XUNTA DE GALICIA

RECOMENDACIÓNS PREVENTIVAS ANTE O CORONAVIRUS NAS PERRUQUERÍAS

4 de maio de 2020

ceei.xunta.gal/coronavirus

Liña Empresas 900 815 600

MEDIDAS PREVIAS AO INICIO DA ACTIVIDADE

A empresa deberá, con carácter previo:

› Elaborar un **plan de limpeza e desinfección** que garanta a subministración de produtos e o seu axeitado funcionamento, a través do oportuno rexistro destas accións, con especial atención a sanitarios, billas de aseos, mostradores, tocadores, pomos de portas, TPV, equipos informáticos e outras zonas ou equipos críticos.

› Establecer **protocolos para evitar o contaxio** no caso de que xurdan síntomas da enfermidade **estando no traballo:**

- A persoa afectada deberá comunicalo na empresa.
- Deberase chamar ao **900 400 116**.

- Á espera de valoración por parte dos servizos médicos, afastar á persoa do resto do persoal, e levala a unha **estancia separada**, se é posible ben ventilada e poñeráselle unha máscara cirúrxica.

› Distribuír material informativo comprensible e de fontes fiables a todo o persoal sobre as medidas máis importantes para a prevención e control da enfermidade e garantir que todo o persoal reciba **información e formación** sobre todas as medidas específicas que se implanten na empresa.

› As **persoas traballadoras especialmente sensibles** (TES) ao Covid-19 son as incluídas nos grupos vulnerables. Este casos deberán ser **valorados polo persoal sanitario do Servizo de prevención de riscos laborais (SPRL)** e, de ser cualificados como especialmente sensibles, propoñeranse as medidas preventivas adecuadas para minimizar o risco no medio laboral (colectivas ou individuais, adaptación de tarefas, recolocación...). Se non se poden adoptar as medidas preventivas, o Médico do Traballo do SPRL emitirá un informe para o médico de Atención Primaria.

› Unha **persoa traballadora autónoma** que pertence aos grupos vulnerables deberá dirixirse á Inspección Médica de Servizos Sanitarios para a súa valoración como persoa especialmente sensible.

› Establecer **medidas de rotación de persoal para evitar posibles contaxios e garantir a continuidade** da actividade na situación actual.

› Manter o **contacto permanente con provedores** co obxecto de organizar as necesidades do centro.

Antes de ir ao traballo deberase ter en conta o seguinte:

› As persoas que presenten **febre** (> 37ºC) ou **síntomas respiratorios**, deben quedar no seu domicilio e contactar cos servizos de saúde por teléfono no número 900 400 116.

› As que estiveron en **contacto estreito**, entendido como máis de 15 minutos a distancias inferiores a 2 metros, cunha persoa enferma tampouco deben ir traballar, incluso en ausencia de síntomas durante polo menos de 14 días. Deben estar alerta por se aparecen síntomas desta enfermidade.

MEDIDAS NOS DESPRAZAMENTOS AO TRABALLO

Nos **desprazamentos** terase en conta o seguinte:

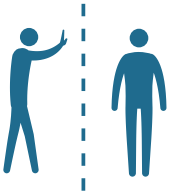
› Sempre é **mellor** utilizar un medio de **transporte individual**. Se non é posible, **unha persoa por fila** de asentos. No **transporte colectivo** precísase o uso de **máscara cirúrxica ou hixiénica**, que cumpra con algunha das especificacións UNE (UNE-0064-1:2020 ou UNE-0065:2020), e seguiranse as indicacións de mobilidade indicadas polo Ministerio de Transporte, Mobilidade e Axenda Urbana.

› Se vas ao traballo **camiñando, en bicicleta ou moto non se precisa máscara** se gardas a distancia interpersoal de **2 metros**.

MEDIDAS PARA GARANTIR A DISTANCIA DE SEGURIDADE

Manter a distancia entre persoas **é unha das principais medidas** para evitar o contaxio. As autoridades sanitarias recomendan respectar, sempre que sexa posible, a distancia de **2 metros**. Isto non se vai poder cumprir sempre nos salóns de peiteado, **nas tarefas nas que non se poida respectar será necesario utilizar unha máscara de protección**. Todas as medidas que se indican deseguido van dirixidas a axudar a manter a distancia de seguridade:

- Atender sempre con **cita previa** para controlar o aforo.
- Adaptar os **horarios de apertura** e organizar o persoal en **quendas** para evitar coincidencia de persoas.
- **Reorganizar as zonas de traballo** deixando un posto baleiro entre clientes nas zonas de tocadores e lavacabezas.
- **Evitar aglomeracións do persoal** nas zonas de descanso e de preparación de produtos.
- Valorar se se poden manter as **zonas de espera**.
- Instalar **pantallas de separación e/ou sinalizar** o chan mediante adhesivos ou postes separadores para axudar a cumprir coas distancias, especialmente na zona de recepción e de cobro.



MEDIDAS DE HIXIENE

› As medidas de **hixiene persoal** máis importantes son o lavado de mans e a hixiene respiratoria:

- **Lavar as mans** é a principal medida de prevención e control da infección. Hai que lavalas con frecuencia durante 40-60 segundos con auga e xabón. Pódense utilizar preparados/solucións de base alcohólica. O uso destes produtos non será adecuado se as mans están visiblemente sucias/contaminadas. Lavar as mans antes e despois de atender un cliente.

- **Hixiene respiratoria** / etiqueta respiratoria: hai que tusir ou esbirrar sobre un pano de papel e desbotalo inmediatamente nun cubo con tapa e pedal; se non hai un pano, tusir ou esbirrar sobre a parte interna do cóbado para evitar o contacto coa man. Lavar as mans logo de tusir, esbirrar ou soar o nariz.

› Outras **medidas hixiénicas e hábitos persoais:**

- **Evitar tocar** os ollos, o nariz e a boca porque as mans facilitan a transmisión.

- **Cada estilista** deberá ter o seu **propio material de traballo** que non compartirá con outros. Deberá facer unha correcta limpeza e desinfección de ferramentas e o lavado a conciencia das mans ao cambiar de cliente.

- As uñas levaranse curtas e coidadas e o cabelo recollido. Evitar o uso de aneis, pulseiras, reloxos, etc.

- Recoméndase **non compartir** entre estilistas os **produtos** (xampús, xeles, máscaras, etc.). De ter que facelo hixienizar o envase entre usuarias.

- É mellor **non usar a bandoleira** para portar as ferramentas.

- Utilizarase sempre **roupa de traballo** e un **calzado específico** que non se levará fóra do local. O calzado será fácil de limpar e adecuado e seguro para o uso no salón.

- A **roupa de traballo** meterase nunha bolsa pechada para o seu traslado e lavarase con auga quente (60-90°C) cos deterxentes habituais.

› Empregue sempre **produtos recomendados** polas autoridades sanitarias, entre os que non se encontra o ozono.

› **Débense ventilar con máis frecuencia** os locais de traballo, polo menos durante 5 minutos. Cando se dispoña de sistemas de ventilación ou climatización asegurar a renovación do aire e vixiar o seu correcto funcionamento e mantemento.

LIMPEZA / DESINFECCIÓN DO ESTABLECEMENTO

› Hai que **aumentar a frecuencia da limpeza/desinfección** de espazos de traballo e superficies, en especial as que se tocan máis (mostradores, tocadores, cadeiras, pomos das portas, teclados, chaves da luz, teléfonos, TPV, aseos, etc.).

Deixarase o posto de traballo o máis despexado posible para facilitar a limpeza. Usaranse luvas para a limpeza e desinfección dos espazos.

› **Limparase** sempre a zona de traballo nos **cambios de quenda**.

› A limpeza elimina xermes, sucidade e impurezas e é importante que haxa unha boa limpeza antes de proceder á desinfección con lixivia diluída. Tras o uso dos espazos e manipulación de materiais proceder sempre á limpeza con disolución desinfectante, utilizar desinfectantes que atoparemos en supermercado, autorizados e rexistrados en España, respectando sempre as instrucións de uso:

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

› Na medida do posible, **utilizar materiais desbotables (capas, toallas, etc.)** para a clientela. Refugalos en contedor con tapa, pedal e bolsa recambiable.

› **O material que reutilice** (toallas, capas, batas, etc.) debe depositalo despois de cada cliente nun contedor con tapa, pedal e bolsa recambiable para o seu lavado. Non sacudir este material antes de introducilo na lavadora. Usar auga quente (60-90ºC) e o deterxente habitual para o seu lavado.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS

› Hai que **asegurar a dispoñibilidade de produtos para a hixiene de mans** (xabón ou solucións hidroalcohólicas) e **para a limpeza/desinfección** (deterxente habitual, lixivia ou outros produtos autorizados).

› É necesario **garantir a subministración** de material de protección, de xeito especial luvas e máscaras, segundo as indicacións do servizo de prevención de riscos laborais. Consulta ao teu servizo de prevención calquera dúbida sobre as luvas e máscaras para o uso fronte ao coronavirus.

› Poñer a disposición dos clientes **en distintos puntos xel hidroalcohólico**, especialmente no acceso.

› Ofrecer só **auga** aos clientes, preferiblemente en **botellas individuais.** De ter dispensador de auga, utilizar vasos desbotables e desinfectalo varias veces ao longo do día.

› **Retirar todas as revistas, tablets e catálogos de información** para evitar a súa manipulación por diferentes persoas.

› Fomentar o pago por **medios electrónicos** (tarxeta, móbil). Se non é posible, ter un recipiente para depositar os cartos.

› Establecer un **horario de atención preferente** para as **persoas maiores de 65 anos.**

› **Evitar a utilización de papel** para a xestión da axenda, usar mellor programas informáticos.

› **Fixar horarios, condicións e zonas para a entrega de produtos** e atención aos representantes comerciais.

USO DE MÁSCARAS E LUVAS

› Cómpre ter en conta que a forma óptima de previr a transmisión é usar unha **combinación** de todas as **medidas preventivas** e que a protección persoal debe considerarse **un complemento**.

› O uso de **máscaras cirúrxicas ou hixiénicas** para previr a infección recoméndase nas tarefas que non se poida manter unha distancia de seguridade de 2 metros, no transporte público e compartido, ou cando así o valore o servizo de prevención.

› **Cambia** a máscara tan pronto como **estea húmida** e non reutilices as de un só uso. Non debes colocala en posición de espera na fronte ou debaixo da barbela.

› Xa que o traballo no salón de peiteado require proximidade en distintas tarefas, recoméndase ofrecer ou informar da conveniencia do **uso de máscara por parte da clientela**.

› Cómpre recalcar que a mellor maneira de **reducir** calquera **risco de infección** é cumprir coas medidas de **hixiene persoal, de limpeza**, respectar a **distancia de seguridade** de 2 metros con calquera persoa e non ir traballar con síntomas ou se houbo contacto estreito cunha persoa enferma do Covid-19.

› O uso de **luvas non debe substituír a hixiene** das mans. As luvas mal utilizadas poden crear unha falsa sensación de seguridade e poden ser tamén un vehículo transmisor da contaminación.

› Pódense seguir usando as **luvas habituais nas distintas tarefas**, sen descoidar a hixiene e cambiándoas despois de cada actividade (recepción de clientes, execución dun servizo, cobro, etc.).

› **Tanto as máscaras como as luvas débense usar e desbotar de forma adecuada** para previr a infección. Hai que lavar sempre as mans antes de poñer e despois de quitar a protección persoal e hai que evitar tocar a cara mentres se use.

XESTIÓN DE RESIDUOS

› **Xestionar** os residuos ordinarios da **forma habitual**.

› **O material de hixiene persoal** (máscaras, guantes) depositalo na fracción resto do lixo, en ningún caso nos específicos de vidro, papel ou envases.

› **Se existe material contaminado por unha infección** na empresa a bolsa deberá ser colocada nunha segunda bolsa pechada e depositada na fracción resto.

COLOCACIÓN CORRECTA DA MÁSCARA HIXIÉNICA OU CIRÚRXICA

Lavar as mans con auga e xabón antes de manipular a máscara. Identificar a parte superior e/ou o lado correcto desta. Colocala na cara e axustar, se dispón dela, a pinza nasal ao nariz.

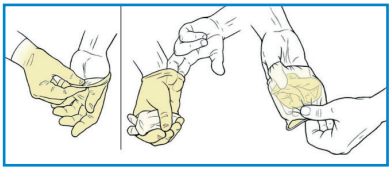
Colocar ben as bandas, segundo modelo. Por detrás das orellas ou a banda superior pola parte da cabeza e a inferior pola parte de atrás do pescozo.

Baixar a parte inferior da máscara á barbela e verificar que esta queda cuberta na súa totalidade.

Presionar a pinza nasal, se a ten, cos dedos índices de ambas mans para axustarla ao nariz. Verificar que a máscara está colocada correctamente, comprobando o selado e a ausencia de molestias respiratorias.

Unha vez axustada, non tocar a máscara coas mans. Se o usuario necesita tocar a máscara, debe previamente lavar as mans con auga e xabón ou refregalas cunha solución hidroalcohólica.

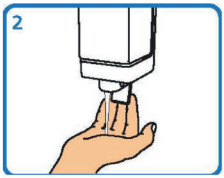
XEITO CORRECTO DE POÑER E RETIRAR AS LUVAS



- **Paso 1**: Lavar as mans antes de poñer as luvas.
- **Paso 2:** Retirar as luvas e refugalas.
- **Paso 3:** Lavar as mans despois de quitar as luvas.

• Técnica do lavado de mans con auga e xabón •

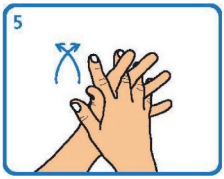
Humedecer as mans.



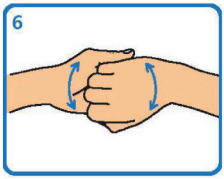
Aplicar suficiente xabón.

Fregar palma sobre palma.

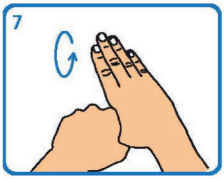
Fregar palma sobre dorso cos dedos entrelazados e viceversa.



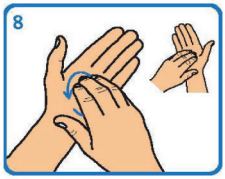
Fregar palma sobre palma cos dedos entrelazados.



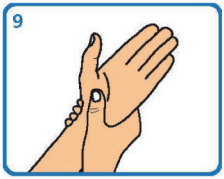
Fregar o dorso dos dedos sobre a palma oposta.



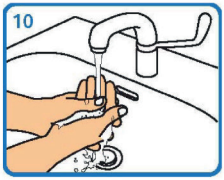
Fregar os polgares mediante un movemento rotatorio.



Fregar as xemas dos dedos sobre a palma da man contraria cun movemento circular.



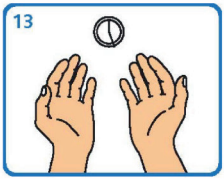
Fregar cada pulso coa man oposta.



Aclarar con auga.

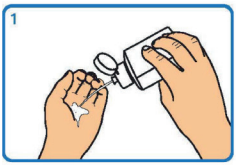
Pechar a billa co cóbado ou ben cunha toalla desbotable.

Secar cunha toalla de papel desbotable.



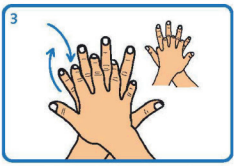
Este proceso debe levar entre 40 e 60 segundos.

• Técnica de hixiene das mans con preparacións alcohólicas •



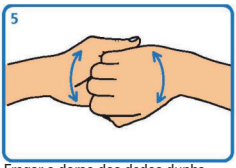
Depositar na palma da man unha dose de produto suficiente para cubrir todas as superficies a tratar.

Fregar as palmas das mans entre si.

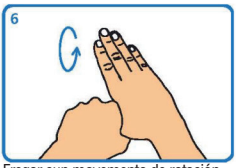


Estender o produto entre os dedos.

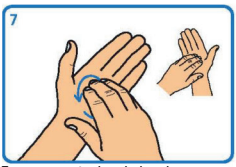
Fregar as palmas das mans entre si, cos dedos entrelazados.



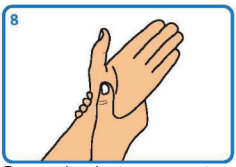
Fregar o dorso dos dedos dunha man coa palma da man oposta, agarrándose os dedos.



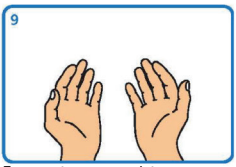
Fregar cun movemento de rotación o polgar esquerdo atrapándoo coa palma da man dereita e viceversa.



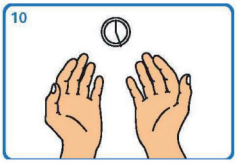
Fregar a punta dos dedos da man dereita contra a palma da man esquerda, facendo un movemento de rotación e viceversa.



Fregar cada pulso coa man oposta.



Esperar ata que o produto se evapore e as mans estean secas (non use papel nin toallas).



Este proceso debe levar entre 20 e 30 segundos.

OUTRA INFORMACIÓN DE INTERESE

Consellería de Sanidade. Xunta de Galicia:
https://coronavirus.sergas.es/

Ministerio de Sanidad:
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm

Centro Europeo para a Prevención e o Control de Enfermidades (ECDC):
https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china

Organización Mundial da Saúde (OMS):
https://www.who.int/health-topics/coronavirus

Procedemento de actuación para os servizos de prevención de riscos laborais fronte á exposición ao novo coronavirus (SARS-CoV-2) (30 de abril de 2020):
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRLL_COVID-19.pdf

Boas prácticas nos centros de traballo. Medidas para a prevención de contaxos do Covid-19 (11 de abril de 2020):
https://www.mscbs.gob.es/gabinetePrensa/notaPrensa/pdf/GUIA110420172227802.pdf

Instrucións para a limpeza na vivenda dos casos confirmados / probables de Covid-19 en illamento no domicilio:
https://www.sergas.es/Saude-publica/Documents/6506/Limpeza_domicilio.pdf

Instrucións para o coidador dun caso confirmado / probable de Covid-19:
https://www.sergas.es/Saude-publica/Documents/6505/Instrucions_coidador_domicilio.pdf

Manexo domiciliario de casos en investigación, probables ou confirmados de Covid-19:
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Manejo_domiciliario_de_COVID-19.pdf

Produtos virucidas autorizados en España:
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf

Orde SND/271/2020, de 19 de marzo, pola que se establecen instruccións sobre xestión de residuos na situación de crise sanitaria orixinada polo Covid-19.
https://www.boe.es/boe/dias/2020/03/22/pdfs/BOE-A-2020-3973.pdf

A documentación elaborada pola Xunta de Galicia, a través do ISSGA, sobre recomendacións básicas para a prevención ante o coronavirus en distintas actividades sectoriais está dispoñible na páxina web.: **http://issga.xunta.gal**