



Instructivo COVID-19

# **RUTINA DE LAVADO DE MANOS AL INTERIOR DEL ESTABLECIMIENTO EDUCACIONAL**

**ESCUELA CACIQUE LEVIAN**

## INTRODUCCION

En Tiempos de pandemia y en los que la humanidad se ve afectada por el COVID-19 es de gran importancia conocer los principales métodos preventivos de la propagación de este virus.

Las manos resultan ser uno de los principales focos de transmisión de gérmenes, virus e infecciones de distinto tipo siendo el COVID-19 uno de ellos, por lo tanto, la higiene de manos es una de las medidas principales de prevención de manera sencilla, económica y simple. La importancia de que dicho lavado se realice de manera adecuada radica en primera instancia en estar conscientes que las manos son un canal de contacto constante con cara, boca, ojos, nariz, etc. En muchas ocasiones es un gesto natural e inconsciente, por lo tanto, aprender un correcto lavado de manos en la actualidad no es solo una medida higiénica sino una manera efectiva de combatir transmisiones víricas.

Para realizar dicho lavado de manos es de gran importancia contar con agua y jabón principalmente y por lo mismo como establecimiento educacional a continuación detallamos tal procedimiento del correcto lavado de manos que esperamos sea de conocimiento de toda la comunidad educativa y para lo que realizaremos la difusión correspondiente.

## I. OBJETIVO

Dar a conocer a toda la comunidad educativa el procedimiento del correcto lavado de manos con agua y jabón o mediante el uso de alcohol gel, las frecuencias recomendadas. De manera de educar a la comunidad respecto los beneficios de un correcto lavado de manos y el instructivo de su ejecución.

## II. ALCANCE

Este instructivo debe ser aplicado por toda la comunidad escolar; estudiantes, docentes, asistentes de la educación y apoderados.

## III. RESPONSABILIDAD

### EQUIPO PLAN DE SEGURIDAD Y DESINFECCIÓN

- Disponer de los medios necesarios para garantizar que las rutinas de lavado de manos se efectúen correctamente al interior del establecimiento educacional, entre ellos:
  - Disponibilidad de puntos de lavado de manos al interior del establecimiento educacional (agua potable, jabón líquido y sistema de secado de manos, basurero).
  - Disponibilidad de alcohol gel.
- Implementar rutinas de lavado de manos con jabón y uso de alcohol gel cada 2 – 3 horas o cuando se manipule basura, alimentos, desperdicios u otro similar, para todas las personas de la comunidad educativa.
- Luego de tocar superficies de uso masivo (mostradores, pasamanos, manillas de puerta, barandas, etc.) o manipular dinero, llaves, animales, tarjetas, etc.
- Después de utilizar alcohol gel como máximo 5 veces consecutivas, se debe realizar el correcto lavado de manos con agua y jabón.
- Difundir a toda la comunidad escolar la forma correcta de lavado de manos.
- Disponer de señalización de todos los puntos de lavado de manos al interior del establecimiento educacional.
- Difundir material informativo reforzando la importancia del lavado frecuente de manos.

## **PROFESORES**

- Velar por el cumplimiento de las normas sanitarias durante la realización de clases. En específico reforzar instrucción de: **“lavado de manos en cada ingreso a la sala de clases”**.
- Asegurar el cumplimiento de rutinas de lavado de manos con jabón y uso de alcohol gel cada 2 – 3 horas para todas las personas de la comunidad educativa.
- Retroalimentar al sostenedor y equipo directivo sobre las oportunidades de mejora de los instructivos.

## **PERSONAL DE SERVICIO DE ASEO**

- Asegurar que los baños disponen de jabón líquido y contar con imagen y señalización que refuerce el lavado de manos.
- Asegurar que en cada sala de clases se cuente con solución de alcohol gel.

## **ALUMNOS**

- Respetar todas las normas de seguridad sanitarias establecidas por las señalizaciones, así como aquellas indicadas por los profesores y asistentes de educación.

## **IV. Instrucciones**

### **4.1-PROCEDIMIENTO DE CORRECTO LAVADO DE MANOS CON AGUA Y JABÓN.**

1. Moja las manos con agua.
2. Deposita en la palma de la mano jabón suficiente para cubrir ambas manos.
3. Frota las palmas de las manos entre sí.
4. Después, frota la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos. Repite el proceso a la inversa.
5. Con los dedos entrelazos, frota las palmas de las manos entre sí.
6. Frota el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta mientras agarras los dedos.

7. A continuación, frota con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha.
8. Frota la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la izquierda realizando un movimiento de rotación. Repite el proceso con la otra mano.
9. Enjuaga ambas manos con agua.
10. Para lavarse las manos de forma completamente higiénica, si es posible, seca las manos con una toalla desechable.
11. Utiliza la toalla para cerrar el grifo.

#### 4.2.- INSTRUCCIONES ¿CÓMO LAVARSE LAS MANOS?



1 Mójate las manos con agua



2 Deposita en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos



3 Frota las palmas de las manos entre sí



4 Frota la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa



5 Frota las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados



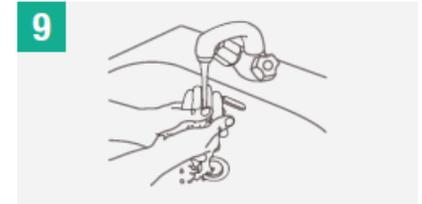
6 Frota el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos



Frota con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa



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



Enjuágate las manos con agua



Secate con una toalla desechable



Utiliza la toalla para cerrar la llave



Tus manos son seguras

### 4.3-PROCEDIMIENTO DE CORRECTO LAVADO DE MANOS CON ALCOHOL GEL.

La solución alcohólica elimina los microorganismos de las manos. Éste es el mejor método cuando las manos están visiblemente limpias.

1. Aplicar abundante cantidad de solución alcohólica sobre sus manos.
2. Distribuir la solución alcohólica frotando enérgicamente por toda la superficie de las manos.
3. Extender la solución alcohólica entre los dedos y la palma de la mano.
4. Friccionar las yemas de los dedos.
5. Frotar ambos pulgares.
6. Finalizar el lavado de manos refregando las superficies de las manos hasta que se encuentren secas.

## 4.4.- INSTRUCCIONES ¿CÓMO HACER HIGIENE DE MANOS CORRECTAMENTE CON ALCOHOL GEL?



Duración del proceso:  
20-30 segundos



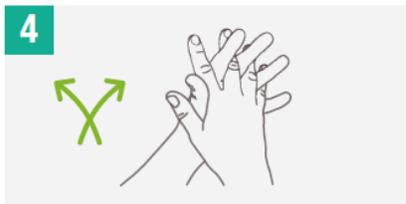
1 Aplicar una porción generosa en la mano formando un hueco para cubrir la mayor área posible



2 Frotar las manos palma con palma



3 Frotar palma derecha sobre dorso izquierdo con dedos entrelazados y viceversa



4 Frotar palma con palma con dedos entrelazados



5 Frotar parte posterior de los dedos a la palma opuesta con los dedos entrelazados



6 Frotar rotacionalmente el pulgar izquierdo en la palma derecha y viceversa



7 Frotar de manera rotacional, en ambos sentidos, con los dedos juntos y la mano derecha en la palma izquierda y viceversa



8 Una vez secas, las manos están desinfectadas

### IMPORTANTE:

Para generar el efecto adecuado, utilizar **alcohol gel al 70%**. Si las manos están visiblemente sucias, o con sangre u otro fluido corporal o después de usar servicios higiénicos hay que lavar **siempre las manos** con agua y jabón por al menos 20 segundos

#### 4.5.- RECOMENDACIONES PARA EVITAR DERMATITIS DEBIDO AL LAVADO FRECUENTE DE MANOS

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
|  | <p><b>1</b></p> <p>El jabón y el alcohol gel no deben ser usados al mismo tiempo</p>  |  | <p><b>2</b></p> <p>Evitar el uso de agua caliente, ya que la exposición repetida al agua caliente puede aumentar el riesgo de dermatitis. <b>Preferir el uso de agua tibia</b></p>   |
|  | <p><b>3</b></p> <p>En el lavado de manos, es necesario un <b>enjuague y secado prolijo de las manos</b>. Si quedan restos de jabón, a la larga podría provocar dermatitis</p> |  | <p><b>4</b></p> <p>Utilizar <b>cremas humectantes/ hidratantes para las manos</b>, que permitan reducir, en lo posible, las lesiones en la piel por el lavado frecuente de manos</p> |

#### 4.6.- IDENTIFICACIÓN DE PUNTOS DE LAVADO DE MANOS Y PUNTOS CON DISPOSICIÓN DE ALCOHOL GEL.

- El establecimiento educacional contara con jabón líquido y toallas de papel desechables en los servicios sanitarios y otros lavamanos disponibles al ingreso del establecimiento educacional (frontis) (ver registro fotográfico).
  - Baños niños (enseñanza básica y Parvularia)
  - Baños niñas (enseñanza básica y Parvularia)
  - Baños funcionarios
  - Baños ubicados en CEPNI

-Lavamanos ingreso distribuidos en el establecimiento:

- Ingreso 1 frontis del establecimiento (2)
- Ingreso 2 multicancha limitante con estadio (2).
- Pasillo desde comedor (2)
- Salida patio rivera de Bío Bío (2)

El colegio dispondrá de solución de alcohol gel a la entrada del establecimiento, en las zonas de atención al público, en la entrada a las oficinas, las salas de profesores, salas de reuniones, sala de clases y/o en los pasillos, en todos los pisos y lugares comunes, garantizando el acceso fácil y rápido a éstos. (Ver registro fotográfico)