

HOTEL ORANGE



RECOMENDACIONES PARA EL RETORNO INTELIGENTE EN EL SECTOR SERVICIOS GENERALES COVID-19

Teniendo en cuenta que la principal forma de contagio del coronavirus, COVID-19, es persona a persona, este puede presentarse cuando las gotitas de la tos o el estornudo de alguien infectado se transmiten por el aire a corta distancia (por lo general hasta una de 1.5 a 2 metros) y se depositan en las mucosas de la boca, la nariz o los ojos de las personas que están cerca. El virus también se puede propagar cuando alguien tiene contacto con una superficie u objeto contaminado con gotitas infectadas y luego se toca la boca, la nariz o los ojos.

Por lo anterior, se hace necesario aplicar las siguientes recomendaciones en todos los procesos de las empresas del sector servicios generales. Cumplir con las medidas preventivas nos ayudará a disminuir el riesgo de enfermarse por COVID-19.



HOTEL ORANGE

Higiene respiratoria

Para una buena higiene respiratoria, ten en cuenta:

- Tose o estornuda cubriéndote la boca y la nariz con la parte interna del codo.
- Usa también un pañuelo como medida alternativa y deséchalo en una caneca de basura con tapa inmediatamente después de utilizarlo.
- Lava tus manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol al 70 %.
- Infórmate en fuentes oficiales y confiables como la OMS, el Ministerio de Salud y el sitio web de SURA.

¿Cómo y cuándo usar la mascarilla?

Debes usarla si atiendes a alguien de quien se sospeche tiene la infección por el coronavirus, también si harás uso del transporte público o asistirás a lugares dispuestos para el abastecimiento de provisiones.

Si tengo tos o estornudos, ¿debo usar tapabocas?

Sí, esta debe usarse bajo estas condiciones como medida preventiva.

Además del uso de las mascarillas, ¿debo implementar otras medidas preventivas?

Las mascarillas solo son eficaces si se combinan con el lavado frecuente de manos con una solución hidroalcohólica o con agua y jabón. También debes aprender a usarla y a eliminarla correctamente.

¿Cómo ponerse la mascarilla?

Antes de ponerte una mascarilla, lávate las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol. Cúbrete la boca y la nariz con ella y asegúrate de que no haya espacios entre tu cara y la máscara.

Evita tocar la mascarilla mientras la usas. Si lo haces, lávate las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol. Cámbiatela tan pronto como esté húmeda y no reutilices las que son de un solo uso.

Distanciamiento social: Es la práctica de mantener un espacio entre las demás personas y tú fuera de casa. Podemos propagar el virus antes de saber que estamos enfermos; por esto, es importante mantener siempre una distancia prudente; se recomienda una entre 1.5 y 2 metros entre personas, así ayudaremos a desacelerar el contagio del COVID-19.

Para practicar el distanciamiento social, ten en cuenta:

- Limita el contacto cercano con personas fuera de tu casa y frente a frente con otras en lugares públicos como ascensores, porterías, entre otros.
- No te reúnas en grupos.



HOTEL ORANGE

- Limita las interacciones en las filas, servicios de transporte o en tu comunidad. El tiempo para compartir ya volverá, ahora debemos cuidarnos.
- Conserva una distancia entre 1.5 y 2 metros en filas o sillas mientras esperas turnos. Esto beneficia especialmente a las personas que puedan tener condiciones de salud especiales y un mayor riesgo de enfermarse gravemente.
- Programa tus actividades no laborales para que tu horario de salida y regreso no concuerde con horas de mayor afluencia de público.
- Haz uso de las opciones de entregas a domicilio.

El COVID-19 se propaga principalmente entre personas que están a menos de dos metros por un periodo prolongado. El contagio ocurre cuando alguien infectado tose, estornuda o habla y las gotitas de su boca o nariz se expulsan al aire, pudiendo ser inhaladas o transferidas a la boca o nariz de quienes están cerca.

Estudios recientes indican que las personas que están infectadas, pero no tienen síntomas, probablemente juegan también un rol en la propagación del COVID-19.

Es posible contagiarse por contacto con una superficie u objeto que tenga el virus si después de esto las manos se llevan a la boca, la nariz o los ojos.

Este virus puede vivir por horas, o incluso días, sobre una superficie dependiendo de factores como la luz solar y la humedad.

Limpieza y desinfección:

Limpieza es el proceso por el cual se elimina la suciedad, la grasa, el polvo y los otros elementos, visibles o no, que cubren las superficies y objetos, que causan su deterioro y se convierten en medios de cultivo para gérmenes de todo tipo: bacterias, virus, hongos, parásitos. por su parte, la desinfección es el proceso que tiene por objeto eliminar los organismos patógenos a través de medios físicos como el calor, o de medios químicos. Para realizar desinfección química es indispensable elegir el agente apropiado. Los virus se consideran formas residuales de organismos vivos, que hacen daño cuando logran adherirse e introducirse en células vivas para reproducirse. Existen diversos tipos de coronavirus y el SARS CoV2 es uno de ellos, el más perjudicial hasta este momento para la vida humana en todas sus dimensiones, y de allí su importancia.

Debes tener en cuenta:

- Para limpiar y desinfectar utiliza los elementos de protección personal: guantes largos (no quirúrgicos) puestos debajo de las mangas, protección de mucosas (respiratoria y visual), protección de cabeza (cobertor de cabello) y overol impermeable. Verifica los procedimientos de ingreso a las áreas de trabajo, no mezcles la ropa de trabajo con la de calle. Lava bien tus manos antes de colocarte la ropa de trabajo limpia y los elementos de protección, también después de realizar las labores.



HOTEL ORANGE

- Retira el polvo en húmedo. No levantes nubes de él puesto que el virus puede también levantarse de superficies contaminadas. Ventila, en lo posible, las áreas que estén limpiándose.
- Preferiblemente, pasa paños impregnados con el agente desinfectante. Prepáralo de acuerdo con las indicaciones del proveedor. Solo utiliza la aspersion para distribuir el producto y luego frota la superficie para garantizar la uniformidad.
- No utilices cepillos o herramientas que salpiquen. Si debes usar algún desengrasante antes de desinfectar, no los mezcles; desengrasa, enjuaga y luego desinfecta.
- Los baños deben limpiarse y desinfectarse varias veces al día, incluyendo paredes y puertas, según la frecuencia de uso; primero debe hacerse con jabón o detergente doméstico normal y luego, después de enjuagar, se aplica desinfectante doméstico, que contenga hipoclorito de sodio al 0.5%. De igual manera se hace con pasamanos, puertas, picaportes, interruptores, mesas y sillas. Descarta los paños que limpien elementos de uso frecuente.
- Procede a limpiar y desinfectar desde las partes más altas a las más bajas y, por último, el piso.
- En las oficinas debe ponerse especial atención al uso personal de todos los implementos, evitando compartir cosedoras, equipos de cómputo, esferos y demás. Deben mantenerse muy limpios y desinfectar también los escritorios, sillas, mouse, libros, archivadores, impresoras, etc.; estos deben ser limpiados varias veces al día. De la misma forma deben cuidarse las estaciones de café y los hornos microondas, colocando en lo posible dispensadores que no requieran tocar válvulas o necesitar sacar elementos de cajas como, por ejemplo, los mezcladores; deben utilizarse vasos o pocillos personales.
- Usa traperos y elementos exclusivos para cada área, lávalos y desinfectalos después de cada uso.
- Descarta o reutiliza los elementos de trabajo y protección; sigue los procedimientos establecidos en cada caso y reporta inmediatamente el deterioro de cualquiera de ellos.
- Mantén limpios y desinfectados los recipientes de recolección de residuos.
- Establece una frecuencia de desinfección de pisos, paredes y techos de una o dos veces por semana.

TALENTO HUMANO

Es necesario un retorno al trabajo de manera segura y progresiva para reactivar la economía protegiendo la salud. Para ello se propone una manera de retomar las actividades laborales teniendo en cuenta la vulnerabilidad de las personas y los riesgos a los que estarán expuestas. La empresa debe prepararse para el regreso al trabajo e informar a sus colaboradores las medidas de prevención y mitigación que ha adoptado, demostrando su diligencia y cuidado con la salud de sus empleados, generando confianza y tranquilidad.



HOTEL ORANGE

Encuestas de Autoevaluación de Síntomas de COVID-19:

Aplica diariamente, antes del ingreso a la jornada laboral, “la autoevaluación de síntomas de COVID-19”, con el objetivo de detectar personas enfermas en su etapa inicial y remitirlas de manera temprana a manejo médico adecuado y aislamiento social.

Identificación de la población en riesgo:

COVID-19 es una enfermedad viral que puede afectar a todas las personas independientemente de la edad, el estrato económico o las condiciones de salud, por lo que se han identificado poblaciones que pueden ser más susceptibles a enfermarse.

La identificación de esta población puede hacerse teniendo en cuenta algunas especificaciones como:

- Personas con afecciones médicas preexistentes: con inmunosupresión (pacientes con cáncer, virus de inmunodeficiencia humana, con diagnóstico de enfermedades cardiovasculares como hipertensión arterial, diabetes mellitus -azúcar en la sangre-, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, asma, alteraciones inmunológicas, en tratamiento inmunosupresor).
- Mayores de 60 años.
- Mujeres en estado de embarazo.

Supervisores, jefes, líderes de áreas:

- Cumplir las medidas establecidas por la empresa para la prevención de contagio del COVID-19 y vigilar el cumplimiento de ellas durante la jornada laboral.
- Garantizar el cumplimiento de las medidas de limpieza y desinfección de áreas donde interactúan las personas.
- Estar atentos a la identificación y el seguimiento de casos potenciales de contagios, promoviendo entre los trabajadores la importancia de quedarse en casa ante situación de gripa o posible contacto con persona diagnosticada con COVID-19 positivo.
- Limitar el ingreso de quienes hayan tenido contacto con personas positivas para COVID-19, sin haber sido evaluadas previamente por su entidad de salud.
- Informar a la empresa si se presenta un aumento inusual de enfermos o de incapacidades.
- Proveer material didáctico a los trabajadores, en el que se promueva el adecuado lavado de manos y la desinfección de puestos de trabajo como una de las medidas más efectivas para evitar contagio.

Medidas de precaución estándar, como la higiene de manos y la respiratoria, así como el uso de guantes y elementos de protección personal.

- Informar y promover en los colaboradores la notificación oportuna de síntomas gripales, como fiebre o tos, y la orientación a quedarse en casa, según la sintomatología presentada.
- Informar inmediatamente, a través de los canales dispuestos para tal fin, si algún trabajador presenta síntomas de enfermedades respiratorias.
- Comunicar las medidas de prevención de riesgos a los empleados, los contratistas y al personal de servicios tercerizados y generar un flujo de información de ambas vías con empleados.



HOTEL ORANGE

- Verificar el suministro y la reposición oportuna de los elementos de protección personal.

Reduce al máximo el contacto de los trabajadores de la empresa con clientes o terceros

- Cuando sea viable, debe reducirse el contacto cliente y/o tercero sustituyendo reuniones presenciales por virtuales o telefónicas.
- Instalar barreras protectoras plásticas contra estornudos y ventanillas para servicio al cliente.
- Mantener buen sistema de ventilación en áreas de trabajo que implique contacto con clientes y/o terceros.
- Usar los elementos de protección personal en todo momento durante la jornada.
- Señalizar y demarcar áreas para mantener el distanciamiento social mínimo e informar sobre los protocolos de higiene dentro de las instalaciones.
- Evitar el contacto físico en saludos de beso, abrazo o mano y evitar el uso de accesorios como anillos o joyas.
- En los puntos de venta y de atención al cliente, promover medios digitales, transacciones electrónicas o bolsas de seguridad, evitar contacto directo con el cliente, promover distanciamiento social mínimo de 1.5 a 2 metros.
- Fortalecer, durante la atención al público, las medidas de aseo y desinfección permanente en puntos de venta, zonas comunes, baños y áreas de alto tráfico, carros y canastillas de mercado, góndolas, puntos de pago, pasamanos de escaleras, lugares de alto contacto, como botones eléctricos, entre otros, con una frecuencia mayor a la habitual.
- Aumentar los esfuerzos para la realización de labores de limpieza y desinfección de las instalaciones, antes de la apertura y después del cierre.
- En la medida de lo posible, se recomienda llevar un registro de identificación de proveedores y clientes (con algún dato de contacto, como correo o teléfono) que sirva como referencia para las autoridades sanitarias en caso de que algún trabajador salga positivo para COVID-19, de modo que puedan rastrearse los contactos.
- Definir un protocolo de prevención y control del COVID-19 para terceros (clientes, proveedores, visitantes, contratistas) que ingresen a las instalaciones de la empresa, el cual contenga, además, las medidas de actuación en caso de identificarse personas sospechosas de la enfermedad. El personal de servicios generales que ingrese a las instalaciones de una empresa deberá acogerse a las medidas definidas en dicho protocolo.
- Establecer protocolos de bioseguridad para el personal encargado de la entrega o recepción de productos, documentos, insumos, etc., que incluya medidas como evitar el contacto físico con los clientes, proveedores o terceros.
- Es importante que el personal que esté en contacto con terceros cuente con un kit de limpieza (guantes de látex, tapabocas, gel a base de alcohol, pañuelos desechables de un solo uso).
- Comunicar a los clientes el sentido de estas medidas. Así las entenderán, contribuirán y se sentirán más seguros usando tus servicios.



HOTEL ORANGE

- Antes de iniciar el turno y entrar al área de trabajo, todos los colaboradores deben pasar por el proceso de desinfección (lavado de manos y desinfección de calzado); así mismo debe hacerse al salir de las áreas de trabajo.
 - Para aquellas personas que dentro de sus actividades diarias deben usar el tapabocas o las mascarillas de filtros u otras referencias, esta sirve como medida de protección contra el coronavirus.
 - Realizar el lavado de manos siempre que se realice un cambio de actividad.
 - Tener una referencia de quienes realizaron trabajos en las diferentes áreas y evitar en lo posible la rotación de ellas.
-
- Evitar compartir herramientas, equipos y elementos personales sin realizar previamente la desinfección de ellos.
 - Al terminal el turno, realizar la desinfección de controles de mando, herramientas, elementos usados, mesas de trabajo, elementos de protección personal y calzado.
 - Cuando se tenga que vaciar la bolsa de recolección hacerlo con los elementos de protección y cambiarla por una limpia. Luego poner los residuos en el interior de una bolsa evitando levantar polvo o sacudir; finalmente, lavarse las manos de acuerdo con el protocolo.
 - Los elementos de uso común, como grecas, termos y elementos para la preparación de alimentos deben limpiarse y desinfectarse de acuerdo con los procedimientos del manual de limpieza y desinfección de equipos. Recuerda que el virus es vulnerable al jabón.
 - Realizar limpieza y desinfección de contenedores, canastillas, cajas que contengan accesorios o partes de los equipos antes de tomarlos con las manos para ser transportados.
 - Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca mientras se operan los equipos.
-
- Las normas de seguridad para uso y mantenimiento de herramientas manuales en el proceso productivo siguen siendo muy importantes para esta época de reincorporación al trabajo, haciendo especial énfasis en su limpieza y desinfección antes y después de utilizarlas y en la restricción de compartirlas entre personas siempre que sea posible.

Limpieza y desinfección de herramientas

Esto es lo que debe tenerse en cuenta para desinfección química contra COVID-19: En lo posible, utilizar herramientas y elementos personales. Si deben compartirse, usar guantes. Identificar el material del cual está elaborada la herramienta o instrumento.

- Mantener muy limpias las herramientas y superficies de trabajo. Retirar el polvo y las impurezas con paños o trapos limpios y húmedos.
- Si es necesario, desengrasar las superficies al momento de limpiarlas y evitar hacer mezclas de productos químicos.
- Enjuagar y ventilar muy bien el lugar de trabajo. Elegir el desinfectante adecuado, teniendo en cuenta que los más recomendados son: agua y jabón, alcohol etílico al 70 % e hipoclorito de sodio al 0.5 %.



HOTEL ORANGE

- Si el material es metálico, utilizar agentes desinfectantes a base de alcohol etílico e isopropílico, considerando su inflamabilidad y, por consiguiente, cuidando las fuentes de ignición.
- Utilizar hipoclorito de sodio al 0.5 % para desinfectar herramientas de otros materiales, que no sean superficies porosas o absorbentes. Tener en cuenta su acción corrosiva sobre metales y blanqueadora.
- Cabe destacar que el tiempo mínimo de contacto con estos desinfectantes es de un minuto, para garantizar la destrucción del virus.

5. MOVILIDAD

Para desplazarte en un vehículo, te recomendamos hacer lo siguiente:

- Abre los vidrios de las ventanas y mantenlos abajo en lo posible, para favorecer la ventilación interna del vehículo, garantizar que el aire fluya y generar más cambios en el habitáculo.
- Para viajes cortos, considera caminar o usar bicicleta.
- Evita viajar con personas que tengan síntomas de virus y si lo haces, pídeles que usen tapabocas y mantén ventilado el vehículo. Si viajas con alguien, haz que se haga en la parte de atrás y sobre la derecha del auto. Limpia las superficies como cinturón de seguridad, timón, área de instrumentos y freno de mano.
- Si utilizas motocicleta o bicicleta: limpia tu vehículo a diario, especialmente en los manubrios; mantén aseado tu casco, gafas y elementos de protección. En caso de un estornudo, realiza una limpieza especial y no permitas que otras personas usen estos elementos. Ten cuidado al acercarte a un vehículo, sus ocupantes podrían estornudar o toser sin advertir tu presencia. Lávate las Para desplazarte en un vehículo, te recomendamos hacer lo siguiente:

manos con agua y jabón al llegar a tu destino.

- Si te desplazas en el sistema de transporte público masivo o en taxis, usa la mascarilla convencional de manera obligatoria.

