CENTRO INTEGRADO de FORMACIÓN PROFESIONAL
Comunicación, imagen y sonido
Principado de Asturias

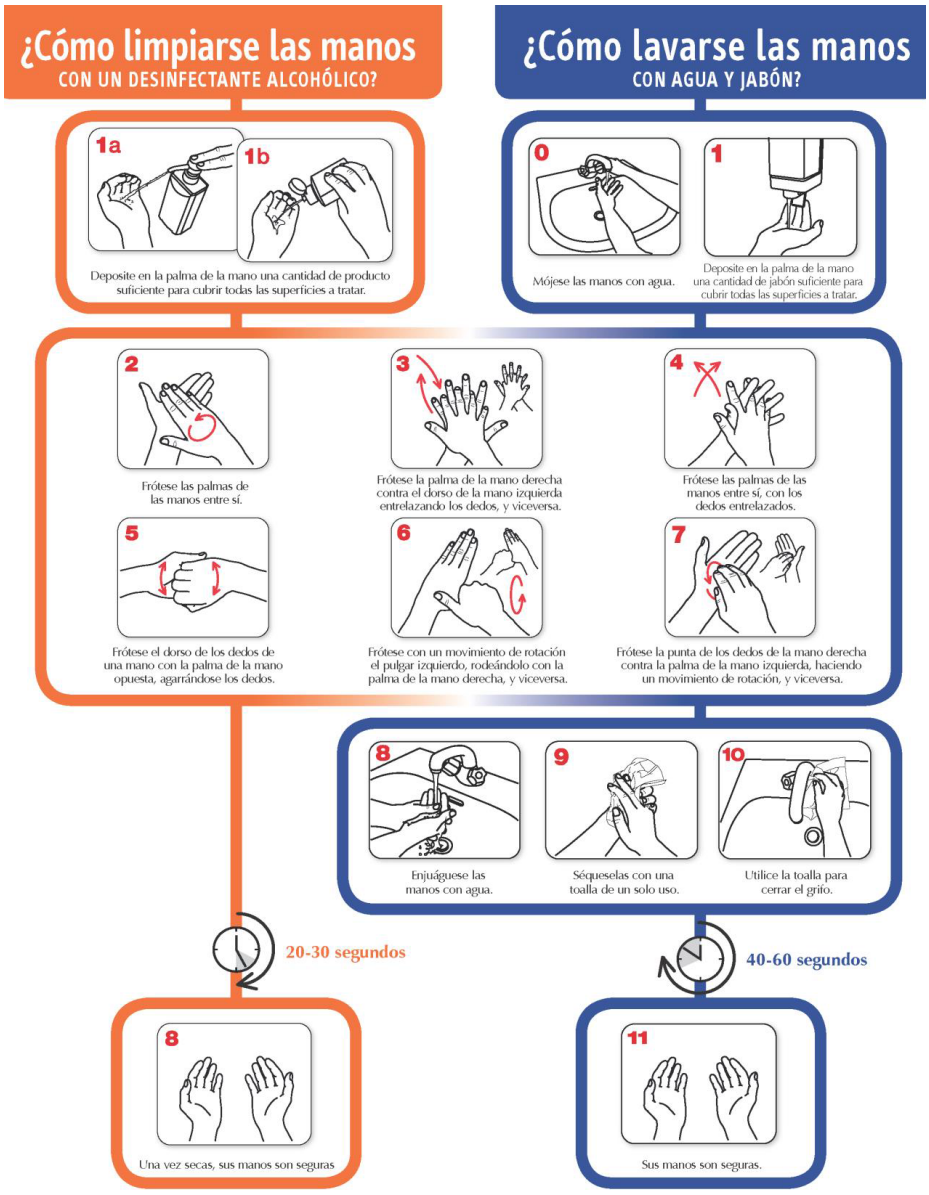
PREVENCIÓN DEL COVID-19 - INFORMACIÓN A ALUMNADO

El CIFP de Comunicación, Imagen y Sonido ha implementado las medidas de prevención del Covid-19 recogidas en las instrucciones al efecto, tanto de ámbito estatal como autonómico. Estas indicaciones son un resumen de las principales medidas de prevención, así como su aplicación en el centro educativo.

MEDIDAS DE CARÁCTER INDIVIDUAL

HIGIENE PERSONAL – LAVADO DE MANOS

El lavado de manos frecuente es la principal medida de prevención y control de la infección.



- El lavado de manos debe ser frecuente y meticuloso, durante al menos 40 segundos con agua y jabón. Si no es posible, con gel hidroalcohólico durante 20 segundos.
- Cuando las manos tienen suciedad visible el gel hidroalcohólico no es suficiente.
- Es importante lavarse las manos con frecuencia, por ejemplo, al llegar y al abandonar las instalaciones, al ir al aseo, antes de usar los elementos comunes como teléfono, ordenador, impresora…
- Las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos.
- Es aconsejable cubrir heridas y lesiones de las manos con apósito impermeable.
- Se han colocado en Recepción, Secretaría y áreas de trabajo del centro dispensadores de productos jabonosos y/o geles de solución hidroalcohólica.

HIGIENE RESPIRATORIA

- Si se sufre un acceso de tos inesperado se debe cubrir la boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable y tirarlo en una papelera provista de tapa y pedal.
- El centro ha instalado en aseos, aulas y diferentes áreas comunes o de trabajo papeleras provistas de tapa y pedal para recoger los pañuelos desechables y las mascarillas.
- Si no se tiene pañuelo de papel se debe toser o estornudar sobre el brazo en el ángulo interno del codo, para no contaminar las manos.

- Hay que evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca hasta su completa limpieza y desinfección.

TOMA DE TEMPERATURA

Se recomienda la toma de temperatura diaria antes de acudir al centro educativo.

USO DE MASCARILLA

Se procurará siempre mantener una distancia de seguridad entre personas de 1,5 metros. Como será difícil el mantenimiento de esa distancia en todo el desarrollo de la actividad en el CIFP CISLAN, el centro recomienda el uso permanente de la mascarilla dentro del centro.

El alumnado debe acceder al centro y mantener siempre puesta una mascarilla higiénica que cumpla con la Norma UNE 0065/UNE 0064 o quirúrgica Norma UNE 14683. No puede tener válvula de exhalación.

Éstas son las recomendaciones generales para el correcto uso de la mascarilla:

CONSEJOS PARA EL CORRECTO
USO DE MASCARILLAS EN LA POBLACIÓN

CÓMO COLOCAR Y RETIRAR UNA MASCARILLA HIGIÉNICA O QUIRÚRGICA

1.
ANTES DE PONERSE LA MASCARILLA, DEBEMOS HACER UNA BUENA HIGIENE DE MANOS CON AGUA Y JABÓN O SOLUCIÓN HIDROALCOHÓLICA (40 – 60 SEGUNDOS).

2.
ASEGÚRESE DE QUE LA MASCARILLA NO ESTÁ ROTA O DAÑADA Y CÓJALA SIEMPRE POR LOS EXTREMOS.

3.
COMPRUEBE CUÁL ES EL EXTERIOR Y EL INTERIOR ANTES DE COLOCARLA.

4.
COLOQUE LAS GOMAS DE SUJECIÓN POR DETRÁS DE LAS OREJAS PARA AJUSTARLA CORRECTAMENTE Y EVITAR QUE SE CAIGA O DESPLACE. SI ES DE CINTAS, HAGA DOS LAZADAS PARA AJUSTARLA CORRECTAMENTE.

5.
SI TIENE BANDA METÁLICA, AJÚSTELA AL PUENTE DE LA NARIZ Y CUBRA NARIZ, BOCA Y BARBILLA.

6.
UNA VEZ COLOCADA, EVITE TOCAR SU MASCARILLA CON LAS MANOS.

7.
SI LE MOLESTA Y DEBE RECOLOCARLA, REALICE UNA CORRECTA HIGIENE DE MANOS ANTES Y DESPUÉS.

8.
PARA RETIRARLA, UTILICE LA GOMA DE SUJECIÓN DE CADA LADO DESLIZANDO DESDE ATRÁS HACIA ADELANTE O, EN SU CASO, DESHACIENDO LAS LAZADAS. NUNCA RETIRAR LA MASCARILLA COGIENDO LA PARTE DELANTERA.

9.
DESÉCHELA INMEDIATAMENTE Y NO TOQUE EL EXTERIOR DE LA MASCARILLA EN NINGÚN MOMENTO.

10.
POR ÚLTIMO, REALICE UNA VEZ MÁS LA HIGIENE DE MANOS COMO SE INDICA EN EL PASO 1.

Y NO OLVIDE QUE...

- No las comparta, son unipersonales.
- Su finalidad es la de evitar la propagación del virus.
- Están destinadas a personas adultas en aquellas ocasiones en las que tengan que salir de casa y no se pueda garantizar la distancia de seguridad, por ejemplo, el transporte público.
- El empleo de mascarillas no exime del cumplimiento de otras medidas como mantener la distancia de seguridad (1.5 a 2 metros) con respecto a otras personas.
- Estas mascarillas no son reutilizables.
- Su uso no debe exceder las cuatro u ocho horas.
- Sólo podrá reutilizarse si no se excede este tiempo y se realiza una adecuada higiene de manos.
- Desecharla si dificulta la respiración o está húmeda.

OTROS

Como complemento a lo anterior, el CIFP CISLAN dispone de:

- Termómetro de infrarrojos para toma de temperatura sin contacto, por si su uso fuera preciso.
- En la entrada del centro se han colocado una alfombrilla con desinfectante hidroalcohólico para la desinfección de calzado.

MEDIDAS DE CARÁCTER ORGANIZATIVO

DISTANCIA DE SEGURIDAD

Para favorecer la distancia de seguridad se ha colocado en el CIFP CISLAN señalética que ordena el flujo de las personas y establece puntos de espera y zonas de acceso restringido. También se han instalado mamparas protectoras de metacrilato en Recepción y Secretaría.

ACCESOS

La entrada y salida del centro se hará por puertas distintas. Es muy importante respetar estos accesos.

Para la entrada al centro se utilizará la puerta situada en la calle Francisco Ferrer:

Para la salida, la puerta que da a la Plaza de los Stukas. Ambas están señalizadas.

En cuanto al recorrido de personas por el interior del centro, se ha establecido que el flujo sea por la derecha, y se han acotado puntos de espera y espacios de acceso restringido para alumnado y personal ajeno al centro. Es muy importante respetar estas indicaciones.

USO DEL ASCENSOR

Se evitará en la medida de lo posible el uso del ascensor, se utilizarán preferentemente las escaleras, siempre por la derecha en la circulación.

En el caso de ser necesario el uso de ascensor, se debe utilizar de modo individual, evitando tocar superficies, y lavándose las manos antes y después de su utilización.

Si el uso individual es imposible porque la persona necesita acompañante, es obligatorio que ambas personas lleven mascarilla.

USO DE BAÑOS

Su uso está limitado al personal del centro y alumnado. Sólo puede usarlo una persona de cada vez. Si alguien espera, debe hacerlo respetando la señalética al efecto.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

La empresa de limpieza ITMA está aplicando las medidas recogidas en las instrucciones de prevención del Covid-19.

NORMATIVA Y RECURSOS DE REFERENCIA

- Real Decreto- Ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19
- Resolución de 19 de junio de 2020, de la Consejería de Salud del Principado de Asturias, por la que se establecen medidas urgentes de prevención, contención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19 tras la expiración de la vigencia del Estado de Alarma
- Resolución de 14 de julio de 2020, de la Consejería de Salud, por la que se adoptan medidas urgentes de prevención, contención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19
- Orden SND/399/2020, de 9 de mayo, para la flexibilización de determinadas restricciones de ámbito nacional, establecidas tras la declaración del estado de alarma en aplicación de la fase 1 del Plan para la transición hacia una nueva normalidad.
- Orden SND/271/2020, de 19 de marzo, por la que se establecen instrucciones sobre gestión de residuos en la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19
- COVID- 19: Proteger la salud en las aulas. Principios básicos para asegurar el derecho a la salud al reabrir los centros educativos. UNICEF
- CDC. Consideraciones para institutos de educación superior. Actualización 30 de mayo 2020 https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/colleges-universities/considerations.html
- Medidas de prevención, higiene y promoción de la salud frente a COVID-19 para centros educativos en el curso 2020-2021
- Procedimientos de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS- CoV-2 de 19 de 2020. Ministerio de Sanidad. Gobierno de España
- Medidas preventivas generales para garantizar la separación entre trabajadores/as frente a COVID-19. Ministerio de Trabajo y Economía Social. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo
- Prevención de riesgos laborales vs. COVID-19. Ministerio de Trabajo y Economía Social. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo
- Medidas para la reducción del contagio por el coronavirus SARS-CoV-2.Ministerio de Industria, Comercio y Turismo

Se puede consultar información actualizada para la ciudadanía sobre COVID-19 en este enlace:

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm

Algunas infografías de especial interés:

Cómo protegerme (infografía):

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_como_protegerse.jpg

Mascarillas higiénicas (infografía):

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/COVID19_Mascarillas_higienicas_poblacion_general.pdf

¿Debo usar guantes al salir de casa? (infografía):

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_guantes.jpg

Decálogo sobre cómo actuar en caso de síntomas de COVID (infografía):

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/20200325_Decalogo_como_actuar_COVID19.pdf

Síntomas (infografía):

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_sintomas.jpg

¿Qué hago si conozco a alguien con coronavirus? (infografía):

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_que_hago_si_conozco_alguien_con_sintomas.jpg

Los virus no discriminan, las personas tampoco deberíamos hacerlo (infografía): https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/20200409EstigmaPoblacion.jpg

Movilidad y seguridad vial en tiempos de COVID-19 (infografía):

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/COVID19_Movilidad_y_seguridad_vial.pdf