Gobierno del Estado de Sonora | Servicios de Salud de Sonora

Coordinación de Servicios de Salud y Proyectos Estratégicos
Dirección General de Promoción a la Salud y Prevención de Enfermedades
Dirección de Promoción de la Salud

PROTOCOLO PARA REUNIONES SOCIALES Y FAMILIARES POR COVID-19

covid19.saludsonora.gob.mx

CORONAVIRUS (COVID-19) SALUD SONORA

INFÓRMATE EN: @SSaludSonora

Promoción de la Salud

SONORA

Protocolo para eventos sociales y familiares

En la actualidad las reuniones sociales son una de las actividades que tienen mayor demanda entre la población sonorense. Estas tienen el objetivo de crear un ambiente de alegría y/o convivencia al romper la rutina diaria, a través de la diversión y celebración de algún acontecimiento como cumpleaños, éxitos laborales, bodas o simplemente *satisfacer el deseo de convivir con los demás.* Estimulando así, la convivencia, comunicación y cercanía entre los integrantes de la familia, amigos, vecinos y compañeros de trabajo, a través de la comida, música, juegos, etc.

Ante la Nueva Realidad es importante seguir las siguientes recomendaciones ya que la **propagación del virus que provoca COVID-19 en la comunidad se genera por la transmisión de persona a persona, y sucede con mayor frecuencia entre contactos cercanos** (a una distancia menor a un metro). Este tipo de transmisión ocurre a través de secreciones respiratorias que se producen al hablar, toser o estornudar. Estas secreciones también pueden permanecer en objetos y superficies, las cuales se ha estimado pueden persistir durante horas o días.

Dado que es posible que algunas personas infectadas aún no presenten síntomas al inicio o que sus síntomas sean leves, conviene el reforzamiento de las medidas de prevención tales como:

- ✓ La sana distancia.
- ✓ El lavado frecuente de manos o uso de gel antibacterial al 70%.
- ✓ Limpieza y desinfección de objetos/superficies.
- ✓ Estornudo de etiqueta.
- ✓ Uso de cubreboca en espacios cerrados.

Practicar la higiene es importante en todo momento y la mejor forma de protegerse a sí mismo y a los demás.

Recomendaciones generales

Reuniones sociales en casa:

- Explicar a los asistentes qué medidas se llevarán a cabo para procurar garantizar la seguridad de todos. Haciendo hincapié en:
    - **Estornudo de etiqueta.**
    - **Sana distancia de 1.5 metros entre cada persona.**
    - **Lavado frecuente de manos con agua y jabón o uso de gel antibacterial.**
    - **Evitar tocarse ojos, la nariz y la boca.**
    - **Evitar compartir utensilios como platos, vasos y cubiertos.**
    - **No saludarse de mano, beso o abrazo.**
    - **Las reuniones podrán celebrarse con no más de 10 personas.**
    - **No deben acudir personas con fiebre o síntomas respiratorios.**

- **Usa vajilla desechable, como utensilios, platos, vasos y cubiertos**. Si no es factible o no es conveniente usar utensilios desechables, asegúrate que se manipule toda la vajilla y los utensilios no desechables preferentemente con guantes. Posteriormente deben lavar y desinfectar la vajilla.

- **Asignar a una o dos personas para servir los alimentos**, usando guantes y cubreboca.

- **Evita ofrecer botanas, servicio de buffet y barra de bebidas**. Ten la comida y bebida preparada previamente para entregarles a los presentes.

    - *No hay evidencias que demuestren que el COVID-19 pueda propagarse a través de los alimentos. Sin embargo, el hecho de que las personas compartan utensilios y se congreguen al adquirir los alimentos, puede suponer un riesgo.*

- **Asegúrate que el baño cuente con agua, jabón, papel para secarse las manos y un bote para desechar estos.**

- **Facilita dispensadores con gel antibacterial al 70% de alcohol** para los invitados.

- **De preferencia que la reunión se realice al aire libre**, de no ser posible se debe mantener el lugar ventilado con puertas y ventanas abiertas, garantizando la sana distancia de mínimo 1.5 metros entre los invitados a la reunión.
- Si utilizan vajilla desechable para los alimentos y bebidas**, colocar bolsas para desecharlos**.
- **De preferencia que la reunión no dure más de 2 horas**. Cuanta más interacción haya entre las personas, es mayor el riesgo de infectarse por COVID-19 y con ello el aumento en el riesgo de propagación del virus.

El uso del cubreboca no será posible en algunos momentos de la reunión como cuando comes o bebes, asegúrate de retirarlo correctamente y desecharlo en el lugar indicado.

Recuerda que las recomendaciones que se describen en este protocolo de reuniones sociales o familiares, no significan que la contingencia por COVID-19 ha pasado, sin embargo, si consideras necesario realizar este tipo de festividades toma en cuenta las siguientes recomendaciones:

Reuniones sociales en local de eventos

Los eventos masivos reúnen a personas en un lugar específico por un periodo prolongado de tiempo, estos eventos pueden ser públicos, corporativos o privados.

Algunos eventos y reuniones ofrecen un ambiente propicio para la propagación de enfermedades infecciosas, incluido el COVID-19, ya que los comportamientos y actividades que ahí se realizan facilitan la transmisión, esto incluyen compartir alimentos o bebidas, sentarse o pararse muy juntos durante largos periodos de tiempo, cantar, bailar, etc. **Por eso es importante tener en cuenta las siguientes recomendaciones:**

Asistentes de eventos sociales en locales:

- Las reuniones no deben exceder de 30 personas, distanciadas sanamente una de otra.
- Evitar la asistencia de niños y niñas.
- Mantén una distancia de 1.5 metros entre cada persona.
- Cúbrete al estornudar o toser (con la cara interna del codo o pañuelo desechable).
- Tira servilletas y pañuelos desechables inmediatamente en un bote de basura.
- Lava tus manos por al menos 20 segundos con agua y jabón o usa del antibacterial al 70% de alcohol, antes de consumir o servir alimentos, después de usar el baño, después de toser, estornudar o limpiar tu nariz y después de tocar superficies públicas.

Eventos y reuniones privadas:

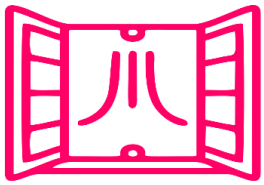
- Colocar carteles en lugares visibles (p.ej., entradas, baños) que promuevan las medidas de prevención.
- Las reuniones no deben exceder de 10 personas, entre estas no se incluirán los meseros, fotógrafos, DJ o banda.
- Hay que asegurar que el baño cuente con agua, jabón, papel para secarse las manos y un bote para desechar estos.
- Fomentar a los invitados a mantener sana distancia.
- Mantener limpias y desinfectadas todas las superficies de alto contacto.
- Usa vajilla desechable, como utensilios, platos, vasos y cubiertos. Si no es factible o no es conveniente usar utensilios desechables, asegúrate que se manipule toda la vajilla y los utensilios no desechables preferentemente con guantes. Posteriormente deben lavar y desinfectar la vajilla.
- Evitar bufetes y mesas de snacks, en lugar de eso que cada mesero lleve a la mesa los platillos servidos.
- Evitar alimentos para compartir en mesa, sean: quesos, galletas, snack variados, entre otras cosas.

- Aunque no se cuente con una restricción de tiempo se debe fomentar un límite de tiempo corto, es decir no más de 2 horas.
- Evitar la asistencia de personas que presente cualquier síntoma de COVID-19, especialmente fiebre, tos, catarro, y dolor de cabeza.
- Si se utilizan equipos de ventilación portátiles como abanicos, toma medidas para reducir al mínimo el aire que fluye directamente desde una persona a otra para reducir el potencial de propagación de cualquier virus transportado por el aire o en forma de aerosol.
- Si es posible, que haya varias entradas y salidas y evita que se amontonen personas en áreas de descanso o espera.
- Elabora un cronograma para aumentar las tareas de limpieza y desinfección.
    - En áreas comunes y baños.
- Evalúa limitar la cantidad de personas que ingresen al baño por vez para propiciar el distanciamiento social.
    - Coloca señalamientos de 1.5 metros de distancia en el piso.

Locales cerrados

Debido a una falta de ventilación continua se deben considerar además de las recomendaciones listadas con anterioridad los siguientes puntos para prevenir el contagio de la enfermedad.

- Tener espacio suficiente para 1 persona por cada 4 metros cuadrados, es decir, en un espacio de 20 metros cuadrados solo puede haber 5 personas.
- La distancia social y buena higiene debe ser practicada.
- En cada mesa debe existir una distancia recomendada de 1.5 metros por cada persona sentada.



Mantenga puertas y ventanas abiertas para mejorar la ventilación del local.

Locales abiertos

Eventos realizados en espacios abiertos deben ser preferidos por su correcta ventilación, sin embargo, deben tenerse en cuenta las mismas recomendaciones de asistencia y distanciamiento para eventos y reuniones privadas.

- Las reuniones no deben exceder de 10 personas, entre las cuales no se incluirán los meseros, fotógrafos, DJ o banda.
- Instalaciones de baño completas y adecuadas que cuenten con agua, jabón, papel para secar las manos y bote para desecharlos.
- Fomentar a los invitados a mantener sana distancia (1.5 metros).
- Evitar la asistencia de personas que presenten cualquier síntoma de COVID-19.

IMPORTANTE: Es de suma importancia considerar que, si se registra un nivel sustancial de transmisión en su comunidad, independientemente de la cantidad de asistentes **es recomendado cancelar todos los eventos tanto en espacios abiertos como cerrados.**

Medidas para los empleados del local (meseros, etc.):

- Indicar a los empleados que se queden en casa si tuvieron contacto cercano con un caso sospechoso o confirmado de COVID-19 en los últimos 14 días.
- Deben lavarse las manos con frecuencia (p.ej., durante y después de tocar boletos o invitaciones; después de tocar basura) con agua y jabón o gel antibacterial al 70%.
- Los pañuelos desechables usados se deben tirar en la basura, y deben lavarse las manos de inmediato con agua y jabón o gel antibacterial al 70%.
- Es obligatorio usar el cubreboca.
    - Es fundamental que no se deje al descubierto la nariz, ya que es un sitio de alta replicación del virus del COVID-19
- Aun cuando la persona use el cubreboca debe utilizar el estornudo de etiqueta, es decir, estornudad en la parte interna del codo.

- Lo anterior es esencial ya que puede ser difícil mantener un distanciamiento social entre la multitud o el público.

Al finalizar la reunión, la limpieza y desinfección del lugar con productos idóneos es una de las estrategias de prevención y control para la transmisión de COVID-19. Para ello toma en cuenta las siguientes recomendaciones:

✓ **Limpiar significa eliminar la materia orgánica**, suciedad e impurezas de las superficies.

✓ **Desinfectar significa usar productos químicos, para eliminar a los agentes infecciosos de superficies**. Es importante señalar que para que la desinfección sea eficaz, es necesario realizar previamente una limpieza adecuada.

- Mantén abiertas las puertas y ventanas antes de iniciar la limpieza y desinfección, para garantizar una ventilación adecuada.
- Debes limpiar y desinfectar todas las áreas, como baños y áreas comunes y enfocarse especialmente en las superficies que se tocan con frecuencia, incluyendo electrónicos (ej. manijas, barandales, pantallas táctiles, estufa, bocinas)
- Limpia utilizando agua con jabón o un detergente.
- Usa guantes desechables para retirar las bolsas de basura y para manipular y desechar los residuos.
- Después desinfecta la superficie con una solución clorada al 0.5% (1 cucharada sopera de cloro en 1 litro de agua).
- No se deben usar productos de limpieza cerca de los niños. Garantiza que haya una ventilación adecuada al usar estos productos, para evitar la inhalación de vapores tóxicos.

Recuerda que podemos seguir siendo sociales, solo que de maneras diferentes. Aprovecha los medios de comunicación social y las aplicaciones para apoyarse los unos a los otros, ríanse juntos y cuídense entre sí hasta que el virus esté bajo control.

Mantente al día con la información más reciente sobre el brote de COVID-19 a través de las autoridades de salud pública a nivel nacional y local.

Se han registrado casos en la mayoría de los países del mundo, y en muchos de ellos se han producido brotes. La situación es impredecible y es necesario comprobar con regularidad las noticias más recientes.

Bibliografía

http://covid19.saludsonora.gob.mx/wp-content/uploads/2020/06/Gu%C3%ADa-para-la-Construcci%C3%B3n-de-la-Nueva-Normalidad-por-COVID-19.pdf

https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses

https://kidshealth.org/es/parents/coronavirus-social-distancing-esp.html

https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/large-events/considerations-for-events-gatherings.html

https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/06/Limpieza_desinfeccion_espacios_comunitarios_durante_pandemia_SARS-CoV-2.pdf