

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

MEDIDAS DE PROTECCIÓN FRENTE AL CORONAVIRUS

APERTURA DE ESTABLECIMIENTOS
Y LOCALES COMERCIALES MINORISTAS
Plan para la Transición hacia una nueva normalidad (Fase 0)



Orden SND/388/2020, de 3 de mayo, por la que se establecen las condiciones para la apertura al público de determinados comercios y servicios, y la apertura de archivos, así como para la práctica del deporte profesional y federado.



Castilla-La Mancha

ÍNDICE

1	Medidas básicas de protección	2
	• Medidas generales	2
	• Uso correcto de la mascarilla	3
2	Franjas horarias para salir a la calle	4
3	Reapertura al público de establecimientos y locales comerciales minoristas y de prestación de servicios	6
4	Medidas generales de protección	7
5	Medidas de protección de las personas trabajadoras	7
6	Medidas de protección de los clientes	8
7	Higiene general y limpieza de los establecimientos	9



1.- MEDIDAS BÁSICAS DE PROTECCIÓN

1.1.- MEDIDAS BÁSICAS

El lavado de manos con agua y jabón, y en su defecto soluciones hidroalcohólicas con capacidad virucida, el mantenimiento de seguridad interpersonal de dos metros y el uso adecuado de la mascarilla son medidas clave para evitar la propagación del virus.

Junto a las tres principales recomendaciones debemos extremar el conjunto de las medidas de prevención que a continuación se indican:

- Higiene de manos frecuente: lavado con agua y jabón o soluciones hidroalcohólicas con capacidad virucida.
- Mantenimiento de distancia de seguridad interpersonal de dos metros.
- Uso adecuado de la mascarilla.
- Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado.
- Utilización de pañuelos desechables de un solo uso.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión.
- Desinfección de superficies de uso frecuente y común.
- Evitar el contacto con personas que presenten síntomas.
- Evitar posibles aglomeraciones.

Medidas de prevención COVID-19



- ✓ Lavarse las manos con jabón o solución hidroalcohólica (Mira que la etiqueta incluya UNE EN 14476)
- ✓ Mantener la distancia de, al menos, dos metros con otras personas.
- ✓ Uso correcto de la mascarilla
- ✓ Desinfectar las superficies comunes y los objetos personales con frecuencia
- ✓ Usar pañuelos desechables y mantener la etiqueta respiratoria (tosar en el codo)



1.2.- USO CORRECTO DE LA MASCARILLA

Un uso incorrecto de la mascarilla puede generar más riesgo de contagio. Por ello, es esencial seguir las indicaciones de las autoridades sanitarias:

Colocación

- Lavarse las manos antes de ponerse la mascarilla
- Cogerla por las gomas
- Colocarla sobre la cara, con la zona azul hacia fuera y el alambre arriba.
- Debe cubrir nariz, boca y barbilla
- Evitar tocarla mientras la lleves puesta

Retirada

- Tomar las gomas por detrás, sin tocar la mascarilla
- Desecharla en un cubo cerrado
- Lavarse las manos después
- Evitar reutilizar las mascarillas de un solo uso

Cuándo debe utilizarse

- Cuando no se pueda guardar una distancia de seguridad de 2 metros. Su uso es obligatorio en el transporte público.

**EL LAVADO DE MANOS
LA DISTANCIA DE SEGURIDAD
EL USO CORRECTO DE LA MASCARILLA**
Son clave para evitar la propagación del virus

CÓMO SE DEBE USAR LA MASCARILLA



Antes de ponerte la mascarilla, debes lavarte las manos



Cógela por las gomas laterales, colocando el alambre arriba



Cubre la nariz, boca y barbilla



Evita tocar la mascarilla, mientras la lleves puesta

PARA RETIRARLA



Retírala tomando las gomas, sin tocar la parte frontal



Si es de un solo uso deséchala en un recipiente cerrado



Lávate las manos después

**Un uso incorrecto de la mascarilla puede generar más riesgo de contagio
Sigue las medidas de prevención indicadas por las autoridades sanitarias**

**ESTE VIRUS
LO PARAMOS UNIDOS**

Castilla-La Mancha

Consulta más información en: [@sanidadCLM](https://twitter.com/sanidadCLM) | facebook.com/sanidadclm | <https://sanidad.castillalamancha.es>



2.- FRANJAS HORARIAS PARA SALIR A LA CALLE

Personas de 14 años en adelante

Las personas de 14 años en adelante podrán pasear y/o hacer deporte individual al aire libre, en horario de 6.00 a 10.00 horas y de 20.00 a 23.00 horas.

A partir de 70 años y personas dependientes

Las personas a partir de 70 años de edad y las personas dependientes podrán salir en horario de 10.00 a 12.00 horas y de 19.00 a 20.00 horas.

Menores de 14 años

Podrán salir a pasear o jugar acompañados de un adulto y en horario de 12.00 a 19.00 horas.

En municipios con población igual o inferior a 5.000 habitantes no se aplicarán estas franjas horarias, se podrá salir a la calle en horario es de 6.00 a 23.00 horas.

- **Paseos:**

Se podrá pasear al aire libre solo o con un acompañante con el que se conviva, una vez al día, durante un máximo de una hora y en un radio de 1 kilómetro respecto al domicilio.

En cualquier caso habrá que mantener la distancia de seguridad interpersonal de 2 metros.

- **Deporte individual:**

Se podrá practicar ejercicio físico una vez al día, de forma individual y siempre dentro del municipio donde se resida.

No podrán realizar estas actividades aquellas personas que presenten síntomas o estén en aislamiento domiciliario debido a un diagnóstico por COVID-19, o que se encuentren en período de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto con alguna persona con síntomas o diagnosticado de COVID-19.

Se deben evitar los espacios concurridos, así como aquellos lugares donde puedan existir aglomeraciones.



Información sobre paseos y ejercicio al aire libre



Mayores de 14 años para paseos

Mañanas/Noches
De 6 a 10 h o
De 20 a 23 h

1

hora

Podremos salir durante 1 hora al día a pasear



+ 70 y personas dependientes con cuidador

Mañanas/Tardes
De 10 a 12 h
De 19 a 20 h

1

acompañante

Acompañados de 1 persona con la que convivamos



Menores de 14 años con un adulto

Tardes
De 12 a 19 h

1

km

En un radio de 1 km de nuestro domicilio

Mayores de 14 años para hacer deporte



Mañanas/Noches
De 6 a 10 h o
De 20 a 23 h

Sin límite de tiempo pero dentro de los límites de la provincia



En municipios de hasta 5000 habitantes no hay franjas. El horario para pasear o hacer deporte es de 6:00 a 23:00 h

sanidad.castillalamancha.es



3.- REAPERTURA AL PÚBLICO DE ESTABLECIMIENTOS Y LOCALES COMERCIALES MINORISTAS Y DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS

- Acceso a través de **cita previa** para garantizar un único cliente por cada trabajador.
- **Atención individualizada** al cliente con la debida separación física prevista, en el caso de que esto no sea posible, mediante la instalación de mostradores o mamparas.
- Garantía de **horario de atención preferente para mayores de 65 años**, que deberá coincidir con las franjas horarias para la realización de actividad física al aire libre para este colectivo.
- De 10.00 a 12.00 horas y de 19.00 a 20.00 horas.
- **Sistema de recogida** en el local de los productos encargados para evitar aglomeraciones en el interior del local o su acceso.
- Los **desplazamientos** a estos establecimientos y locales podrán efectuarse únicamente dentro del municipio de residencia, salvo que el servicio o producto no se encuentre disponible en el mismo.

**Medidas de protección
para la apertura de establecimientos
y locales comerciales de hasta 400 m²**

- ▶ Acceso a través de **cita previa**. 
- ▶ Cuando no se puedan mantener dos metros entre profesional y cliente, como en clínicas o peluquerías, será necesario el **uso de mascarilla**. 
- ▶ **La separación entre clientes** será de dos metros, en caso de haber mampara será de un metro. 
- ▶ Se habilitará un **horario de atención preferente para mayores de 65 años**, de 10.00 a 12.00 horas y de 19.00 a 20.00 horas. 
- ▶ **Limpieza y desinfección** del local, al menos, dos veces al día, con especial atención a las superficies de contacto más frecuente (pomos de puertas, mostradores, ...). 
- ▶ **Atención individualizada**, con un único cliente por profesional. 
- ▶ Los clientes dispondrán de dispensadores de **gel hidroalcohólico** a la entrada para el lavado de manos. 
- ▶ En locales de ropa los **probadores** deberán utilizarse por una única persona y tras su uso se desinfectarán. 
- ▶ Cuando un cliente se pruebe una prenda que no adquiera, la **prenda será higienizada** después de cada uso. 
- ▶ En bares y restaurantes, se establecerá un **sistema de recogida** de los productos encargados para evitar aglomeraciones. 
- ▶ Por regla general, los desplazamientos a estos establecimientos y locales podrán efectuarse únicamente **dentro del municipio** de residencia. 

No pueden acudir a estos establecimientos aquellas personas que presenten síntomas o estén en aislamiento domiciliario debido a un diagnóstico por COVID-19, o se encuentren en período de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto con alguna persona con síntomas o diagnosticado con COVID-19.



4.- MEDIDAS GENERALES DE PROTECCIÓN

Además de las medidas generales de protección indicadas en los puntos 1, 2 y 3:

- Los establecimientos y locales deberán poner a disposición del público dispensadores de **geles hidroalcohólicos** con actividad virucida a la entrada del local y deberán estar siempre en perfectas condiciones de uso.
- **Separación física de dos metros** entre profesional y cliente; cuando no se pueda mantener, como en clínicas o peluquerías, será necesario el uso de protección individual adecuados al nivel de riesgo.
- La **separación entre clientes** será de dos metros, excepto cuando haya mampara que será de un metro.
- Se habilitará un horario de atención preferente para **mayores de 65 años**, de 10.00 a 12.00 horas y de 19.00 a 20.00 horas.
- En los establecimientos y locales comerciales que cuenten con **zonas de autoservicio**, deberá prestar el servicio un trabajador del establecimiento.

5.- MEDIDAS DE PROTECCIÓN DE LAS PERSONAS TRABAJADORAS

Además, de las medidas generales de protección indicadas en los puntos 1, 2, 3 y 4:

- Se tomarán en consideración las recomendaciones que el Ministerio de Sanidad tiene a disposición del público en su página web y, en particular, la contenida en el documento “Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-COV-2)”, documento que se actualiza periódicamente, incluyendo las recomendaciones más actuales y adaptadas a las circunstancias cambiantes.
- Si alguna persona trabajadora correspondiese al perfil de “persona de riesgo” según las recomendaciones del Ministerio de Sanidad, bien por embarazo, patologías crónicas previas o edad, se procederá a la revisión de su puesto de trabajo por el servicio de prevención, para considerar la conveniencia o no de recomendar su “aislamiento preventivo”.
- En todo caso:
 - Las personas trabajadoras contarán con equipos de **protección individual** adecuados al nivel de riesgo en el lugar de trabajo, así como **geles hidroalcohólicos** con actividad virucida autorizados, o cuando esto no sea posible, agua y jabón.
 - El **uso de mascarillas** será necesario cuando no se pueda garantizar la distancia de seguridad entre el trabajador y el cliente o entre los propios trabajadores.
 - La **distancia de seguridad** entre vendedor o proveedor de servicios y cliente durante todo el proceso de atención al cliente será de, al menos, un metro cuando se cuente con elementos de protección o barreras o de, aproximadamente, dos metros sin estos elementos.



- En el caso de servicios que no permitan el mantenimiento de la distancia de seguridad interpersonal, como pueden ser las **peluquerías, centros de estética o fisioterapia**, se deberá utilizar el equipo de protección individual oportuno que asegure la protección tanto del trabajador como del cliente, debiendo asegurar en todo caso el mantenimiento de la distancia de dos metros entre un cliente y otro.
- Asimismo, las medidas de distancia de seguridad previstas deberán cumplirse en cualquier otra **zona de uso común** (vestuarios,...).

6.- MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA CLIENTES

Además, de las medidas generales de protección indicadas en los puntos 1, 2, 3 y 4:

- El tiempo de permanencia en los establecimientos y locales será el estrictamente necesario.
- No se podrá poner a disposición de los clientes productos de prueba.
- En los establecimientos del **sector comercial textil y de arreglos de ropa** y similares los probadores deberán utilizarse por una única persona y después de su uso se limpiarán y desinfectarán.
- Cuando un cliente se pruebe una prenda que posteriormente no adquiera, la **prenda será higienizada** antes de que sea facilitada a otros clientes.
- Se recomienda **no facilitar revistas, prensa, tabletas digitales** o cualquier elemento que pueda pasar de un cliente a otro.
- Se aconseja evitar la utilización de **objetos personales** durante la compra o servicio.
- Las actividades de **hostelería y restauración** podrán realizarse mediante servicios de entrega a domicilio y mediante la recogida de pedidos por los clientes en los establecimientos correspondientes, quedando prohibido el consumo en el interior de los mismos.
- En los **servicios de recogida** de productos, el cliente deberá realizar el pedido por teléfono y el establecimiento establecerá un sistema de recogida para evitar aglomeraciones.
- Se **evitará la manipulación directa** de los alimentos por parte de los clientes, especialmente los no envasados, y de equipos.
- Se recomienda el **pago con tarjeta** y la limpieza del TPV tras cada uso.

No podrán acudir a los establecimientos comerciales aquellas personas que:

- En el momento de la reapertura del establecimiento comercial estén en aislamiento domiciliario por tener diagnóstico de COVID-19 o tengan alguno de los síntomas compatibles con el COVID-19.
- Personas que, no teniendo síntomas, se encuentren en período de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto con alguna persona con síntomas o diagnosticada de COVID-19.



7.- HIGIENE GENERAL Y LIMPIEZA

- Los establecimientos y locales que abran al público en los términos del artículo 1 de la Orden SND/388/2020, de 3 de mayo, realizarán, al menos dos veces al día, una **limpieza y desinfección** de las instalaciones con especial atención a las superficies de contacto más frecuentes (pomos de puertas, mostradores, muebles,...).
- Esta limpieza y desinfección se realizará conforme a las **siguientes pautas**:
 - Una de las limpiezas se realizará, obligatoriamente, al finalizar el día.
 - Se utilizarán desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida que se encuentran en el mercado y que han sido autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad, que cumplen la norma UNE-EN 14476. Listado desinfectantes con actividad virucida:
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf
 - Tras cada limpieza, los materiales empleados y los equipos de protección individual utilizados se desecharán de forma segura, procediéndose posteriormente al lavado de manos.
 - Para dicha limpieza se podrá realizar, a lo largo de la jornada y preferentemente a mediodía, una pausa de la apertura dedicada a tareas de mantenimiento, limpieza y reposición.
 - Asimismo, se realizará una limpieza y desinfección de los puestos de trabajo en cada cambio de turno, con especial atención a las superficies de contacto más frecuentes y prestando especial atención a aquellos utilizados por más de un trabajador.

Cuando en el establecimiento o local vaya a permanecer más de un trabajador atendiendo al público, las medidas de limpieza se extenderán a zonas privadas de los trabajadores como vestuarios, taquillas, aseos, cocinas y áreas de descanso, además de la zona comercial.

- Se procederá al lavado y desinfección diaria de los uniformes y ropa de trabajo. Se recomienda lavarse de forma mecánica en ciclos de lavado entre 60 y 90 grados centígrados. En aquellos casos en los que no se utilice uniforme o ropa de trabajo, las prendas utilizadas por los trabajadores en contacto con los clientes también deberán lavarse en las condiciones señaladas anteriormente.
- A la entrada del local se recomienda la desinfección de las suelas del calzado con desinfectantes que cumplan la norma UNE-EN 14476. Listado desinfectantes con actividad virucida autorizados por el Ministerio de Sanidad:

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



- Se deberá garantizar una **ventilación adecuada** de las instalaciones.
- No se utilizarán los **aseos** de los establecimientos comerciales por parte de los clientes, salvo en caso estrictamente necesario. En este último caso, se procederá de inmediato a la limpieza de sanitarios, grifos y pomos de puerta.
- Todos los establecimientos y locales deberán disponer de **papeleras**, a ser posible con tapa y pedal, en los que poder depositar pañuelos y cualquier otro material desechable.
- Se debe revisar al menos diariamente el **funcionamiento de dispensadores** de gel desinfectante, papel desechable, etc., procediendo a reparar o sustituir aquellos equipos que presenten averías.





Castilla-La Mancha