



Medidas de prevención frente al COVID-19
Curso 2020-21

Índice

INTRODUCCIÓN	2
MEDIDAS DE PREVENCIÓN	2
Medidas generales	2
Espacios comunes	3
Personal	6
Actuación ante un caso sospecho o positivo por COVID-19	7
COMUNICACIÓN	8
ANEXOS	9
Anexo 1: Normativa para residentes durante la estancia en la Residencia a lo largo del periodo de riesgo	9
Anexo 2: Grupos de riesgo	11
Anexo 3: Clasificación de casos y los contactos	12
Anexo 4: Condiciones de aislamiento y atención a personas en aislamiento	14
Anexo 5: Recomendaciones sobre la prueba PCR	17

Introducción

Presentamos esta Guía de actuación frente al COVID-19 teniendo en cuenta la legislación vigente, las recomendaciones indicadas por la OMS y el Ministerio de Sanidad de España, el informe de la Mutua Laboral, el informe del Consejo de Colegios Mayores de España y las indicaciones recibidas por parte de la Universidad de Córdoba. Asimismo, Preving Consultores, no sólo elabora el plan de reducción de riesgos laborales sino que, además, certificará que la Residencia Universitaria Puertanueva implementa en su sede las medidas propuestas en el plan y que es un lugar seguro.

Como es lógico ante una situación tan nueva, puede que la legislación o cualquier otra medida sugerida pueda cambiar con el paso del tiempo. La Dirección, asesorada por expertos en la materia, velará por el cumplimiento y actualización de cada medida o sugerencia, garantizando que prevalezca la seguridad y atendiendo a la confianza que han depositado tantas familias en la Residencia Universitaria Puertanueva.

Medidas de prevención



1. MEDIDAS GENERALES

La limitación del aforo de la Residencia no está contemplada actualmente en la legislación vigente. En cualquier caso, la Residencia tiene que asegurar la implementación de todas las medidas de prevención y en caso de que sea requerido, las medidas de aislamiento. Si el Gobierno decreta otra normativa para nuestro colectivo asumiremos lo prescrito por el Gobierno y las autoridades competentes.

Se adaptará la normativa de conducta de la Residencia Universitaria Puertanueva a la nueva situación. De tal manera que los residentes deberán cumplir lo establecido en el ANEXO 1. Esta adaptación de la normativa se les hará llegar antes de que comience el curso académico.

El principal responsable del cumplimiento de la normativa es el propio residente. En el caso de que el residente obstaculice el cumplimiento de esta normativa se llevarán a cabo amonestaciones por parte de Dirección, en proporción al grado de infracción.

La Residencia establecerá previamente al inicio del curso académico una estratificación de riesgo en los residentes para detectar, conocer y tener especial cuidado con las que pertenezcan a grupos de riesgo (ANEXO 2).

La sede de la Residencia Universitaria Puertanueva está preparada para hacer frente a un nuevo confinamiento con los residentes que quieran permanecer en ella.

La experiencia adquirida nos ha dado la seguridad de poder afrontar tanto el confinamiento como las medidas de seguridad necesarias, siempre y cuando las autoridades consideren la atención de limpieza y alimentación como servicio esencial y no estén sometidos los trabajadores del centro a un confinamiento obligado. En caso de que por fuerza mayor se tenga que reducir la plantilla se contará con la colaboración de los residentes para las tareas cotidianas.

En caso de que haya un brote dentro de la Residencia que suponga el aislamiento de un alto porcentaje de los residentes, de acuerdo con las recomendaciones actuales y siempre según dispongan las autoridades sanitarias en el momento, se indicará la realización de cuarentena, las actuaciones necesarias y el seguimiento de los contactos estrechos en la forma que establezcan las autoridades sanitarias de la Comunidad Autónoma.

Se llevarán a cabo sesiones formativas que faciliten la prevención. La Residencia Universitaria Puertanueva ha desarrollado un plan de comunicación, indicado en la última parte de este documento y que se irá adaptando según las necesidades.

Todas las visitas deben ser consultadas a la Dirección de la Residencia y deberán acatar las normas establecidas en este protocolo. Especialmente durante los primeros días de curso, los familiares o acompañantes de los residentes no podrán acceder a las instalaciones de la Residencia. Lamentamos las dificultades que esta medida puede ocasionar.

2. ESPACIOS COMUNES

En todos los espacios comunes se definirá un aforo máximo según las indicaciones de las autoridades sanitarias competentes. Este aforo se indicará mediante cartelería en una zona visible. Se realizará higiene de manos con alcoholgel tanto a la entrada como a la salida.

Se puede facilitar el cumplimiento del aforo retirando las sillas que superen el aforo permitido o marcando las zonas en las que se pueden localizar las personas.

En todos los espacios comunes se mantendrá la distancia de seguridad personal de 1,5 metros, y si esto no es posible, será obligatorio el uso de mascarillas.

Todos los espacios comunes tendrán carteles informativos indicando: las medidas generales de prevención, el aforo de los locales, la señalización que convenga en el suelo o instrucciones específicas por locales si se requiere. Todos los espacios comunes tendrán puntos de alcohol.

No se deben dejar documentos informativos como periódicos y revistas. Cualquier material será entregado personalmente.

En la medida de lo posible, se dispondrá de mobiliario de fácil limpieza y desinfección para que sea frecuente.

Se garantizará la ventilación frecuente de estas zonas.

2.1 BIBLIOTECA

En la biblioteca se observará la distancia de 1.5 metros.

Se evitará el intercambio de libros, apuntes, etc.

Se garantizará su adecuada limpieza y ventilación.

A cada residente se le asignará un lugar de estudio específico.

2.2 ASEO AL INGRESO

Se habilitará un aseo en la entrada de la Residencia para facilitar el lavado de manos a toda persona que acceda a sus instalaciones.

2.3 RECEPCIÓN

Si la puerta del edificio no es de apertura automática, en los horarios de mayor afluencia se dejarán las puertas abiertas.

Se dejará material de limpieza accesible en este punto.

Se recomienda que los paquetes no se trasladen al interior de la Residencia si no se han desinfectado previamente o si no ha pasado un tiempo ajustado a las recomendaciones de vida media del virus* en las diferentes superficies. Se puede

habilitar una zona “limpia” en portería o cerca, donde dejar los paquetes el tiempo de supervivencia media del virus según superficie.

*El virus COVID-19 puede sobrevivir hasta 72 horas en superficies de plástico y acero inoxidable, menos de 4 horas en superficies de cobre y menos de 24 horas en superficies de cartón.

2.4 ASCENSOR

Se establece como aforo máximo una persona.

El uso del ascensor se limitará exclusivamente a los casos de necesidad extrema.

Antes y después de usar los botones del ascensor debe hacer uso de alcohol.

2.5 COMEDOR

Medidas de higiene en el acceso al comedor:

Antes de entrar en el comedor:

Primer lavado de manos antes del acceso al comedor. Se recomienda que un primer lavado se realice con agua y jabón, en el aseo.

Colocación del alcohol en la entrada al comedor.

En el comedor:

Se colocará el cartel con buenas prácticas (no tocar superficies, toser en un pañuelo desechable, mantener la distancia de 1,5 metros de seguridad...)

No compartir comidas, ni bebidas, ni elementos comunes.

En aquellos lugares donde se disponga de microondas se colocará un cartel informativo que incluya las normas de uso del microondas, enfocadas a la prevención COVID (incluyendo el manejo del kit de limpieza, puesto a disposición de las residentes).

Se recomienda no usar la nevera común.

Se debe observar especial cuidado al rellenar botellas de agua de los grifos para evitar el riesgo de contaminación con la boca de la botella.

A la salida del comedor:

Lavarse las manos con agua y jabón o bien con alcohol. La Residencia establecerá el aforo máximo en el comedor de tal manera que si ese aforo va a ser superado, se organizará otro turno de comida.

2.6 SERVICIOS DE LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

Se evitará compartir herramientas y equipos de trabajo. Si esto no es posible se deberán desinfectar antes de que sean utilizadas por otros profesionales. Cada profesional deberá desinfectar las herramientas y máquinas que utilice y lavarse las manos al comienzo y al finalizar el trabajo que haya realizado, o cuando considere necesario.

Se administrará un kit de limpieza a cada trabajador para asegurar que se cumplen las medidas de higiene esperadas.

3. PERSONAL

En aquellos servicios donde se deba vestir uniforme, se recomienda establecer un horario escalonado de entrada y salida al puesto de trabajo para evitar coincidir más de una persona en el vestuario.

Se recomienda que cada persona tenga su propia toalla y elementos de aseo.

Si presenta cualquier sintomatología (fiebre, tos, dificultad respiratoria, dolor torácico, dolor muscular generalizado, sintomatología digestiva (diarrea/dolor abdominal), anosmia y dolor de cabeza) que pudiera estar asociada con el COVID-19 deberá contactar con la autoridad sanitaria a través del 112 / 061 / teléfonos COVID-19 de la Comunidad Autónoma y seguir sus instrucciones, así como poner en conocimiento de la empresa la citada situación.

Si ha tenido contacto estrecho con personas del ámbito laboral y/o extralaboral (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos), deberá contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de la comunidad autónoma o con su centro de atención primaria y seguir sus instrucciones, así como poner en conocimiento de la Dirección la citada situación.

Se debe informar a los trabajadores que se considera trabajador personalmente sensible y grupos vulnerables para COVID-19 a las personas con enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión, enfermedad pulmonar crónica, diabetes,

insuficiencia renal crónica, inmunodepresión, cáncer en fase de tratamiento activo, enfermedad hepática crónica severa, obesidad mórbida (IMC>40), embarazo y mayores de 60 años (Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2, 22 de mayo de 2020).

Cualquier trabajador que reúna alguna de las condiciones anteriores deberá comunicarlo de forma inmediata a la Dirección para su valoración y que se puedan adoptar las medidas preventivas necesarias.

El servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales llevará a cabo una evaluación individualizada del riesgo y de las tareas a realizar por la persona trabajadora, teniendo en cuenta sus factores de vulnerabilidad y especial sensibilidad.

3. ACTUACIONES ANTE UN CASO SOSPECHOSO O POSITIVO POR COVID-19

Adjuntamos en ANEXO 3 la definición de caso, contacto o sospecha.

La posibilidad, probabilidad, confirmación o contacto ha de ser definida por personal sanitario. Todos los residentes deben tener seguro sanitario que cubra las consecuencias derivadas de la infección por COVID-19. Recomendamos contratar un seguro médico.

Los casos sospechosos, posibles, probables o confirmados de residentes en el centro deberán permanecer en una habitación cumpliendo aislamiento. Indicamos en ANEXO 4 las condiciones de aislamiento que son de estricto cumplimiento.

El aislamiento se mantendrá hasta que se obtenga un resultado negativo en una muestra respiratoria, si hay disponibilidad de pruebas diagnósticas. Si no, se mantendrá al menos 14 días desde el inicio de síntomas siempre que haya habido una resolución del cuadro clínico.

Los casos probables y confirmados que hayan requerido ingreso hospitalario podrán recibir el alta si su situación clínica lo permite, aunque su PCR siga siendo positivo, pero deberá mantener aislamiento en la residencia al menos 14 días desde el alta hospitalaria o hasta que se obtenga un resultado de laboratorio negativo.

Se deberá identificar a todas las personas que puedan haber tenido un contacto estrecho con el caso mientras éste presentaba síntomas, para que realicen una vigilancia activa de su salud (control de temperatura, atención síntomas...).

Comunicación

Este Protocolo será comunicado a los residentes y a sus familias antes del comienzo de curso.

La aplicación ResiSmart de la Residencia Universitaria Puertanueva se mantendrá permanentemente actualizada con las medidas adoptadas.

A la llegada de los residentes a la Residencia Universitaria Puertanueva, se realizarán actividades formativas, así como durante el curso (si se considera necesario), para la educación sanitaria de los residentes y trabajadores sobre las vías de transmisión del virus y las medidas que se han adoptado en el centro para protegerlos.

En estas sesiones, se recordará la importancia de que aquellos residentes que presenten sintomatología (fiebre, tos persistente, dificultad para respirar, náuseas, diarreas o vómitos, pérdida de olfato y/o gusto, ...) acudan lo antes posible a un centro sanitario para ser diagnosticados.

Se colocará señalización en la entrada al centro que indique la necesidad de mantener las medidas básicas de seguridad: utilización de mascarilla en zonas comunes, lavado frecuente de manos y mantener distancia de seguridad.

Se indicará el aforo de cada espacio común, especificando las medidas concretas de higiene y seguridad a seguir para cada zona.

ANEXO 1: NORMATIVA PARA RESIDENTES DURANTE LA ESTANCIA EN LA RESIDENCIA UNIVERSITARIA A LO LARGO DEL PERIODO DE RIESGO

Los residentes han de seguir todas las normas de seguridad estipuladas en el protocolo previsto para el manejo de la prevención de riesgo por COVID-19 en la Residencia Universitaria Puertanueva.

Es obligatoria la asistencia a todas las sesiones de formación en torno al COVID-19 que se hayan previsto en la Residencia.

Los Residentes acreditarán la posesión de un seguro médico que cubra las situaciones clínicas derivadas de la infección por COVID-19 y que tenga validez durante el curso académico. No se considera válido un simple seguro de accidentes, sino que debe cubrir los daños causados por posible infección de COVID-19.

Los residentes han de informar, antes de su llegada a la residencia, acerca de su estado de salud y asegurando que no han presentado en los últimos quince días ningún síntoma de infección y si pertenecen a un grupo considerado como “de riesgo” por el Ministerio de Sanidad.

Los residentes aportarán el resultado de una PCR realizada en un periodo de 72 horas antes de entrar en la Residencia. La aportación del documento que acredite un resultado negativo será condición indispensable para poder acceder a las instalaciones de la Residencia.

Los residentes de riesgo tomarán las medidas necesarias de protección de acuerdo con el nivel de riesgo (ver Anexo 2).

Los residentes que han adquirido inmunidad frente al COVID-19, mantendrán todas las medidas de seguridad señaladas en este informe.

Si a los residentes internacionales se les exige por parte del Gobierno de España o cualquier otra autoridad competente, un periodo de aislamiento preventivo para entrar en España, este periodo podrán cumplirlo en régimen de aislamiento dentro de la Residencia.

El horario de cierre nocturno será moderado en consonancia con las medidas que adopten las autoridades sanitarias respecto al ocio nocturno. Se entiende que los centros de ocio nocturno suponen un riesgo de contagio manifiesto y que conviene evitar. Del mismo modo, bajo su responsabilidad personal, los residentes se comprometen a ser prudentes en sus tiempos de ocio y cumplir con las medidas de prevención que vayan recomendando las autoridades sanitarias en cada momento.

Del mismo modo, se restringirán al mínimo imprescindible las salidas de los residentes a sus ciudades de origen o a otros lugares.

Cada residente debe tener su propio termómetro y las mascarillas que necesitará para poder acogerse a las medidas de seguridad establecidas.

Es responsabilidad de cada residente comunicar en la mayor brevedad posible a la Dirección de la Residencia si se ha comenzado con síntomas, se ha estado en contacto con alguien COVID+ o si ellos mismos han recibido un resultado positivo. Para facilitar la detección de casos y como parte del proceso educativo de detección de síntomas de los residentes se pasará periódicamente un cuestionario adjunto al final de este anexo, a todos los residentes.

En caso de incumplir las medidas de seguridad adoptadas por la Residencia y dadas a conocer a todos previamente, se pondrá en conocimiento de sus padres y se tomarán las medidas que se consideren oportunas en función de la gravedad de la infracción, de cara mantener la seguridad de toda la Residencia.

No se permiten varias personas en una habitación exceptuando las habitaciones compartidas.

Se recomienda no compartir ropa, cigarrillos, comida, libros o apuntes por el riesgo de transmisión que esto conlleva.

CUESTIONARIO

¿Has tenido fiebre?

¿Tienes dificultad para respirar? ¿Tienes tos persistente?

¿Has tenido náuseas o vómitos o diarrea?

¿Has tenido pérdida del gusto o del olfato?

¿Has tenido contacto estrecho con alguna persona COVID+ en las últimas dos semanas?

ANEXO 2: GRUPOS DE RIESGO

Los principales grupos vulnerables son:

Los mayores de 60 años.

Personas diagnosticadas de hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer en tratamiento activo, inmunodeficiencias, y embarazadas.



ANEXO 3: CLASIFICACIÓN DE CASOS Y LOS CONTACTOS

Caso sospechoso:

Caso que cumple criterio clínico de caso sospechoso hasta obtener el resultado de la PCR.

Caso descartado:

Los casos sospechosos con PCR negativa e IgM también negativa, si esta prueba se ha realizado, en los que no hay una alta sospecha clínica, se considerarán descartados.

Caso confirmado con infección activa:

Caso con o sin clínica y PCR (u otra técnica de diagnóstico molecular que se considere adecuada), positiva.

Caso que cumple criterios clínicos, con PCR (u otra técnica de diagnóstico molecular que se considere adecuada) negativa y resultado positivo a IgM por serología (no por test rápidos).

Casos probables:

Los casos de infección respiratoria aguda grave con criterio clínico y radiológico compatible con COVID-19 con resultados de PCR negativos o los casos sospechosos con PCR no concluyente.

Contacto estrecho:

Cualquier persona que haya proporcionado cuidados a un caso: personal sanitario o sociosanitario que no han utilizado las medidas de protección adecuadas.

Cualquier persona que haya estado en el mismo lugar que un caso, a una distancia menor de 2 metros (ej. convivientes, visitas) y durante más de 15 minutos.

Se considera contacto estrecho en un avión, a los pasajeros situados en un radio de dos asientos alrededor de un caso y a la tripulación que haya tenido contacto con dicho caso.

Identificación de contactos estrechos:

En el momento que se detecte un caso sospechoso en la Residencia, se iniciarán las actividades de identificación de contactos estrechos. El periodo para considerar es desde 2 días antes del inicio de síntomas del caso hasta el momento en el que el caso es aislado.

En los casos asintomáticos confirmados por PCR, los contactos se buscarán desde 2 días antes de la fecha de diagnóstico.

El uso de mascarilla disminuye el contacto dejando de considerarse contacto estrecho todas aquellas personas que han estado en contacto manteniendo esta medida de protección.



ANEXO 4: CONDICIONES DE AISLAMIENTO Y ATENCIÓN A PERSONAS EN AISLAMIENTO

Los criterios que se han de seguir en el aislamiento son:

El aislamiento debe comenzar el mismo día de la sospecha o en menos de 12 horas. Se realizará o bien en la misma Residencia o, si no fuera posible o la Dirección lo estimara conveniente, en un lugar adecuado para ello asumiendo el residente el coste extra que supone.

La puerta de la habitación deberá permanecer cerrada hasta la finalización del aislamiento. La limpieza de la habitación será realizada por el propio colegial con material que se le facilitará para uso exclusivo de ella. Si el residente no se encuentra en condiciones de realizar la limpieza, personal adecuado realizará la limpieza, asumiendo el coste extra que esto supone. Deberá desinfectarse todo lo que haya estado en contacto con el residente.

En caso de que, por fuerza mayor, el residente infectado tenga que salir de la habitación, por ejemplo, para acudir a un centro sanitario, deberá utilizar mascarilla quirúrgica y realizar higiene de manos al salir y entrar en la habitación.

La comunicación será preferiblemente por teléfono.

La ropa personal, ropa de cama, toallas, etc. deberán ser de uso exclusivo del residente y cambiarse frecuentemente. La limpieza de esta tanto como de la ropa personal será asumida por el personal encargado.

Deberá seguir en todo momento las medidas de higiene respiratoria: cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar con el codo flexionado o pañuelos desechables que se depositarán en el cubo de basura dispuesto dentro de la habitación tras su uso, aunque esté solo en la habitación ya que eso facilita la higiene de cara a cualquier persona que en caso de necesidad tenga que entrar en la habitación y a las personas que van a limpiarla.

Deberá lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón.

Los residentes aislados, incluidos los enfermos, no podrán recibir visitas durante el periodo de aislamiento.

En el caso de que el residente sospechoso comparta habitación, se realizará un aislamiento en cohorte.

Indicamos a continuación temas relacionados con este aislamiento:

VAJILLA

Todos los utensilios serán desechables y los restos se depositarán en el contenedor de residuos, en el interior de la habitación.
La comida será entregada en una bandeja desechable.

RESIDUOS

Los residuos del residente, incluido el material desechable utilizado por la persona enferma (guantes, pañuelos, mascarillas) se han de eliminar en una bolsa de plástico (BOLSA 1) en un cubo de basura dispuesto en la habitación, con tapa y pedal de apertura, sin realizar ninguna separación para el reciclaje.

La bolsa de plástico (BOLSA 1) debe cerrarse adecuadamente e introducirla en una segunda bolsa de basura (BOLSA 2), al lado de la salida de la habitación, donde además se depositarán los guantes y mascarilla utilizados por el cuidador y se cerrará adecuadamente antes de salir de la habitación.

La BOLSA 2, con los residuos anteriores, se depositará con el resto de los residuos domésticos en la bolsa de basura (BOLSA 3) correspondiente al cubo de fracción resto. La BOLSA 3 también se cerrará adecuadamente.

Inmediatamente después se realizará una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos.

La BOLSA 3 se depositará exclusivamente en el contenedor de fracción resto (o en cualquier otro sistema de recogida de fracción resto establecida en la entidad local), estando terminantemente prohibido depositarla en los contenedores de recogida separada de cualquiera de las fracciones separadas (orgánica, envases, papel, vidrio o textil) o su abandono en el entorno.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES

El personal que acceda a realizar la limpieza de la habitación vestirá mascarilla FFP2, pantalla facial, calzas, doble par de guantes, gorro y bata desechable.

El residente vestirá mascarilla quirúrgica mientras se realiza la limpieza.

El personal de limpieza recibirá la formación adecuada para la limpieza de estas áreas y utilización del equipo de protección individual adecuado para el acceso a las mismas.

Los equipos de protección que sean desechables, se introducirán en un contenedor de residuos con tapa y etiquetado con las advertencias precisas. Asimismo los materiales utilizados en la limpieza (mocho de fregona, material textil, papel,...) se eliminarán tras su uso.

El procedimiento de limpieza y desinfección de las superficies y de los espacios en contacto con el residente con sospecha o enfermedad por COVID-19 se hará de acuerdo con la política habitual de limpieza y desinfección del centro utilizando desinfectantes indicados por el Ministerio de Sanidad.

Se realizará una limpieza más exhaustiva del baño.



ANEXO 5: RECOMENDACIONES SOBRE LA PRUEBA PCR

Como se indica en el Anexo I: “Los residentes aportarán el resultado de una PCR realizada en un periodo de 72 horas antes de entrar en la Residencia. La aportación del documento que acredite un resultado negativo será condición indispensable para poder acceder a las instalaciones de la Residencia.”

Se recomienda a los residentes que realicen la prueba PCR en sus lugares de origen y que lleguen a la Residencia con el documento acreditativo. En estos casos, salvo que dispongan de algún tipo de seguro médico que cubra este tipo de pruebas, los colegiales deberán hacer frente al coste de la prueba.

Recordamos que, muy a nuestro pesar, no se permitirá el acceso a la Residencia a las familias o acompañantes de los colegiales.

