



FICHAS Y PROTOCOLOS SOBRE EL COVID-19

FCOVID19-03: UTILIZACIÓN DE ELEMENTOS Y EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPIs)

NOTA PREVIA: la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales define *equipo de protección individual (EPI)* como “*cualquier equipo destinado a ser llevado o sujetado por el trabajador para que le proteja de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o su salud en el trabajo, así como cualquier complemento o accesorio destinado a tal fines*”. Su utilización y comercialización vienen regulados por normativa específica.

En este documento se hablará de elementos de protección que se consideran EPI (mascarillas FFP2, gafas de protección, guantes de protección frente a riesgo microbiológico...) y de otros elementos que no tienen dicha consideración, como los guantes o mascarillas de protección utilizados en el ámbito sanitario (regulados por la normativa de productos sanitarios – PS): en ese caso, su función no es tanto la protección de la persona que los lleva puestos (que es la característica clave de los EPI) sino interponer barreras entre sanitario y paciente para evitar contaminaciones cruzadas. Del mismo modo, las mascarillas higiénicas conforme a UNE-0064 o UNE-0065 tampoco son EPI ni producto sanitario, pero pueden encuadrarse dentro de las medidas de protección personal puestas en marcha para frenar el avance de la COVID19.

Por sencillez expositiva, y por constituir en todo caso elementos que protegen de manera más o menos efectiva a la persona que los lleva puestos, nos referiremos a todos ellos de manera general como EPI.

1. ASPECTOS GENERALES

La utilización o no de uno o varios equipos de protección individual en el ámbito laboral deberá quedar establecida en una evaluación de riesgos. Las fichas FCOVID19 publicadas han ido definiendo distintos tipos de escenarios de exposición y concretando las medidas preventivas a adoptar, incluyendo el posible uso de EPIs. Además, el servicio de prevención propio municipal publicará y actualizará en todo momento su documento de **evaluación de riesgos específica frente a la COVID-19**, en el que se establecen para cada puesto de trabajo las distintas situaciones o escenarios que pueden darse y las medidas preventivas que deben adoptarse en cada caso, incluyendo los EPI.

En el caso de puestos de trabajo no directamente expuestos al riesgo, la utilización de EPIs puede generar en ocasiones una **falsa sensación de seguridad**, aspecto que debe ser gestionado adecuadamente.

Debemos recordar siempre que la transmisión de la enfermedad puede producirse de diversas formas:

- A través de pequeñas gotas (gotículas) o aerosoles que flotan un tiempo en el aire —especialmente tras una tos o un estornudo, o al hablar en voz alta—.

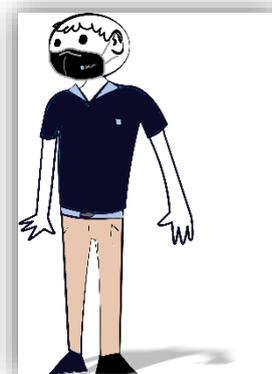


- A través de estas mismas gotículas, cuando tras un tiempo en el aire (las más pesadas caen antes) se depositan en las superficies y objetos.
- A través de las secreciones o fluidos de una persona infectada que, accidentalmente, se toca las mucosas (nariz, boca, ojos...) y a continuación toca objetos, dejando en ellos restos contaminados.

Los EPI deben colocarse **antes de iniciar cualquier actividad probable de causar exposición y ser retirados únicamente después de estar fuera de la zona de exposición.**

No son adecuados, por tanto, para su utilización permanente, ya que de hacerlo así –y además de la incomodidad que suponen– se facilitaría su ensuciamiento y contaminación, dando además una falsa sensación de seguridad a quien los lleva. Cuando se esté desempeñando una actividad no probable de causar exposición se seguirán el resto de medidas preventivas básicas establecidas en la ficha FCOVID19-02.

Se debe **evitar que los EPI sean una fuente de contaminación en sí mismos** (por ejemplo, manteniendo los guantes puestos toda la jornada, dejándolos sobre superficies del entorno una vez que han sido retirados, etc.). Debe atenderse por tanto a la secuencia de colocación y retirada de todos los equipos, cuyo seguimiento debe controlarse.



Los EPIs reutilizables deberán limpiarse y desinfectarse conforme a las instrucciones del fabricante; en caso de no ser reutilizables, deberán desecharse arrojándolos a bolsas de basura (doble bolsa al menos, en caso de haber tenido contacto cercano con personas sospechosas de COVID-19), que se cerrarán herméticamente, extremando las precauciones en cuanto a orden de retirada, limpieza exhaustiva de manos y gestión de los residuos.

El servicio de prevención propio municipal ha impartido charlas presenciales sobre la correcta utilización, colocación y retirada de los EPI a distintos colectivos, disponiéndose además de otros documentos en la intranet corporativa que permiten refrescar dicha información (ver por ejemplo infografías [aquí](#) y [aquí](#)).

Conforme a lo indicado en el artículo 29 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, **el personal debe asumir la responsabilidad del uso adecuado y racional, así como del cuidado de sus equipos de protección individual**, utilizándolos únicamente en los casos en que proceda: esto es, exclusivamente cuando se acometa una actuación que implique una posible exposición al riesgo (entrada a un domicilio con un/a paciente con signos de enfermedad, actuaciones que impliquen un contacto cuerpo a cuerpo con ciudadanos, etc.)



2. GUANTES DESECHABLES

La utilidad del guante es impedir el contacto directo de la piel con materiales contaminados con secreciones, partículas o fluidos respiratorios en un momento concreto.

Se utilizará preferentemente guantes conforme a la norma EN-374-5 (guantes frente a microorganismos, y especialmente si están certificados frente a virus), o si no se dispone de ellos, otros guantes desechables plásticos (nitrilo, látex, vinilo, etc.) certificados frente a microorganismos (EN-374-2). En el ámbito sanitario se utilizan guantes conforme a la norma EN 455 (guantes médicos para un solo uso: no son EPI, sino producto sanitario –PS-), que protegen al paciente pero pueden estar igualmente certificados como EPI conforme a alguna de las normas anteriores. Son igualmente adecuados para su uso en esta crisis sanitaria.



En ningún caso se mantendrán puestos durante toda la jornada laboral, ya que son más susceptibles de contaminarse a lo largo de la misma (téngase en cuenta que cuando estamos con las manos desnudas sí las lavamos periódicamente con agua y jabón o solución hidroalcohólica, pero cuando llevamos guantes no lo hacemos). **NO ESTÁ DEMOSTRADA LA EFECTIVIDAD DEL LAVADO DE GUANTES CON AGUA Y JABÓN O CON SOLUCIÓN DEINFECTANTE DE BASE ALCOHÓLICA.**

Un guante sucio que nos llevemos a la boca, nariz u ojos es una posible fuente de infección. Se utilizarán por tanto **únicamente cuando se proceda a realizar alguna actuación específica que implique una posible exposición al riesgo**. Al terminar dicha posible exposición los desecharemos con la técnica adecuada, conforme a las indicaciones dadas y publicadas por el servicio de prevención propio municipal; los depositaremos en una bolsa de basura que se pueda cerrar herméticamente –doble bolsa en caso de exposición a un paciente sospechoso o a elementos o residuos provenientes del contacto con dicho paciente- y se desecharán en recipiente adecuado; nos lavaremos las manos con agua y jabón o con una solución hidroalcohólica, conforme a las instrucciones recibidas.

En caso de realizar trabajos de campo, se recomienda **portar en los vehículos bolsas plásticas para poder desechar estos y otros equipos de protección una vez sean utilizados**, cerrarlas herméticamente y depositarlas en contenedores de basura; de este modo, además, evitaremos el posible contagio a personas sin techo que revisen residuos.

Podría ser igualmente recomendable el uso de guantes en estas situaciones:



- Si tengo heridas en las manos. **La piel es impermeable al virus**, pero una herida podría ser una vía de entrada. Debes cubrirla con un apósito adhesivo y ponerte un guante encima, que irás reponiendo a lo largo de la jornada.
- Si tengo la **piel sensibilizada** y no puedo lavarme las manos frecuentemente. Nuevamente, en ese caso debes ir reemplazando los guantes a lo largo de la jornada.
- Si debo **desinfectar una superficie** con productos químicos, y siempre y cuando el guante sea resistente a dichos productos

3. MASCARILLAS DE PROTECCIÓN

Existen distintos tipos de mascarillas en el mercado, y debemos saber cómo diferenciarlas y cuál utilizar en cada caso. Puedes consultar más información sobre mascarillas [aquí](#), y sobre la obligatoriedad de su uso en el ámbito municipal [aquí](#).

Tipos de mascarillas

- **Mascarillas higiénicas:** no son EPI ni producto sanitario. Están fabricadas conforme a norma española, ya sean para un solo uso (UNE 0064) o ya sean reutilizables (UNE 0065). Las mascarillas higiénicas se ensayan específicamente contra la penetración de bacterias (al igual que las mascarillas quirúrgicas), y aunque nos protegen parcialmente su misión principal es *proteger a los demás de nuestras propias secreciones*, como medida de protección comunitaria. Se utilizan por parte de personas sanas en entornos donde no puedan mantenerse las distancias de seguridad. En caso de ser reutilizables, se lavarán y desinfectarán conforme a las indicaciones del fabricante.



Conforme al documento RECOMENDACIONES SOBRE EL USO DE MASCARILLAS EN LA COMUNIDAD EN EL CONTEXTO DEL COVID-19, publicado por el Ministerio de Sanidad, “*las mascarillas higiénicas son un tipo de mascarillas útiles para disminuir el riesgo de contagio por el SARS-CoV-2; tienen utilidad de protección para quien las lleva y para las personas del entorno, ya que limitan la emisión y entrada de gotas respiratorias*”. En nuestro Ayuntamiento, y conforme a lo dispuesto por las autoridades sanitarias, este tipo de mascarillas (entregadas a todo el personal) son de uso obligatorio generalizado, salvo en las excepciones marcadas normativamente y reguladas en nuestro ámbito por la correspondiente Instrucción ([aquí](#)); por supuesto, cuando las circunstancias del



trabajo así lo exijan, conforma a la evaluación de riesgos, se utilizarán en su lugar mascarillas de tipo FFP2 o equivalente. ~~en las zonas comunes de los centros, salas de reuniones, circulación en un vehículo con más de una persona o cuando sin ser necesarias las del tipo FFP2 no pueden mantenerse las distancias de seguridad.~~

- Mascarillas sanitarias o quirúrgicas: no son EPI, sino producto sanitario (PS). Deben satisfacer la norma EN-14683 (u otras equivalentes, en la coyuntura actual), y pueden ser de varios tipos en función de los ensayos de resistencia a penetración bacteriana o la capacidad de proteger frente a proyecciones de fluidos biológicos. Al igual que las mascarillas higiénicas, cuando llevamos puesto este tipo de mascarillas sobre todo *protegemos a los demás* de nuestras propias secreciones. Deben ser utilizadas preferentemente en el ámbito sanitario. Además, se utilizarán por personas que estén o puedan estar enfermas de COVID-19, o personas que hayan tenido contacto estrecho con estas, o bien por personas vulnerables al COVID19 (mayores de 60 años, hipertensión, diabetes, etc.)
- Mascarillas autofiltrantes frente a partículas y aerosoles FFP: deben ser conforme a la norma EN-149 (también son aceptables actualmente bajo otras normas, como la americana -tipo N95- o la china -tipo KN 95-). Este tipo de mascarillas **sí son EPI**, y protegen al usuario/a del posible contaminante exterior, ya que están diseñadas para filtrar partículas y aerosoles líquidos presentes en el medio ambiente, impidiendo que sean inhaladas por el usuario.
 - Según la eficacia de la filtración, pueden ser:
 - FFP1: baja eficacia
 - FFP2: media eficacia
 - FFP3: alta eficacia



Las mascarillas del tipo FFP2 o FFP3 deben ser utilizadas por personas que por razón de su trabajo deban estar expuestas a casos posibles, probables o confirmados de COVID19: policías locales, atención social, etc.



Las mascarillas autofiltrantes pueden tener o no válvula de exhalación (en las imágenes adjuntas, la mascarilla de arriba no tiene válvula y la de abajo sí; se señala con una flecha). La válvula facilita la respiración y evita la condensación del aire que exhalamos; se recomienda para largos periodos de uso. Como no filtran el aire exhalado por el usuario, **las mascarillas con válvulas de exhalación no se deben colocar a los pacientes con sospecha de infección respiratoria, ya que las gotículas saldrían hacia el exterior.**



Deben seguirse las siguientes medidas de prevención al utilizar las mascarillas:

- Se recomienda **llevarlas consigo en el interior de una pequeña bolsa de papel**, y sacarla única y exclusivamente cuando se prevea necesario su uso: disolver a un grupo de personas en una actuación policial, acercarnos a menos de 1 metro de una persona para alguna actuación, entrar a una estancia con posibilidad de riesgo, etc.
- Si debemos entrar a un domicilio o local con posibilidad de riesgo, y además de utilizar la mascarilla, procuraremos en primer lugar **abrir las ventanas** para conseguir una adecuada ventilación.
- Si se dispone de ellas, y para exposiciones de riesgo, se utilizarán preferentemente mascarillas de tipo FFP2 o FFP3. En caso de disponer únicamente de mascarillas quirúrgicas o higiénicas, se colocarán conforme a las instrucciones recibidas, y se mantendrá en lo posible una distancia siempre superior a un metro y medio con relación a la posible fuente de riesgo.
- Se recuerda, en todo caso, que en las actuaciones ordinarias **la mascarilla quirúrgica se le debe colocar a la persona con signos de enfermedad infecto-contagiosa.**
- Nunca tocaremos la parte exterior de la mascarilla: podría estar contaminada.
- Debemos **lavarnos las manos correctamente antes y después de usar las mascarillas.**
 - Debemos ajustar la mascarilla de manera adecuada para conseguir una protección efectiva: la barba, patillas etc. pueden impedir el correcto ajuste. En caso de llevar gafas, hay que quitárselas primero para colocar y ajustar correctamente la mascarilla.





- Nos **quitaremos la mascarilla mediante las cintas o elásticos de ajuste, evitando que tocar con nuestras manos la parte frontal**, y evitando igualmente que esa parte toque nuestra ropa. En caso necesario, se desechará en una bolsa que cerraremos herméticamente.

En **condiciones de desabastecimiento en el mercado** (como todos entendemos, es el personal sanitario el que necesita con mayor prioridad estos equipos, porque ellos sí están constantemente expuestos a pacientes con esta patología o con sospecha de padecerla), se procederá según lo indicado en los siguientes puntos:



1. Marcaremos la bolsa donde llevamos la mascarilla FFP2 o FFP3 por uno de sus lados, y siempre guardaremos la mascarilla con la parte expuesta tocando ese lado de la bolsa.
2. La mascarilla, tras una utilización puntual (intervención con una persona a menor distancia de la de seguridad), se guardará de nuevo en la bolsa conforme a lo indicado en el punto anterior. **En este sentido, una buena práctica es reservar una mascarilla concreta para cada día de la semana, y dejar así pasar una semana entre un uso y otro.**
3. Solo tras sucesivas actuaciones, y si empieza a estar húmeda, la desecharemos. Del mismo modo, si la persona que ha provocado nuestra actuación presenta síntomas respiratorios desecharemos la mascarilla.
4. Como **posibles medidas de limpieza y desinfección¹** de cara a la reutilización de estas mascarillas, y aunque son métodos de cuya validez no existe constancia contrastada, podría acudirse a una desinfección a 70°C durante 30 minutos (en el horno, por ejemplo, siempre con las debidas precauciones frente a posibles incendios) o bien la desinfección con vapor de peróxido de hidrógeno (agua oxigenada).

¹ <https://www.insst.es/preguntas-tecnicas-frecuentes/como-afectan-los-metodos-de-desinfeccion-de-mascarillas-potencialmente-contaminadas-por-el-covid-19-a-la-proteccion-ofrecida>



RECUERDA:

Las mascarillas FFP2 o FFP3 se utilizarán **en caso de intervenciones que supongan posibles contactos**: entrada a domicilios (policía, trabajo social...) con sospecha de personas con infección respiratoria, actuaciones en la calle que impliquen contacto cercano (retención de una persona), etc. En el resto de casos, mantendremos siempre la distancia de seguridad y, en su caso –posibilidad de contactos puntuales cercanos con otras personas no sintomáticas sin poder mantener dicha distancia-, utilizaremos mascarillas higiénicas.

Puedes obtener más información sobre el uso generalizado de mascarillas en la infografía que hemos elaborado (ver [aquí](#)).

4. PROTECCIÓN DE LOS OJOS

Con relación a la utilización de gafas y pantallas de protección de los ojos (conformes a EN- 166), y a pesar de no estar expresamente indicadas para el personal policial en el documento “PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA LOS SERVICIOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL NUEVO CORONAVIRUS (SARS-COV-2)” del Ministerio de Sanidad, podrían utilizarse eventualmente en caso de atender a personas con problemas de comportamiento (por efecto de alcohol y/o drogas, por trastornos psiquiátricos, etc.), de las cuales pueda esperarse que nos agredan en forma de escupitajos, toses voluntarias proyectadas sobre nuestra cara, etc.



Las mostradas en la imagen anterior se denominan **gafas de montura universal**, y protegen frente a pequeños impactos y salpicaduras (como puede ser un escupitajo).

En determinados ámbitos se pueden utilizar las **gafas de montura integral** (ver imagen junto al texto), que presentan un mayor grado de hermeticidad al contener elementos plásticos (o similar) de ajustes al contorno de los ojos, impidiendo el paso de polvo o aerosoles. Además, este tipo de gafas impide igualmente el contacto accidental de nuestras manos con los ojos, evitando así esta vía indirecta de contaminación.





Existen igualmente **pantallas faciales de protección**, que ofrecen una protección más amplia frente a las posibles gotículas proyectadas por los usuarios, por lo que pueden ser adecuadas en trabajos en los que debemos acercarnos necesariamente a menos de 2 metros de las personas atendidas. En todo caso, **no protegen frente a aerosoles**, por lo que deben ser utilizadas a la vez que las mascarillas de protección respiratoria. Ha de tenerse en cuenta, igualmente, que dada la distorsión visual que suelen introducir los equipos disponibles, no se recomienda su uso durante periodos prolongados.



Los equipos de protección ocular deben ser limpiados, desinfectados y mantenidos conforme a las indicaciones de su fabricante.

Como todo EPI, son de uso individual; no obstante, en caso de desabastecimiento del mercado y en situaciones de crisis podrían reutilizarse por parte de otras personas **previa limpieza y desinfección** (en general, el lavado con abundante agua y jabón podría ser suficiente).

5. BATAS DESECHABLES PARA ENTRADA A DOMICILIOS, ETC.

5.1 BATAS DESECHABLES PARA ENTRADA A DOMICILIOS, ETC.

Las batas desechables suponen simplemente una barrera física para proteger nuestra ropa de trabajo de las posibles contaminaciones provocadas por proyección de fluidos, aerosoles, salpicaduras u otras formas de contaminación.

Su utilización quedará reservada a casos muy singulares, como puede ser la entrada a domicilios con sospecha de paciente con infección respiratoria aguda (que deben ser realizadas preferentemente por personal sanitario), a actuaciones en domicilios con síndrome de Diógenes o con otros desórdenes que provoquen problemas graves de salubridad, **exámenes médicos en Salud Laboral**, etc.



Las batas de este tipo son –en general- desechables, debiendo introducirse junto con el resto de EPIs usados en una bolsa de basura que se cerrará herméticamente, y que –en caso de atención a paciente sospechoso. Se meterán en una segunda bolsa de basura para desecharla posteriormente en contenedor adecuado. Solo si el fabricante así lo establece en sus instrucciones/especificaciones, la bata podrá ser limpiada y desinfectada tras su uso.



En el anexo 2 se dan indicaciones de la forma correcta de utilización de este equipo.

Podrán ser complementadas por otras prendas similares, como calzos o gorros de protección.

5.2 MONOS DE PROTECCIÓN QUÍMICA / BIOLÓGICA DESECHABLES

Para determinadas actuaciones con personas altamente sospechosas o con certeza de ser COVID-19 positivo, podrá utilizarse igualmente monos de protección química o biológica desechables. Se colocarán sobre el propio vestuario del trabajador/a, y deberán ser desechados tras su utilización metiéndolos en doble bolsa de basura.

Se usarán a tales efectos, de manera preferente, trajes de Tipo 4B (o, en su defecto, de tipo 4), conforme a la norma UNE EN 14605.



prevencion@santacruzdetenerife.es / saludlaboral@santacruzdetenerife.es



Anexo 1: CÓMO QUITARNOS LOS GUANTES DE PROTECCIÓN



1. Primero nos quitamos uno de ellos sin tocar la piel –pellizcamos el guante en la zona más baja de la palma de la mano-



2. Tiramos del guante hasta retirarlo



3. Agarramos ese guante que nos hemos quitado con la mano que aún tiene un guante puesto, cerrando el puño para apretarlo



4. Con la mano despejada introducimos un dedo por la parte interior del guante desde la muñeca



5. Tiramos del mismo con ese dedo para quitarnos ese guante (acabará envolviendo al otro)

RECUERDA

1. *Comprueba los guantes al ponértelos*
2. *No te toques la boca, nariz y ojos con ellos*
3. *Utilízalos solo durante una actuación concreta*
4. *Tras quitártelos, tíralos a una bolsa plástica de basura y lávate bien las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica*



Anexo 2: CÓMO QUITARNOS LAS BATAS



1. Las batas tendrán siempre la abertura por detrás, y será lo primero que desabrocharemos

2. Con los guantes aún puestos, soltaremos un poco la bata tirando hacia delante de ella en la zona de los hombros



3. Hecho esto, nos quitaremos los guantes con la técnica conocida, y los desecharmos en recipientes adecuados.

4. Meteremos nuestras manos desde la parte de detrás hacia adelante, de modo que vayamos retirando la bata tocándola siempre desde su lado interno

RECUERDA

1. Comprueba el buen estado de la bata al ponértela.
2. Recuerda que son EPIs muy escasos en la actualidad: haz un uso responsable de ellos y utilízalos solo cuando sean necesarios.
3. Recuerda que la mascarilla siempre es el último EPI que debemos quitarnos, y solo cuando estemos fuera de la zona de riesgo.
4. Tras quitarte todos los EPIs, tíralos a una bolsa plástica de basura –doble en caso de contacto con personas sospechosas de COVID19-, que cerrarás bien, y lávate las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica aplicando la técnica correcta.