



SMART RESIDENCES
housing & services

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DEL COVID-19



SMARTRESIDENCES.ES

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	3
2. MEDIDAS GENERALES	3
3. MEDIDAS ORGANIZATIVAS	4
a. Check-in	6
b. Medidas higiénicas	6
c. Limpieza y desinfección	7
i. Limpieza de habitaciones	7
ii. Limpieza zonas comunes	7
d. Servicio comida	9
e. Servicio lavandería	9
f. Relación con los vecinos	9
4. NORMATIVA PARA LOS RESIDENTES	10
5. ESCENARIOS	11
6. PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN EN CASO DE INFECCIÓN	12
7. ANEXOS	15
a. Anexo 1: Cuestiones generales	15
b. Anexo 2: Grupos de riesgo	17
c. Anexo 3: Limpieza y desinfección síntomas COVID-19	18
d. Anexo 4: Casos y contactos	19

1.-INTRODUCCIÓN

En Smart Residences queremos cuidar de ti. Por ello, hemos elaborado esta guía, cuyo principal objetivo es favorecer la seguridad en nuestras residencias, para que las personas que nos han elegido te sientas como en tu casa, con la seguridad que te proporciona un espacio protegido.

De mano de profesionales en Prevención de Riesgos Laborales y teniendo en cuenta la legislación vigente, las recomendaciones indicadas por la OMS y el Ministerio de Sanidad de España, hemos trabajado un protocolo de actuación de cara a prevenir la transmisión del coronavirus, que implementaremos en todas nuestras residencias antes del comienzo del próximo curso 20/21.

2.-MEDIDAS GENERALES

Desde Smart Residences, queremos asegurar el cumplimiento de todas las medidas de prevención de la legislación vigente. Si el Gobierno decreta otra normativa, asumimos lo prescrito por las autoridades competentes. En todo caso, se adaptará la normativa de conducta a la nueva situación, de tal manera que los residentes deberán cumplir lo establecido en esta guía. Se informará tanto a familias como a residentes de cualquier modificación o adaptación de la normativa.

La experiencia adquirida nos ayuda afrontar unas situaciones como las que hemos vivido anteriormente y cumplir con las medidas de seguridad necesarias. Durante los últimos meses, hemos tenido un 40% de nuestras residencias abiertas, y gracias al protocolo establecido y al cuidado de todos, no hemos tenido ningún residente ni ningún empleado que atendía las residencias que haya dado positivo en el COVID-19.

En caso de que haya un positivo dentro de la residencia que exija el aislamiento, de acuerdo con las recomendaciones actuales y siempre según

dispongan las autoridades sanitarias en el momento, se indicará la realización de cuarentena y seguimiento de los contactos estrechos.

El principal responsable del cumplimiento de la normativa detallada en este documento es el propio residente. En el caso de que el residente obstaculice el cumplimiento de esta normativa se llevarán a cabo amonestaciones, en proporción al grado de infracción, que incluso puedan llevar al cese del contrato.

Todas las visitas a la residencia deben acatar las normas establecidas en este protocolo.

En todos nuestros pisos y residencias recomendamos aplicar estas medidas generales de prevención:



DISTANCIA SEGURIDAD

Mantén la distancia de 1,5m



MASCARILLA

Si no es posible mantener la distancia de seguridad, utiliza la mascarilla.



LIMPIEZA DE MANOS

Lávate las manos con agua y jabón frecuentemente, al menos durante 40".



ALCOGEL

Si no es posible lavarte las manos con agua y jabón, utiliza gel hidroalcohólico.



CONTACTO FÍSICO

Evita dar la mano, besos y abrazos. Procura también evitar aglomeraciones.



CARA

Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión del virus.



ETIQUETA RESPIRATORIA

Cuando tosas o estornudes, cúbrete con el codo o utiliza un pañuelo desechable.



OBJETOS PERSONALES

No compartas objetos personales como móviles, libros, botellas, etc.

3.-MEDIDAS ORGANIZATIVAS

Todo el personal de Smart Residences que trabaja en nuestras residencias tanto el personal de limpieza, mantenimiento, supervisoras y personal de oficina, han recibido formación e información previa a la realización de su trabajo y utilizarán el equipo de protección individual adecuado a cada caso. Nuestro objetivo es mantener la seguridad de todas las personas que viven en nuestras residencias y velar por el cumplimiento de todas las medidas necesarias de prevención propuestas en esta guía.

a. Check-in

Antes de la entrada en el piso, el residente debe rellenar el formulario aceptando y responsabilizándose del cumplimiento de esta guía.

Podrá realizarse la entrada acompañado únicamente de una persona y con uso de mascarilla.

No se permite la entrada a ninguna otra habitación de la residencia que no sea la asignada al residente.

b. Medidas higiénicas

Las Autoridades Sanitarias recomiendan las siguientes pautas higiénicas:

- En todo momento, los baños y aseos, de uso personal o común, están dotados de jabón y/ o alcohol, papel desechable y que disponen de papeleras.

- Se deben pautar el lavado de manos, al menos:
 - Antes de comer.
 - Después de estornudar, toser o sonarse la nariz.
 - Después de usar el baño.
 - Antes de manipular alimentos.
 - Después de tocar o limpiar superficies que puedan estar contaminadas.
 - Después de usar o compartir equipos, como el tablero o el ratón de los ordenadores personales.



- También el personal de limpieza usará guantes, mascarillas y en su caso pantallas protectoras, por su propio bienestar y el de los residentes, para evitar cualquier riesgo.

c. Limpieza y desinfección

Antes del comienzo del curso, se ha vuelto a una limpieza exhaustiva de todas las instalaciones y se limpiarán las superficies con productos desinfectantes.

Se incrementará la frecuencia de limpieza y repaso de las zonas con mayor contacto desinfectando diariamente. Además, se colocarán indicaciones con recomendaciones de seguridad frente al Covid19 en las instalaciones para cada residente.

Para poder garantizar la desinfección de la residencia es necesaria la colaboración de todos. Es responsabilidad de cada uno que la residencia esté en perfectas condiciones para poder mantener un espacio limpio y seguro. Por ello hemos dejado material desinfectante para que uno desinfecte los distintos espacios después de su uso.

Limpieza de habitaciones

- Las habitaciones las limpiaremos una vez a la semana y las superficies de los muebles (estanterías, mesa escritorio, mesilla de noche, etc.) y baños con más frecuencia de lo habitual.

- Habrá toallitas desinfectantes y/o pulverizadores para que los residentes puedan desinfectar aquellas superficies que más utilicen.
- En caso de habitaciones compartidas, las camas deberán guardar una distancia de 1,5 metros.
- Se extremarán todas las medidas para la limpieza y desinfección de las residencias, adecuando los procesos de trabajo y los materiales utilizados a las indicaciones propuestas por el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.

Espacios comunes

- Habrá toallitas desinfectantes y/o pulverizadores para que los residentes puedan desinfectar aquellas superficies que más utilicen.
- Se garantizará la ventilación frecuente de estas zonas y su adecuada limpieza, con el objetivo de mantener una buena calidad del aire en las distintas zonas de la residencia, para contribuir a la disminución de capacidad de transmisión de virus.
- Todos los *baños comunes* están equipados con jabón o alcohol y se realizará una limpieza y desinfección diaria de las duchas e inodoros. Así mismo, dejaremos un pulverizador con producto desinfectante para que cada usuario pueda usarlo antes y después de su uso.
- En las *salas de estar* en la medida de lo posible, dispondrán de mobiliario de fácil limpieza y desinfección para que sea frecuente. Se retirarán objetos decorativos innecesarios y otros elementos
- La *cocina y el comedor* lo limpiaremos todos los días en las residencias en las que ofrecemos servicios. Todo el personal cuando esté trabajando en el área de dietas recibirá formación e información para la realización de su trabajo atendiendo a las recomendaciones en materia de Prevención de Riesgos Laborales. Asimismo, se asegura que:
 - El personal utilizará el equipo de protección individual adecuado a su puesto de trabajo.

- En Smart Residences contamos con el aprovisionamiento suficiente de material de protección, especialmente de guantes y mascarillas para todos los trabajadores.
- Antes de comenzar cada servicio de preparación de comida, se desinfectarán las superficies y herramientas necesarias con los productos recomendados.
- La elaboración/manipulación de cualquier alimento se llevará a cabo con los guantes y mascarillas puestos a disposición del personal.
- Se usarán bayetas de microfibra, que se lavarán a diario.
- Además, todos los trabajadores atenderán a las medidas generales de prevención en cuanto al mantenimiento de las distancias de seguridad, la limpieza de manos, así como el uso de material de protección.

d. Servicio de lavandería

- Lavamos la ropa una vez a la semana. Si fuera necesario por seguridad, el residente puede solicitar que la ropa se lave dos veces a la semana.
- Es obligatorio el uso de bolsas de malla para la ropa interior.
- El personal de asistencia recogerá la ropa sucia con guantes y mascarilla.

e. Servicio de lavandería

- Las comidas las serviremos en un táper individual, evitando que el uso de fuentes de comida comunes puedan ser foco de contagio. Se recomienda no compartir comidas, ni bebidas, ni elementos comunes.
- Los alimentos deberán estar debidamente refrigerados y almacenados de manera que no tengan ninguna eventual exposición ante el virus.

- Los residuos que pudieran resultar de las comidas se desecharán.

f. Relación con los vecinos

Es responsabilidad de todos, que se cumplan una serie de requisitos para cuidar la comunidad de vecinos. Tenemos que tener en cuenta que probablemente convivamos con personas que pertenezcan a un grupo de riesgo (Anexo 2). Por este motivo hemos planteado las siguientes medidas en relación a la mejora de la convivencia con los vecinos:

- En todos los accesos a las residencias hay que llevar puesta la mascarilla.
- El uso de los ascensores se ha de limitar al mínimo imprescindible, priorizando el uso de las escaleras. Siempre dando prioridad a personas mayores, embarazadas o que no puedan usar las escaleras.
- La entrada a las residencias está restringida a aquellas personas ajenas.

4.-NORMATIVA PARA LOS RESIDENTES

Durante el periodo de riesgo, todos los residentes de Smart Residences han de seguir todas las normas de seguridad estipuladas en esta guía para el manejo de la prevención de riesgo por Covid-19.

- Con el propósito de evitar posibles contagios, antes de hacer el check-in, se debe certificar que en las dos últimas semanas ni se han presentado síntomas ni se ha estado en contacto con personas que hayan dado positivo por coronavirus, ni es positivo en coronavirus. Además, se avisará previamente del día de llegada y la hora aproximada.
- Los residentes deberán firmar y aceptar el protocolo de prevención y medidas anti COVID-19. No obstante, las normas y protocolo de actuación podrán variar en función de las directrices de la Comunidad de Madrid y/o del Gobierno de España tanto para flexibilizarlas como para restringirlas.

- Los residentes y sus familias han de informar, antes de su llegada, si pertenecen a un grupo considerado de riesgo por el Ministerio de Sanidad. Los residentes de riesgo tomarán las medidas necesarias de protección de acuerdo con el nivel de riesgo (ver Anexo 1).
- Los residentes que han adquirido inmunidad frente al Covid-19, deberán mantener todas las medidas de seguridad señaladas en este informe.
- Cada residente debe tener su propio termómetro y las mascarillas que necesitará para poder acogerse a las medidas de seguridad establecidas.
- No se permiten varias personas en una habitación exceptuando las habitaciones compartidas.
- Se recomienda no compartir ropa, cigarrillos, comida, libros o apuntes por el riesgo de transmisión que estas prácticas conllevan.
- Es responsabilidad de cada residente, comunicar en la mayor brevedad posible a la supervisora si ha comenzado a tener síntomas, o ha estado en contacto con alguien Covid positivo o si han recibido un resultado positivo.
- Está prohibido fumar en las estancias de la residencia, salvo en las terrazas y balcones.
- No se permite la organización de fiestas ni de reuniones de más de 10 personas ajenas a la residencia. El incumplimiento de este punto puede conllevar la expulsión inmediata de la residencia.
- Se deberán cumplir todas las normas y exigencias que la autoridad sanitaria vea conveniente para la seguridad de todos.

5.-ESCENARIOS

De cara al inicio del curso 2020-2021, y en función de la situación sanitaria en la que nos encontremos, se hace necesario tener en cuenta la posibilidad de tener que desarrollar varios escenarios para las distintas residencias.

El residente siempre que se vaya a ausentar de la residencia más de 24 horas deberá avisar a su supervisora, y comunicar a la vuelta si el lugar del que procede es de alto riesgo de contagio.

Desde Smart Residences, queremos transmitir que todos los servicios que los residentes han contratado, se seguirán prestando con independencia del escenario en el que nos encontremos, siempre y cuando nos lo permita la legislación vigente.

Estos escenarios determinarán algunas pautas relacionadas con: la entrada y salida de las residencias, la prestación de los servicios (limpieza, comidas, lavandería...) y la convivencia.

Escenario 1: PREVENCIÓN

Un primer escenario de cierta normalidad, en el que los datos epidemiológicos y las recomendaciones de las autoridades sanitarias permitan el desarrollo normalizado de la actividad.

Queda restringida la entrada a personas ajenas a la residencia salvo con previa autorización. Por la seguridad de todos, es necesario que se presente la documentación de la persona invitada antes de la entrada.

Los servicios se prestan con total normalidad tal y como hemos detallado en el apartado de Medidas Organizativas.

Además, recordamos:

- Uso de la mascarilla siempre que se abandone la residencia.
- Al llegar, lavarse las manos con agua y jabón o alcohol. Estará a disposición del residente en la entrada.
- No dejar ningún material personal en las zonas comunes para facilitar la limpieza y la desinfección.
- Se recomienda no compartir ropa, cigarrillos, comida, libros o apuntes por el riesgo de transmisión que estas prácticas conllevan.

Escenario 2: PREVENCIÓN REFORZADA

Este escenario se plantea para el caso de un empeoramiento de la evolución de la crisis del Covid-19.

Se extreman las medidas de seguridad, y por tanto no se dará permiso para la entrada a personas ajenas a la residencia, evitando el tránsito de gente como medida para evitar posibles contagios.

Es obligatorio el uso de mascarillas en las zonas comunes. Los residentes deben respetar siempre que sea posible el distanciamiento social de 1,5 metros.

Escenario 3: FASE DE MAYOR RESTRICCIÓN

Este escenario se plantea para el caso de que un empeoramiento de la evolución de la crisis del Covid-19 llevaría nuevamente a la situación de confinamiento.

No podrán acceder personas ajenas a la residencia. Los residentes deberán permanecer en sus residencias. Se podrá salir de las mismas cuando la autoridad competente lo permita.

En el caso de que nos encontremos en este escenario, la experiencia que nos ha dado este curso pasado nos permite estar mejor preparados para afrontar la prestación de todos los servicios con mayor garantía y mejor calidad.

6.-PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN EN CASO DE INFECCIÓN

CASO 1: sintomatología y/o contacto con positivos

Ante un caso sospechoso por Covid-19, la posibilidad, probabilidad, confirmación o contacto ha de ser definida por personal sanitario.

Cuando un residente empieza a tener síntomas relacionados con la enfermedad o cuando ha estado en contacto con alguien con síntomas compatibles con la enfermedad, el residente deberá hacer lo siguiente:

- Contactar de forma inmediata con su médico de atención primaria.
- Comunicar a su supervisora el estado en el que se encuentra. Tener una comunicación directa y constante con la supervisora ayudará a mejorar la atención y a prevenir el contagio con el resto de compañeros de la residencia.

- No salir de la habitación durante los próximos 14 días salvo haciendo uso de equipos de protección, y siempre y cuando fuera necesario.
- El residente deberá realizarse el test PCR. Si el residente lo solicita, le podemos facilitar el contacto de algunos laboratorios para que pueda realizarse estas pruebas. Si durante ese tiempo se ha realizado las pruebas pertinentes, y el resultado ha salido negativo en infección, y el médico se lo permite, en ese caso podrá salir de la habitación.

El servicio de comida se servirá en un recipiente individual con los cubiertos necesarios para que el residente pueda comer en su habitación.

Además, le podemos proporcionar el contacto de algún especialista para que le pueda realizar una consulta vía telemática.

Se le aplicarán todas las medidas de limpieza y desinfección que se pueden ver en el Anexo 3.

CASO 2: Confirmado positivo

En los casos confirmados como positivos (definidos en el Anexo 4), los residentes deberán permanecer en una habitación siguiendo las indicaciones de aislamiento que exponemos a continuación, siendo todas ellas de estricto cumplimiento.

- El aislamiento debe comenzar el mismo día de la sospecha.
- La persona aislada debe permanecer en una habitación de uso individual, con ventilación directa al exterior. La puerta de la habitación deberá permanecer cerrada hasta la finalización del aislamiento.
- Si no es posible tener baño propio dentro de la habitación, se bloqueará para uso exclusivo el baño más cercano.
- En caso de verse conveniente por medidas de seguridad y de higiene, se puede plantear trasladar al residente a otro de nuestros pisos en los que se pueda asegurar todas las medidas de aislamiento.
- Deberá desinfectarse todo lo que haya estado en contacto con la residente.

- Una vez el residente haya realizado el test PCR y haya dado negativo, y se pueda garantizar la seguridad del resto de residentes del piso, podrá salir del aislamiento.

ANEXO 1

CUESTIONES GENERALES

¿QUÉ ES EL NUEVO CORONAVIRUS SARS-COV-2?

Los coronavirus son una familia de virus que normalmente afectan a animales, aunque en ocasiones pueden transmitirse a las personas. Este nuevo coronavirus fue detectado por primera vez en diciembre de 2019 en China y puede afectar a los seres humanos produciendo la enfermedad COVID-19.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA COVID-19?

Los síntomas más comunes de la COVID-19 son tos, dolor de garganta, fiebre, cansancio y sensación de falta de aire. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual, incluso algunas personas se infectan, pero no desarrollan ningún síntoma y no se encuentran mal. El 80% de los casos presenta síntomas leves, recuperándose de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial.

Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas como hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave. Estos casos de mayor gravedad afectan a 1 de cada 6 personas y pueden causar neumonía, fallo renal e incluso la muerte.

¿CÓMO SE TRANSMITE?

La enfermedad puede propagarse entre personas a través de pequeñas gotas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o estornuda.

Estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean al enfermo, de modo que otras personas pueden contraer la enfermedad si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. Por ello, es tan importante lavarse las manos con frecuencia.

También pueden contagiarse si inhalan las gotas que haya esparcido una persona enferma. Para evitarlo hay que mantenerse al menos a 2 metros de distancia de una persona que se encuentre enferma, ya que es la distancia que las gotas pueden recorrer en el aire.

PAUTAS DE HIGIENE Y OTRAS MEDIDAS

La principal medida preventiva para evitar contagios y la propagación del virus es realizar unas sencillas pautas de higiene, que a continuación se detallan.

- Lavar las manos frecuentemente.
- Al toser o estornudar cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o un pañuelo desechable.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión.
- Utilizar pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tirarlos tras su uso.

Aparte de ello, recordad:

- Mantener una distancia de 2 metros con las personas que presenten tos o estornudos.
- En caso de presentar síntomas, permanecer en el domicilio y ponerse en contacto con los servicios sanitarios.

ANEXO 2

GRUPOS DE RIESGO

Los principales grupos vulnerables son: Los mayores de 60 años. Personas diagnosticadas de hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer en tratamiento activo, inmunodeficiencias, y embarazadas.

ANEXO 3 LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EN CASO DE UN RESIDENTE CON SÍNTOMAS DE COVID-19

Además de las normas y pautas desarrolladas en apartados previos, se recomienda actuar con las siguientes precauciones:

➤ Manejo de residuos en el domicilio:

- El material desechable utilizado por la persona enferma y sus cuidadores (guantes, pañuelos, mascarillas), el del personal sanitario (excepto gafas y mascarilla) y cualquier otro residuo del paciente, se eliminará en el cubo de basura dispuesto en la habitación, preferiblemente con tapa y pedal de apertura. La bolsa de plástico debe tener cierre hermético y cerrarse antes de sacarse de la habitación.
- La bolsa con los residuos podrá descartarse con el resto de los residuos domésticos siempre que estén introducidos en una bolsa cerrada herméticamente.
- Dispondremos de cubiertos, vasos, platos desechables para un solo uso. Después de usarse se introducirán en una bolsa cerrada herméticamente.
- Tras el contacto con los residuos siempre se deberá realizar higiene de manos.

➤ Desinfección de superficies

- Las superficies que se tocan con frecuencia (mesitas de noche, somieres, muebles del dormitorio), los pomos de las puertas, las superficies del baño teléfonos, mandos a distancia, etc., deberán ser limpiadas con material desechable y desinfectadas diariamente con un desinfectante doméstico que contenga lejía
- Tras realizar la limpieza se deberá proceder a una buena higiene de manos.

➤ Limpieza de ropa y enseres personales

- Lavar la ropa de cama, toallas, etc. de los residentes con jabones o detergentes habituales a 60-90 °C y dejar que se seque completamente. Esta ropa deberá colocarse en una bolsa con cierre hermético hasta el momento de lavarla. Evitar sacudir la ropa antes de que esta sea lavada.

ANEXO 4

CASOS Y CONTACTOS

Exponemos a continuación la clasificación de casos y contactos.

Caso sospechoso

- Caso que cumple criterio clínico de caso sospechoso hasta obtener el resultado de la PCR.

Caso descartado

- Los casos sospechosos con PCR negativa e IgM también negativa, si esta prueba se ha realizado, en los que no hay una alta sospecha clínica, se considerarán descartados.

Caso confirmado con infección activa

- Caso con o sin clínica y PCR (u otra técnica de diagnóstico molecular que se considere adecuada), positiva.
- Caso que cumple criterios clínicos, con PCR (u otra técnica de diagnóstico molecular que se considere adecuada) negativa y resultado positivo a IgM por serología (no por test rápidos).

Casos probables

- Los casos de infección respiratoria aguda grave con criterio clínico y radiológico compatible con COVID-19 con resultados de PCR negativos o los casos sospechosos con PCR no concluyente.

Contacto estrecho

- Cualquier persona que haya proporcionado cuidados a un caso: personal sanitario o sociosanitario que no han utilizado las medidas de protección adecuadas.
- Cualquier persona que haya estado en el mismo lugar que un caso, a una distancia menor de 1,5 metros (ej. convivientes, visitas) y durante más de 15 minutos.
- Se considera contacto estrecho en un avión, a los pasajeros situados en un radio de dos asientos alrededor de un caso y a la tripulación que haya tenido contacto con dicho caso.

Identificación de contactos estrechos

- En el momento que se detecte un caso sospechoso en la residencia, se iniciarán las actividades de identificación de contactos estrechos. El periodo para considerar es desde 2 días antes del inicio de síntomas del caso hasta el momento en el que el caso es aislado.

- ❑ En los casos asintomáticos confirmados por PCR, los contactos se buscarán desde 2 días antes de la fecha de diagnóstico.
- ❑ El uso de mascarilla disminuye el contacto dejando de considerarse contacto estrecho todas aquellas personas que han estado en contacto manteniendo esta medida de protección.