

PMMT

—
FORWARD
THINKING
HEALTHCARE
ARCHITECTURE



—
RECOPIACIÓN DE MEDIDAS DE
PROTECCIÓN EN ESPACIOS DE
TRABAJO FRENTE AL COVID-19

Mayo 2020

Recopilación medidas COVID19

1.

Barreras físicas



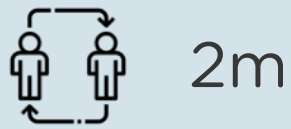
2.

Protocolos de limpieza



3.

Distancia interpersonal



4.

Condiciones ambientales



5.

Diseño para no tocar



Recopilación de medidas para una vuelta al trabajo segura. Se han tomado como referencia las recomendaciones de las autoridades sanitarias y se han completado con propuestas que ayuden a implementarlas.

1.

Barreras físicas



► Disponer de equipos de protección individual adecuados al trabajo que se tenga que desarrollar.

► Mascarillas

1. **Mascarillas quirúrgicas**, Para no contagiar a otras personas. No impiden el paso del virus por inhalación. De un solo uso
2. **Mascarillas higiénicas**. Para no contagiar a otras personas (poco fiable). No impiden el paso del virus por inhalación. De un solo uso.
3. **Mascarillas autofiltrantes FFP1** sin válvula de exhalación. Para no contagiar a otras personas.
4. **Mascarillas autofiltrantes FFP2*** sin válvula de exhalación. Para no contagiarse y no contagiar.
5. **Mascarillas FFP2 y FFP3 con válvula de exhalación***, para no contagiarse. La válvula permite una mayor comodidad respiratoria, pero no impiden contagiar a otras personas.

* Consultar su reutilización con fabricante

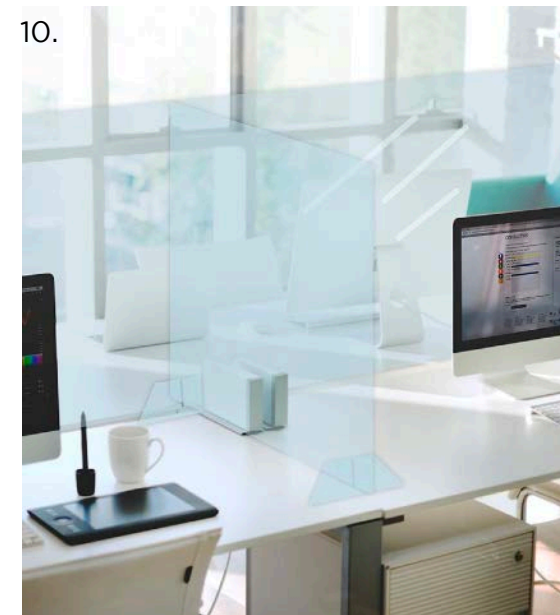
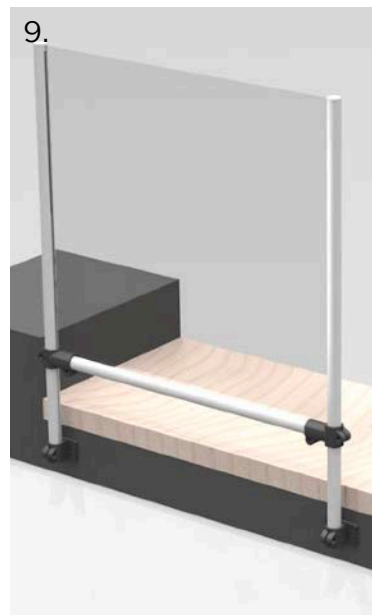
6. **Guantes de nitrilo, vinilo o látex**. Un solo uso. Sólo para aquellos puestos de trabajo que lo requieran
7. Prototipo mascarilla para personas de atención al público que permite leer los labios y ver la expresión facial. A día de hoy aún en fase de prototipaje.
8. Pantalla tipo visera, como barrera física no filtrante. Prototipos de autoproducción.

► Situar mamparas separadoras en mostradores o mesas de trabajo compartidas.

► 9. Mamparas fijación frontal o sobremesa

[modelo rose krieger](#)
[productos Bernadí](#)

- 10 Mampara de sobremesa de policarbonato
[modelo oficinas Montiel](#)



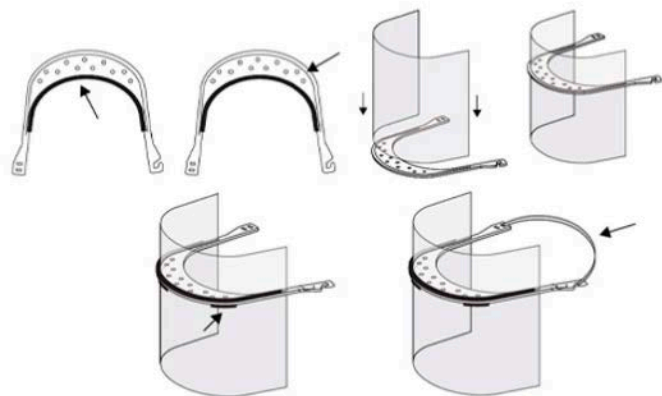
9.

1.

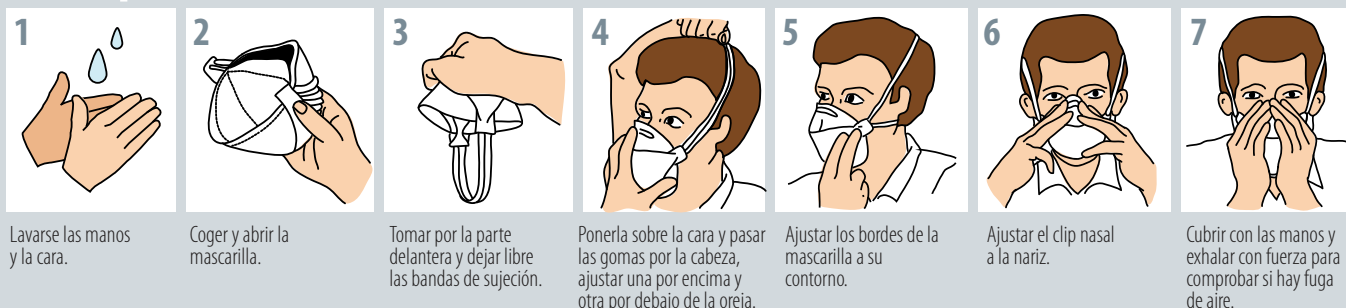
Barreras físicas (comunicación)



- ▶ Colocar carteles explicativos y recordatorios para la correcta colocación de mascarillas y guantes.
- ▶ No reutilizar mascarillas desechables
- ▶ Toda barrera de protección debe ir acompañada del correcto lavado de manos y evitar tocarse la cara.
- ▶ Se debe evitar la falsa sensación de seguridad que provocan los elementos barrera. **El lavado de manos correcto y frecuente sigue siendo la medida más eficaz en aquellos puestos de trabajo que no permiten la distancia de 2 m.**
- ▶ Disponer de papeleras específicas para el material de protección.
- ▶ Detalle de viseras de impresión 3D con pantalla 3mm plexiglas



Cómo ponerse la mascarilla



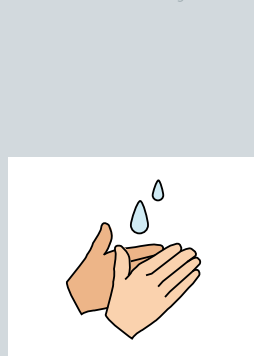
Cómo quitársela



Qué no hacer



Antes de usar guantes

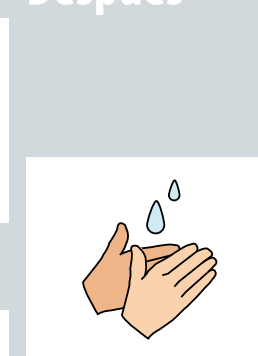


Lavarse las manos.

Cómo retirarlos



Después



Lavarse las manos.

Recuerda: mientras los usas contaminas todo aquello que tocas

Ejemplo de uso de protecciones. Fuente en [link](#)

2.

Protocolos de limpieza



- ▶ Disponer de dosificadores automáticos de gel desinfectante en el acceso, salas de espera y zonas comunes.

[modelo barcitronic](#)

- ▶ Aumentar la frecuencia de limpieza de las superficies en contacto, mínimo una vez la día:

- ✓ Pasamanos
- ✓ Manecillas puertas
- ✓ Tiradores puertas armarios
- ✓ Mostradores
- ✓ Botoneras ascensor, mandos a distancia
- ✓ Mesas de trabajo

- ▶ Con productos de limpieza habituales se inactiva el virus sobre cualquier material.

[productos virucidas aprobados en España](#)

- ▶ Favorecer el uso individual de las herramientas de trabajo: teléfono, ordenador, impresoras, sillas puesto de trabajo, bolígrafos.


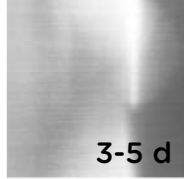


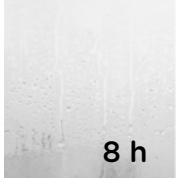
- ▶ Si no es posible el uso individual, limpiarlas 3 veces al día, disponer de toallitas desinfectantes o lavarse las manos después del uso.

- ▶ Disponer de armarios separados de ropa de trabajo y ropa exterior. La ropa de trabajo deberá embolsarse cerrada una vez usada y enviarla a su lavado.

- ▶ Disponer papeleras con tapa y pedal en zonas comunes y dispensador de toallas de papel desechables en baños.

- ▶ Colocar señalética recordatoria en lugares estratégicos de hábitos de limpieza, correcto lavado de manos, recomendaciones al toser etc



Cobre	Acero inoxidable	Plástico	Madera	Aluminio
				
4 h	3-5 d	3-5 d	3-5 d	8 h

[persistencia del virus según materiales link artículo](#)

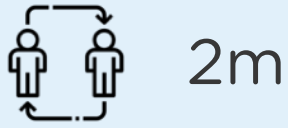


Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos

- 0**  Mójese las manos con agua;
- 1**  Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;
- 2**  Frótese las palmas de las manos entre sí;
- 3**  Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;
- 4**  Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;
- 5**  Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;
- 6**  Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrápándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;
- 7**  Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;
- 8**  Enjuáguese las manos con agua;
- 9**  Séquese con una toalla desechable;
- 10**  Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;
- 11**  Sus manos son seguras.

3.

Distancia interpersonal



- ▶ En todos los espacios se debe favorecer mantener la distancia social de 2m. Señalizar

recepción/entrada

- ▶ Establecer zona de entrada y salida al edificio si es posible, para evitar los cruces de personas
- ▶ Control de acceso según aforo máximo
- ▶ Marcar con señalética en pavimento puntos de parada en la recepción o de espera si hay cola
- ▶ Establecer un área separada para la recepción de paquetes o mensajería

Salas de espera

- ▶ Controlar y señalar el aforo máximo en las salas de espera
- ▶ Resituar el mobiliario para garantizar la distancia social de 2m o cancelar asientos con señalética
- ▶ Plantear “rincones de espera” alternativos por el edificio con aviso del turno a través del móvil

Salas comunes

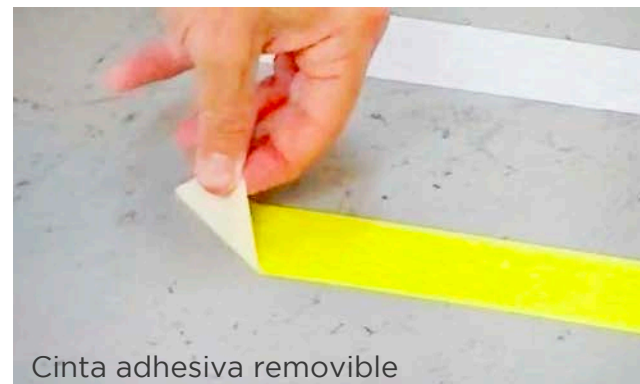
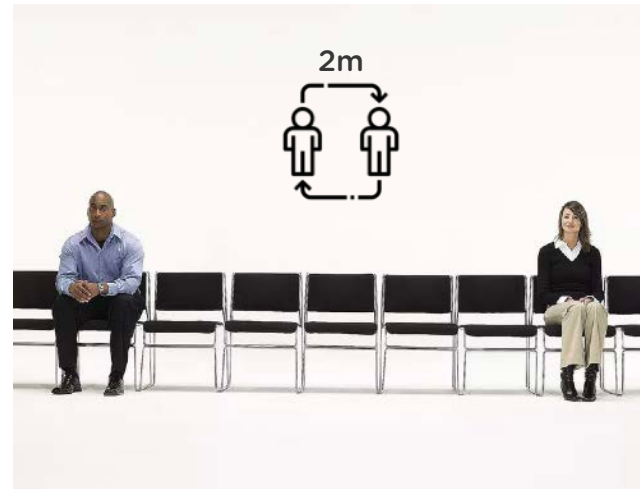
- ▶ Organizar turnos en salas de descanso o comedores de personal.

circulaciones

- ▶ Organizar las circulaciones, potenciando el sentido único. Señalizar o establecer protocolos.
- ▶ Usar preferiblemente las escaleras en lugar del ascensor.
- ▶ Señalizar y establecer un aforo máximo de personas en la cabina del ascensor
- ▶ En circulaciones en ángulo 90° mejorar la visibilidad con espejo

Baños

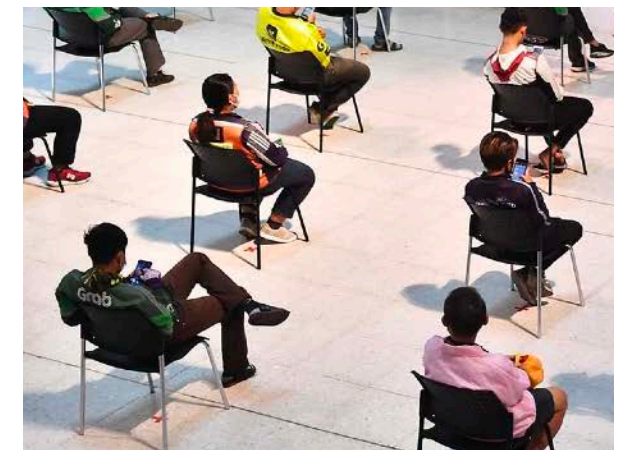
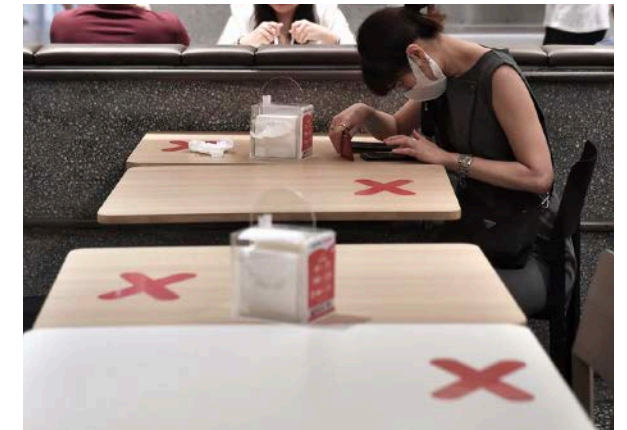
- ▶ En las zonas compartidas del baño cancelar lavamanos o urinarios adyacentes que no garanticen la distancia mínima (por ejemplo uno si una no)
- ▶ Controlar y señalar el aforo máximo en función del número de inodoros.



Cinta adhesiva removible



Mejorar visibilidad en espacios circulación



- ▶ Imágenes de ejemplos existentes. La señalética se podría diseñar con mensaje en positivo. En vez de prohibido, Libera este espacio

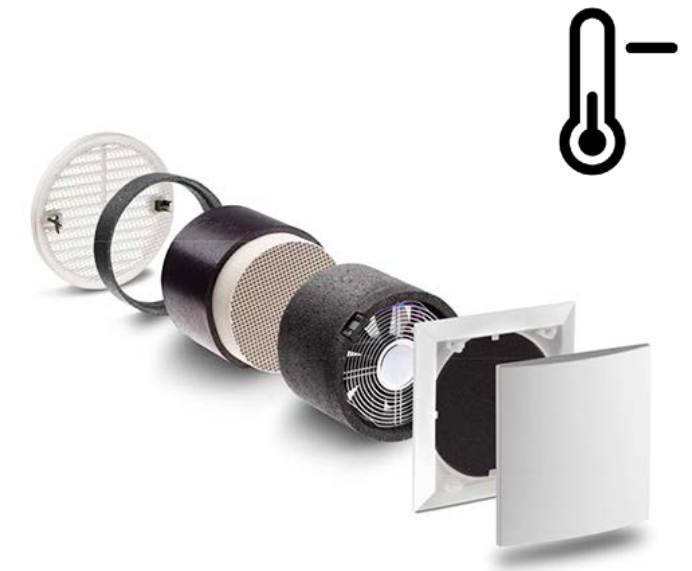
4.

Condiciones ambientales



- ▶ Ventilar de forma natural diariamente, un mínimo 15 minutos. Comprobar ventilación cruzada.
- ▶ Temperatura ambiente recomendada entre 23-26°
- ▶ En los casos de ventilación forzada, algunas de estas opciones
 - reforzar la frecuencia de renovación de aire
 - limpiar filtros
 - sustituirlos por filtros más eficaces.
- ▶ Utilizar unidades de filtrado de aire en determinados espacios:
 - ▶ UAP-V Unidad Air Purifier con filtro HEPA [Urban air purifier](#)
 - ▶ Unidades portátiles con filtro HEPA
 - ▶ Ionización bipolar en los sistemas de ventilación Incorporar a la instalación existente o mediante equipos portátiles. [modelo oxigenia air](#)

El Clínic instala una pionera tecnología que elimina las partículas de Covid-19 del aire



5.

Diseño para no tocar



► Propuestas para evitar tocar aquellos elementos cotidianos que son tocados por muchas personas al día.

► Utilizar el codo para el accionamiento de las manillas de las puertas.

- Disponer de manillas de puertas que puedan usarse con el codo, por el tipo de sistema de retorno y la geometría (1.)

[modelo 1233 FSB](#)

- accesorios sobre la manilla existente que permita abrirse con el codo (2.)

[distribuidora FSB Spain](#)

- Accesorios con modelos de impresión 3D disponibles en la web (5.)

[Modelo 3D free con tornillos](#)

[Modelo 3D free sin tornillos](#)

► Recomendable usar **material antibacteriano** como acabado de manillas, asas de sujeción baños o tiradores. manillas. Ejemplo de FSB no han sido testados aún para el COVID19 (1.+ 2.)

[Link Soluciones FSB espacios sanitarios](#)

► **Señalizar** en las puertas de uso más frecuente avisando de utilizar el codo (3.)

► Utilizar **gadgets** para apretar botoneras o abrir puertas.

- Gadget personal para puertas y botoneras (4.)

[Link LU Touch](#)

► **Automatizar** el máximo de elementos posible, instalar sensores de presencia en la encendida de los baños para evitar usar los interruptores (6.)

► Facilitar el pago del servicio con tarjeta de crédito contactless

1. FSB Ref1233 accesible con el codo + antibacteriana



Tried and tested efficacy
FSB's Anti-Infection Coating eliminates 99.99% of multi-resistant pathogens. Its life-long antimicrobial efficacy has been certified in accordance with ISO 22196 JIS Z 2801:2010.



3.



Do not touch the door with your hands



Use the hook to open with your forearm

5.



5.



5.

4.



LU Touch

6.





HAVE A NICE DAY

www.pmmtarquitectura.es

info@pmmtarq.com

+34 932 055 376

PMMT

FORWARD
THINKING
HEALTHCARE
ARCHITECTURE