

**PROTOCOLO DE ACTUACIÓN FRENTE A LA
ALERTA SANITARIA POR
ENFERMEDAD POR CORONAVIRUS (COVID-19)**

CIF: B-76121078

Las recomendaciones incluidas en el presente documento están en continua revisión, debido a la evolución de la epidemia y los nuevos conocimientos adquiridos sobre su epidemiología

Actualizado el 10 de mayo de 2020

ÍNDICE.

Tema	Página
1.- INTRODUCCIÓN	3
2.- OBJETIVO	5
3.- MEDIDAS DE INFORMACIÓN	5
4.- RECURSOS ASIGNADOS	6
5.- DETERMINACIÓN DE LAS ÁREAS Y SERVICIOS FUNDAMENTALES	6
6.- MEDIDAS DE PREVENCIÓN/PROTECCIÓN	6
Medidas Higiénico-Sanitarias	8
Medidas Organizativas	9
Otras Medidas Recomendadas	10
7.- MEDIDAS APLICABLES A LOS TRABAJADORES SEGÚN OCUPACIÓN	10
Actuación en caso de trabajador de <i>REALAN SERVICES SL</i> posiblemente afectado	12
8.- ANEXOS Y GRAFICOS EXPLICATIVOS	13

Protocolo de actuación frente a la alerta sanitaria por enfermedad por Coronavirus (COVID-19)

1.- INTRODUCCIÓN

Los Coronavirus son una amplia familia de virus, llamada Coronaviridae, que normalmente afectan sólo a los animales, aunque algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas.

Producen cuadros clínicos que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el Coronavirus que causó el síndrome respiratorio agudo grave (SARS-CoV) y el Coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente medio (MERS-CoV)

El nuevo Coronavirus se llama SARS-CoV-2, y es un nuevo tipo de Coronavirus que puede afectar a las personas y se ha detectado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China, y por consenso internacional, la enfermedad pasó a denominarse, COVID-19.

Aunque a día de hoy la enfermedad no está completamente identificada en cuanto a orígenes, todas las posibles vías de transmisión, tratamiento y vacunas, los expertos coinciden en que, la transmisión del virus, se produce;

- Inhalación de gotas de fluidos infectados transmitidos mediante tosidos o estornudos. Es poco probable la transmisión por el aire a distancia mayores de 1 o 2 metros.
- Transferencia directa por contacto. Por ejemplo, mediante manos, besos, etc.
- Transferencia indirecta mediante contacto con objetos infectados con trazas del virus de gente infectada. Ejemplo: Pomos de las puertas, monedas, grifos, toallas, etc. (tocando una superficie u objeto con el virus sobre él y después tocándose la boca, nariz u ojos).

Los síntomas principales del Coronavirus 2019 Covid-19 son muy similares a los de una gripe común.

- Fiebre.
- Malestar general y dolores musculares.

- Tos seca.
- Sensación de falta de aire o disnea.

No existe tratamiento curativo; solamente el control de los síntomas, y la prevención o evitación del contagio.

Es importante remarcar que, el periodo de incubación estimado está entre los 2 y los 14 días, por lo que, personas presintomáticas (antes de que la enfermedad se manifieste en ellos) y personas asintomáticas (aquellas personas en las que nunca se manifestará la enfermedad) pueden ser transmisores de la enfermedad, de ahí la importancia de respetar la distancia social y no confiar en el buen estado físico aparente de las personas.

En caso de presentar síntomas **NO DEBE ACUDIR AL CENTRO DE TRABAJO**, debiendo solicitar atención médica preferentemente telefónica al 112 / 061 o Servicios de Urgencia de su Centro de Atención Primaria o teléfonos habilitados al efecto por las Comunidades Autónomas, que son los siguientes;

	ANDALUCÍA 900 400 061		CATALUÑA 061		LA RIOJA 941 298 333
	ARAGÓN 061		CEUTA 900 720 692		MELILLA 112
	ASTURIAS 984 100 400		C. MADRID 900 102 112		MURCIA 900 121 212
	CANTABRIA 112 Y 061		C. VALENCIANA 900 300 555		NAVARRA 948 290 290
	C. LA MANCHA 900 122 112		EXTREMADURA 112		PAÍS VASCO 900 203 050
	C. Y LEÓN 900 222 000		GALICIA 900 400 116		
	CANARIAS 900 112 061		I. BALEARES 061		



De cualquier modo, el Ministerio de Sanidad, mantiene actualizadas en su página web información y recomendaciones relativas esta enfermedad. El enlace a la web del ministerio es;

<https://www.mscbs.gob.es/>

2.- OBJETIVO

El objetivo del presente documento es establecer la correcta manera de actuar en todas las instalaciones en las que presta servicio el personal de **REALAN SERVICES SL** en aquellos supuestos en que se detecte un posible brote de enfermedad por Coronavirus (COVID-19) con el fin de:

1. Proteger la salud de los trabajadores y usuarios.
2. Asegurar el normal desarrollo productivo de **REALAN SERVICES SL**.

3.- MEDIDAS DE INFORMACIÓN

El presente protocolo estará disponible, a través del Portal del Empleado **REALAN SERVICES SL** para su consulta por parte de los trabajadores, y se actualizará cuando corresponda, en función de las directrices técnicas de los Ministerios de Sanidad, Consumo Y Bienestar Social y el de Transportes, Movilidad y Agenda Urbana.

Igualmente, se habilitará, cuando así se requiera y de acuerdo con las directrices de los Ministerios de Sanidad, Consumo Y Bienestar Social y el de Transportes, Movilidad y Agenda Urbana, una línea informativa hacia los usuarios y sociedad en general.

El contenido de la información será la que, en cada momento, se determine procedente, relacionada siempre con:

- Divulgación del Protocolo de Actuación.
- Medidas Higiénico-Sanitarias.
- Medidas Organizativas.
- Otras Medidas Recomendadas.

Además del presente protocolo, se incorporarán, en el Portal del Empleado, aquellos Protocolos o Indicaciones de Seguridad que, los Clientes para los que prestamos servicio, puedan facilitarnos, especialmente si conllevan indicaciones de actuación de obligado cumplimiento para el personal de **REALAN SERVICES SL**, así como información adicional relevante facilitada por los Ministerios de Sanidad, Consumo Y Bienestar Social y el de Transportes, Movilidad y Agenda Urbana, o aquellos Organismos Públicos autorizados para divulgar información o indicaciones de actuación relativas a la enfermedad del COVID-19.

CIF: B-76121078

4.- RECURSOS ASIGNADOS

REALAN SERVICES SL considera necesario, para el control y seguimiento, así como para implementar las medidas que en cada momento se adopten, poner a disposición de superpersonal, las siguientes áreas funcionales de la empresa:

- Servicio Mancomunando de Prevención de Riesgos Laborales.
- Dirección de Protección y Seguridad y Centros de Protección y Seguridad (CPS).
- Departamento de Recursos Humanos.
- Centro de Gestión de Red H24.

5.- DETERMINACIÓN DE LAS ÁREAS Y SERVICIOS FUNDAMENTALES

A identificar y definir por parte de la Dirección de *REALAN SERVICES SL*.

Una vez definidos, prioritariamente sobre los mismos se adoptarán las medidas preventivas que en cada momento aconseje los Ministerios de Sanidad, Consumo Y Bienestar Social y el de Transporte, Movilidad y Agenda Urbana, que se harán extensivas al resto del personal.

6.- MEDIDAS DE PREVENCIÓN/PROTECCIÓN

Para alcanzar el objetivo deseado, este protocolo fomentará la Coordinación de las Actuaciones del personal de *REALAN SERVICES SL* con el personal de las Empresas Clientes en las que prestamos servicio, así como con el del resto de Empresas Concurrentes en las mismas instalaciones, especialmente en los casos de sospecha de presencia de algún usuario afectado por la enfermedad del Coronavirus (COVID-19).

Existen varios tipos de medidas que se detallarán a continuación y que, en combinación de todas ellas, multiplican su efectividad para reducir la expansión de la enfermedad y aumentar la Seguridad y Salud laboral de los trabajadores. Estas medidas están diferenciadas en;

- Medidas Higiénico-Sanitarias.
- Medidas Organizativas.
- Otras Medidas Recomendadas.

Debemos resaltar que la Prevención del Contagio **EMPIEZA ANTES DE VENIR A TRABAJAR.**

La Detección y el Diagnóstico Precoz de un posible caso, permite adoptar de manera inmediata las medidas de control adecuadas para evitar la aparición de contagios secundarios.

Los trabajadores deben realizar un Autodiagnóstico Diario, previo a la incorporación al puesto de trabajo, especialmente si sufren alguno de los síntomas siguientes:

- Tos.
- Fiebre.
- Dificultad para respirar (Disnea).
- Neumonía.

Si, además, ha viajado a alguna zona de riesgo, o ha tenido contacto con contagiados, deberá llamar preferentemente a los teléfonos habilitados al efecto por las Comunidades Autónomas, y si no consiguiera ser atendido, al 112 o 061, o a los Servicios de Urgencia de su Centro de Atención Primaria, indicar su sintomatología, y facilitar la información de interés relativa a los viajes realizados y a los contactos con posibles/confirmados casos de COVID-19, para poder ser atendido correctamente. Los teléfonos establecidos, por Comunidad Autónoma, son;

	ANDALUCÍA 900 400 061		CATALUÑA 061		LA RIOJA 941 298 333
	ARAGÓN 061		CEUTA 900 720 692		MELILLA 112
	ASTURIAS 984 100 400		C. MADRID 900 102 112		MURCIA 900 121 212
	CANTABRIA 112 Y 061		C. VALENCIANA 900 300 555		NAVARRA 948 290 290
	C. LA MANCHA 900 122 112		EXTREMADURA 112		PAÍS VASCO 900 203 050
	C. Y LEÓN 900 222 000		GALICIA 900 400 116		
	CANARIAS 900 112 061		I. BALEARES 061		

Medidas Higiénico-Sanitarias

La labor de los trabajadores es imprescindible para asegurar que trabajan en condiciones de seguridad, y para ello es necesario reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición. Se recomienda:

- La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. Si las manos están visiblemente limpias la higiene de manos se hará con productos de base alcohólica; si estuvieran sucias o manchadas con fluidos se hará con agua, preferiblemente caliente, y jabón antiséptico, frotando bien por toda la mano y prestando especial atención a la zona de las uñas, ya que la mayoría de los virus se refugian en esta zona.
- Seque sus manos cuidadosamente, pues el virus se transmite más fácilmente cuando las manos están húmedas.
- El hecho de haber usado guantes no exime de la higiene adecuada de manos; antes y después de su uso.
- Utilice toallas de papel desechables en lugar de toallas de tela, que pueden acumular y transmitir el virus.
- Las uñas deben estar cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca o adornos similares.
- En caso de no tener disponible agua y jabón, utilizar una solución de gel en base alcohólica para desinfectar las manos.
- Evitar la diseminación de gotas del sistema respiratorio causadas por toses y estornudos de personas con síntomas respiratorios. Cubrir la boca y la nariz con un pañuelo de papel desechable y tirarlo en un contenedor de basura con tapa. Ante la ausencia de pañuelos debe toser o estornudar sobre su brazo en ángulo interno del codo, con el propósito de no contaminar las manos. Lávese las manos inmediatamente con agua y jabón o utilizando alcohol en gel.
- Utilizar mascarilla en caso de tener síntomas de tos, secreción nasal, sensación de fiebre, malestar general, etc.
- Evitar el uso compartido de materiales o equipos de trabajo o de protección, así como utensilios de aseo o usado en la alimentación.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca, ya que con las manos se tocan todo tipo de superficies y los gérmenes pueden sobrevivir en durante días incluso en algunas de ellas.

Medidas Organizativas

La Empresa propone una serie de medidas adicionales para frenar los contagios de la enfermedad, asegurando la eficacia de este protocolo, y colaborando en el mantenimiento de la Seguridad y Salud de trabajadores y clientes.

Se recomienda:

- Asegurar una correcta limpieza y desinfección de las superficies y los espacios de trabajo. Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.
- Los productos de limpieza y desinfección que contiene alcohol o cloro tienen capacidad suficiente para eliminar el Coronavirus.
- La limpieza general se hará siempre en húmedo, desde las zonas más limpias a las más sucias.
- Las superficies deben quedar después bien secas.
- Se puede usar toallitas con desinfectantes.
- Ajustar los sistemas de acondicionamiento ambiental de los centros de trabajo para garantizar el máximo de renovación de aire, se recomienda desactivar la recirculación de aire y desinfectar o sustituir con mayor periodicidad los filtros.
- Limpieza diaria de lugares y utensilios comunes (mesas, pasamanos, pomos de puertas, botoneras de ascensores, etc.).
- Siempre que sea posible, mantener una distancia mínima de 1 metro entre personas, siendo deseable mantener una distancia de 2 metros.
- Evitar contactos físicos innecesarios, tales como saludos efusivos, apretones de manos, abrazos... que puedan facilitar la transmisión de la enfermedad.
- Minimizar los contactos entre los empleados, usuarios y proveedores.
- Evitar aglomeraciones y, si es inevitable, reducir el tiempo de permanencia en ellas al mínimo.
- Limitar la realización de reuniones, favorecer la videoconferencia.
- Valorar en qué puestos de trabajo sería necesario dotar de EPIS adicionales a los ya facilitados, como puede ser el caso de profesionales sanitarios y personal de seguridad, al considerarse que tienen trato directo con el público y, en algunos casos, no pueden respetar las preceptivas distancias de seguridad indicadas anteriormente.

- Evitar que trabajadores sintomáticos se incorporen al trabajo.
- Evitar puestos de exposición al riesgo de Coronavirus a trabajadores especialmente sensibles: embarazadas, patologías previas respiratorias, diabetes, con trastornos inmunitarios y cardiopatías.

Otras Medidas Recomendadas

Como anexo a las medidas anteriores, es aconsejable, por el Bienestar y la Seguridad y Salud de todas las personas que concurran en los centros de trabajo, respetar también las siguientes medidas;

- Llevar el cabello largo en recogido en una coleta o moño bajo.
- Evitar el uso de lentillas, ya que, al manipularlas, se puede introducir la contaminación por vía ocular.
- Evitar el uso de maquillaje u otros productos cosméticos que puedan ser fuente de exposición cutánea prolongada en caso de resultar contaminados.
- Se adoptarán las medidas que la autoridad sanitaria aconseje en cada momento fundamentalmente dirigidas a:
 1. Minimizar niveles de exposición
 2. Minimizar niveles de riesgo
 3. Mejorar las condiciones de aislamiento
 4. Favorecer la identificación de personas en posible contacto con contagiados.
 5. Mejorar la evaluación del posible afectado y proveer de la correcta Atención Sanitaria (sólo personal sanitario)
 6. Necesidad de equipos de protección.
 7. Favorecer una mayor desinfección.

7.- MEDIDAS APLICABLES A LOS TRABAJADORES SEGÚN OCUPACIÓN

En función de la naturaleza de las diferentes actividades que realizan los trabajadores de **REALAN SERVICES SL** y los mecanismos de transmisión del Coronavirus, se pueden establecer los diferentes escenarios de riesgo que se encuentran recogidos en la tabla de la página siguiente (Fuente: Ministerio de Sanidad).

Tabla 1. Escenarios de riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2 en el entorno laboral

EXPOSICIÓN DE RIESGO	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN
Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende un caso confirmado o en investigación sintomático.	Personal sanitario cuya actividad laboral no incluye contacto estrecho con el caso confirmado: <ul style="list-style-type: none"> – Acompañantes para traslado. – Celadores, camilleros, trabajadores de limpieza. 	Trabajadores sin atención directa al público, o a más de 2 metro de distancia, o con medidas de protección colectiva que evitan el contacto: <ul style="list-style-type: none"> – Personal administrativo. – Conductor ambulancia con barrera colectiva, sin contacto directo con el paciente. – Conductores de transportes públicos – Personal de seguridad – Policías/Guardias Civiles – Personal aduanero – Bomberos y personal de salvamento
Conductor de ambulancia, si hay contacto directo con el paciente trasladado.	Personal de laboratorio responsable de las pruebas de diagnóstico virológico.	
Tripulación medios de transporte (aéreo, marítimo o terrestre) que atiende durante el viaje un caso sintomático procedente de una zona de riesgo.	Personal no sanitario que tenga contacto con material sanitario, fómites o desechos posiblemente contaminados	
Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en reuniones de trabajo con un caso sintomático.	Ayuda a domicilio de contactos asintomáticos.	
REQUERIMIENTOS		
En función de la evaluación específica del riesgo de exposición de cada caso: componentes de EPI de protección biológica y, en ciertas circunstancias, de protección frente a aerosoles y frente a salpicaduras.	En función de la evaluación específica del riesgo de cada caso: componentes de EPI de protección biológica.	No necesario uso de EPI. En ciertas situaciones (falta de cooperación de una persona sintomática): <ul style="list-style-type: none"> – protección respiratoria, – guantes de protección.

Atendiendo a la clasificación establecida por el Ministerio de Sanidad, Consumo Y Bienestar Social, y en función a las actividades desarrolladas por los trabajadores de **REALAN SERVICES SL** en su trabajo diario, los sitúan entre la segunda y tercera columna de la tabla, es decir, en la “EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO” o en “BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN”, lo que implica que, respetando las instrucciones aquí recogidas y con la aportación de algunos Equipos de Protección Adicional, en aquellos supuestos en que la Evaluación de Riesgos Específica lo aconseje, la Salud Laboral de los trabajadores no debe afectar a su vida personal.

CIF: B-76121078

Los trabajadores sanitarios se registrarán por lo establecido por el Ministerio de Sanidad, en sus Documentos técnicos para profesionales.

De forma general, y especialmente, debe evitarse la exposición al riesgo de contagio por Coronavirus de los trabajadores, sanitarios y no sanitarios que, en función de sus características personales o estado biológico conocido, debido a patologías previas, medicación, trastornos inmunitarios o embarazo, sean considerados especialmente sensibles a este riesgo.

Actuación en caso de trabajador de REALAN SERVICES SL posiblemente afectado:

Las formas de actuación aquí descritas podrán sufrir actualizaciones dependiendo de lo establecido en el protocolo del Ministerio de Sanidad.

El trabajador de REALAN SERVICES SL que se encuentre posiblemente afectado lo comunicará tan pronto sienta los posibles síntomas a su Responsable Inmediato, quien procederá a notificar la situación al Cliente final para el que se esté prestando servicio.

A partir de ese momento, el Responsable Inmediato seguirá el siguiente medio de actuación con el trabajador;

- Le ofrecerá una mascarilla quirúrgica nueva.
- Le pedirá que se lave manos y cara.
- Avisará a los Servicios de Emergencias, y el trabajador informará si ha viajado a zonas en las que se han notificado brotes de la enfermedad, si ha estado en contacto con personas que hayan viajado a esos lugares y/o si ha estado en contacto con personas que hayan dado positivo al virus
- Le mantendrá en una habitación aislada, sin contacto con otras personas, hasta que lleguen los servicios de Emergencias.
- Asimismo, el Responsable Inmediato pedirá a las personas que hayan tenido contacto con el posible afectado que se laven cara y manos.
- Localizará y aislará los enseres y elementos de trabajo del posible afectado, llevándolos a la habitación en la que permanezca el trabajador. El Responsable Inmediato deberá, para realizar esta operación, pertrecharse con guantes desechables, mascarilla quirúrgica y, una vez completada la operación, realizar una correcta y completa higiene de cara y manos.

Los trabajadores de su mismo centro de trabajo, así como cualquier persona concurrente en dicho centro, desde ese momento, evitarán cualquier contacto físico con el trabajador posiblemente afectado.

Todos los trabajadores y personas concurrentes del centro que hayan podido estar en contacto directo con el trabajador posiblemente afectado, deberán estar a disposición de lo que indiquen las autoridades sanitarias.

Se les informará de la sospecha y la necesidad de que permanezcan en contacto con los servicios sanitarios. Una vez que se conozcan los resultados de laboratorio se les informará de estos, y en caso de ser positivos, se establecerá el seguimiento correspondiente.

Una vez activada la alerta en los servicios de emergencia de la Comunidad Autónoma correspondiente, se seguirán las directrices que los mismos establezcan, siguiendo rigurosamente las indicaciones respecto a los usuarios y al resto de personas concurrentes del centro de trabajo donde se haya producido el caso positivo de contagio por COVID-19.

Todas las superficies que habitualmente pueden estar en contacto con el trabajador son zonas potencialmente contaminadas por lo que se establecerán los procedimientos de limpieza siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias respecto a la desinfección del lugar, de lo que se encargará el empresario titular de la instalación.

Además de las medidas señaladas, en el caso de infectados, atendiendo a las circunstancias concurrentes en cada caso y sin comprometer en la medida de la posible la continuidad del servicio, se valoraría la posibilidad de implantar el teletrabajo para aquellos trabajadores que hubieran podido mantener un contacto estrecho con el trabajador afectado.

8.- ANEXOS Y GRAFICOS EXPLICATIVOS

IMPORTANTE!!! El presente protocolo de actuación nunca contradecirá las instrucciones del Ministerio de Sanidad, Consumo Y Bienestar Social, y en el supuesto de que, alguna instrucción posterior del citado Ministerio, o de alguna Autoridad Sanitaria diera instrucciones contrarias a lo aquí recogido, se obedecerán las indicaciones de las Autoridades Sanitarias

Incluimos, a continuación, unos recordatorios gráficos para facilitar y reforzar la comprensión visual de lo expuesto anteriormente a lo largo del protocolo.

SÍNTOMAS FUNDAMENTALES



En caso de fiebre :



- Quédese en casa
- Evite el contacto directo
- Póngase una mascarilla para evitar contaminar su entorno
- Contacte con los Servicios Médicos e informe a la jerarquía.

COMO EVITAR CONTAGIOS DEL COVID 2019



Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, al menos durante 20 segundos, o, en su defecto, use un gel hidroalcohólico



Use pañuelos de único uso



Tosa y estornude sobre el pliegue del codo o sobre un pañuelo



Evite el contacto físico en los saludos (darse la mano, besarse,...)

PROPAGACIÓN DEL COVID 2019



CIF: B-76121078

¿Cómo lavarse las manos?

¡LÁVESE LAS MANOS SI ESTÁN VISIBLEMENTE SUCIAS!

DE LO CONTRARIO, USE UN PRODUCTO DESINFECTANTE DE LAS MANOS

0 Duración del lavado: entre 40 y 60 segundos



Mójese las manos.



Aplique suficiente jabón para cubrir todas las superficies de las manos.



Frótese las palmas de las manos entre sí.



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



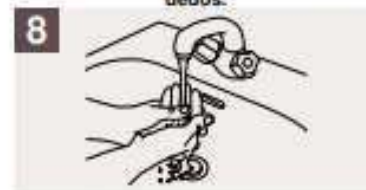
Frótese el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos.



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



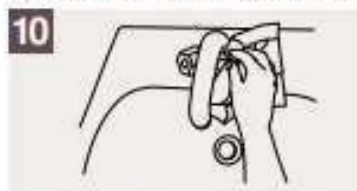
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



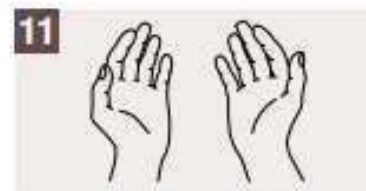
Enjuáguese las manos.



Séquelas con una toalla de un solo uso.



Utilice la toalla para cerrar el grifo.



Sus manos son seguras.



Organización Mundial de la Salud

Seguridad del paciente.
Alianza mundial en pro de una atención de salud más segura

SALVE VIDAS
Límpiese las manos

CIF: B-76121078

LAVARSE LAS MANOS

PARA PROTEGERSE Y
PROTEGER A LOS DEMÁS

¿POR QUÉ?	¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?
<p>La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus</p>  	<p>Tras estornudar, toser o sonarse la nariz</p>  <p>Después del contacto con alguien que estornuda o tose</p>  <p>Después de usar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias</p>  <p>Antes de comer</p> 

CIF: B-76121078

		  <p>40-60"</p>
<p>Mójate las manos con agua y aplica suficiente jabón</p>	<p>Frótate las palmas de las manos entre sí</p>	<p>Frótate la palma de una mano contra el dorso de la otra entrelazando dedos</p>
		
<p>Frótate las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados</p>	<p>Frótate el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra</p>	<p>Con un movimiento de rotación, frótate el pulgar atrapándolo con la palma de la otra mano</p>
		
<p>Frótate los dedos de una mano con la palma de la otra con movimientos de rotación</p>	<p>Enjuágate las manos con agua</p>	<p>Sécate las manos con una toalla de un solo uso</p>