cita como servicios médicos, estética, tramites bancarios, compras, tramites institucionales entre otros.
- Promover la entrega a domicilio o en el vehículo de bienes y servicios para reducir el riesgo de exposición.
- Evite visitar lugares que permitan la concentración de personas para la obtención de un servicio y reducir el riesgo de contagio.
- Haga uso de los horarios diferenciados que están facilitando varios servicios comerciales para evitar las aglomeraciones y exponerse si tiene mayor riesgo por su edad o condiciones de salud.

	MUNICIPALIDAD DE BELEN		Código: SOAE-01-2020
	Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19		Versión: 1
			Página: Página 6 de 13
Elaborado por: Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias		Aprobado por: Alcalde	Rige a partir de: Agosto

- Mantenga una distancia de al menos 1,8 metros con respecto a otras personas cuando sale de su hogar.
- Lleve siempre una solución a base de alcohol de la menos 06° o 70° o un desinfectante y toallas desechables para aseo personal y limpiar superficies.
- Al regresar a su casa evite tener contacto con las superficies y los miembros del hogar antes de haberse cambiado la ropa y lavado las manos.

VII. MANTENERSE INFORMADO

- Mantenerse informado por los medios oficiales como redes del Ministerio de Salud, Caja Costarricense del Seguro Social, Comisión Nacional del Emergencia y conferencia de prensa.
- Si tiene consultas o desea información sobre el COVID-19 utilice la línea telefónica oficial 1322.
- En caso de que necesite o requiera que sus medicamentos se los lleven a su hogar puede solicitarlo por medio de la línea 905-MISALUD o 905 6472583

	MUNICIPALIDAD DE BELEN	Código: SOAE-01-2020
	Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19	Versión: 1
Elaborado por: Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias		Aprobado por: Alcalde
		Rige a partir de: Julio

Distancia Social Segura




1.8 metros



Ministerio
de **Salud**
Cada Pasa



	MUNICIPALIDAD DE BELEN	Código: SOAE-01-2020
	Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19	Versión: 1 Página: Página 8 de 13
Elaborado por: Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias	Aprobado por: Alcalde	Rige a partir de: Julio



Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



CUBRA SU BOCA Y NARIZ
CON LA PARTE SUPERIOR DEL
BRAZO, HACIENDO UN SELLO
PARA EVITAR SALIDA
DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE
CON UN PAÑUELO
DESECHABLE




DEPOSITE EL PAÑUELO
EN EL BASURERO,
NO LO LANCE
AL MEDIO AMBIENTE



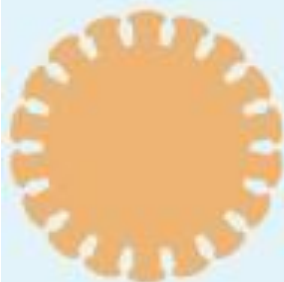
NUNCA SE TOQUE LA CARA
SI NO SE HA LAVADO
LAS MANOS
CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!

	MUNICIPALIDAD DE BELEN	Código: SOAE-01-2020
	Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19	Versión: 1 Página: Página 9 de 13
Elaborado por: Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias	Aprobado por:	Rige a partir de: Julio

Las personas con factores de riesgo pueden desarrollar complicaciones de salud en caso de adquirir el COVID-19

Si sos:



- Diabético.
- Cardiópata.
- Hipertenso.
- Persona mayor.
- Tienes padecimientos pulmonares, cáncer o alguna enfermedad que comprometa tu sistema inmune.

Necesitamos cuidarte más:



Lavado de
manos
frecuente.




Nada de
besos o
abrazos.



Lejitos de personas
con síntomas
respiratorios.



Ministerio
de **Salud**
Uruguay

	MUNICIPALIDAD DE BELEN		Código: SOAE-01-2020
	Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19		Versión: 1
Elaborado por: Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias		Aprobado por:	Rige a partir de: Julio





**Protocolo de Responsabilidades Individuales
frente al COVID-19**

Elaborado por:
Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias

Aprobado por:
Alcalde

Rige a partir de:
Julio

¿Cuándo hay que lavarse las manos?



Antes de tocarse la cara



Antes de preparar y comer los alimentos



Después de ir al baño



Antes y después de cambiar pañales



Después de toser o estornudar



Después de visitar o atender una persona enferma



Después de tirar la basura



Después de utilizar el transporte público



Después de estar con mascotas



Luego de estar en zonas públicas



Después de tocar dinero o llaves

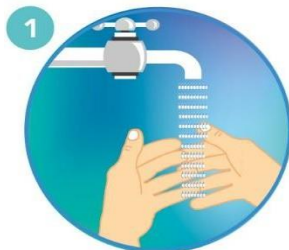


Después de tocar pasamanos o manijas de puertas

¿Cómo lavarse las manos?

 DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



Humedezca las manos con agua y cierre el tubo



Aplique suficiente jabón



Frote sus manos palma con palma



Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa



Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados



Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos



Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa



Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



Enjuague abundantemente con agua




Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable



Use la toalla para cerrar la llave



	MUNICIPALIDAD DE BELEN	Código: SOAE-01-2020
	Protocolo de Responsabilidades Individuales frente al COVID-19	Versión: 1 Página: Página 13 de 13
Elaborado por: Encargado de Salud Ocupacional y Atención de Emergencias	Aprobado por: Alcalde	Rige a partir de: Julio

IX. CONTROL DE ELABORACIÓN Y APROBACIÓN

ELABORÓ	UNIDAD	FECHA
Tec. Juan Carlos Cambronero Barrantes	Salud Ocupacional y Atención de Emergencias	04-08-2020
Revisión: Lic. Manuel Alvarado Gómez	Unidad de Comunicación	04-08-2020

APROBÓ	FIRMA	FECHA
Ing. Horacio Alvarado Bogantes Alcalde Municipal		04-08-2020