



# CORONAVIRUS

COVID-19

## BIOSEGURIDAD PARA EL PERSONAL POLICIAL ANTE LA PANDEMIA

## BIOSEGURIDAD PARA EL PERSONAL POLICIAL ANTE LA PANDEMIA

---

### *ANTES, DURANTE Y DESPUES DEL SERVICIO*

#### **¿Sabes que es el COVID-19?**

Produce una enfermedad respiratoria que solo en algunos casos puede complicarse (principalmente en personas mayores).

Se transmite por vía respiratoria cuando el contacto es estrecho o por contacto con superficies contaminadas.

#### **¿Sabes que es importante?**

Que aprendas a cuidarte y que recuerdes que se contagia por contacto, es decir, que debes ser cuidadoso con lo que tocas, donde te apoyas y a higienizar tus manos permanentemente.

#### **ANTES DE TOMAR EL SERVICIO:**

- Córdete las uñas y barda al ras. El cabello atado.
- Prepara tu kit de higiene
- Quitate relojes, pulseras, aros, anillos y cadenas.

#### **DURANTE EL SERVICIO Y EN TODO MOMENTO**

- Lávate las manos frecuentemente y sino puedes, usá alcohol en gel.
- Evitá tocarte los ojos, la nariz y la boca.
- Mantené al menos 1,5 metros de distancia.
- Si tenés alguno de los síntomas avisa a tu Superior.
- Barbijo, guantes y gafas de protección sólo debes usar cuando procedés ante un caso de coronavirus.

#### **KIT DE HIGIENE**

##### **HIGIENE EN CUALQUIER LUGAR**

- Jabón blanco en pan o en porciones
- Botella de 500cm<sup>3</sup>
- Alcohol al 70%

#### **LAVADO DE MANOS**

8 pasos correctos para hacerlo

- Las veces que puedas y necesites
- Convertirlo en tu mejor rutina
- Duración 40-60 segundos
  1. PALMA CON PALMA
  2. ENTRE LOS DEDOS
  3. DETRÁS DE LAS MANOS
  4. PULGARES
  5. DETRÁS DE LOS DEDOS
  6. UÑAS
  7. MUÑECAS
  8. ENJUAGAR Y SECAR

**ALCOHOL EN GEL O AL 70%**

- Aplícalo como si te lavarás
- Cada 3 usos se recomienda un lavado
- Se prepara colocando 7 partes de alcohol de farmacia y 3 de agua.

**CHALECO ANTIBALAS**

- Con alcohol al 70%
  - Mientras lo tengas colocado o cuando finalices la guardia.
  - Cada semana lavas las fundas con fundas con cepillo suave y detergente diluido.

**MOVILES Y DEPENDENCIAS**

- Paso 1: Se limpia con una solución jabonosa
- Paso 2: Se desinfecta con alcohol al 70% los aparatos eléctricos o lavandina.

**PREPARACION**

2 - CUCHARADAS SOPERAS

DE LAVANDINA DOMESTICA EN 1 LITRO DE AGUA (20 ML DE HIPOCLORITO DE SODIO 40-50 CLORO GR/ LITRO EN 1 LITRO)

\*Peligroso para la piel

**MOVILES**

- Se recomienda que se efectúe al recibir el móvil y/o en caso que exista indicios de COVID-19
- Se realizara de adelante hacia atrás y de adentro hacia afuera.  
Ventilalo

Se puede contar con un aspersor.

Tiempo estimado: 25 minutos

**DEPENDENCIAS**

Mencionadas las anteriores en espacios tiempo estimado: 40 minutos

EN LA VUELTA A CASA:

- Organízate para llevar la menor cantidad de elementos a tu casa
- Realiza a conciencia la siguiente rutina de 10 pasos

**PASOS**

1. PREVENCIÓN: Alcohol al 70% sobre los cordones
2. DESINFECTACIÓN: Alcohol al 70% en picaportes y llaves
3. LIMPIEZA: Trapo húmedo con detergente
4. DESINFECTACIÓN: Trapo húmedo con lavandina
5. QUITARSE BORCEGOS: Entrar a la casa en medias
6. Utilizar una CAJA: Alcohol al 70% en accesorios.
7. Quitar y lavar uniforme
8. Ducharse bien
9. SALUDAR A LA FAMILIA, el virus afuera. Disfrutar de la familia, ellos te esperan.