

FECHA: 20 ABRIL 2020	DIRECCIÓN NACIONAL DE CEN CINAI	PÁGINA 1 DE 16
		VERSIÓN: 01
LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19		

LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE LA DIRECCIÓN NACIONAL DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL **COVID-19**

DIRECCIÓN NACIONAL DE CEN CINAI
SERVICIO: PROMOCIÓN DEL CRECIMIENTO Y DESARROLLO
PROCESO: VIGILANCIA CRECIMIENTO Y DESARROLLO
DIRECCION TECNICA

PREPARADO POR:	<i>MEd. Ana Zelmira Arias Montero</i> <i>PhD. María Eugenia Villalobos Hernández</i> <i>EQUIPO TÉCNICO UNIDAD INVESTIGACIÓN Y VIGILANCIA CRECIMIENTO Y DESARROLLO</i>
AVALADO POR:	<i>Licda. Xiomara Molina Retana DIRECTORA TÉCNICA</i> <i>Dra. Lidia Conejo Morales DIRECTORA NACIONAL</i>

Presentación:

Ante la situación de declaración de emergencia nacional por la enfermedad del COVID19 publicada en el decreto 42227-MP-S de Presidente de la República, Ministra a.i. Presidencia y el Ministro de Salud, fechado 16 de marzo 2020, donde en el artículo 1 indica la declaración de emergencia nacional en todo el territorio de la República de Costa Rica, debido a la situación de emergencia sanitaria provocada por la enfermedad COVID-19. También, al comunicado de la Directora Nacional del 16 de marzo 2020, donde en el punto 1 comunica que la misión y objetivo de los establecimientos CEN-CINAI son de altísima prioridad en la atención de cuidado y alimentación; por lo que la suspensión de centros educativos en todo el país no afectará los servicios de alimentación y de cuidado, esto con el fin de garantizar la nutrición de grupos vulnerables y que los encargados, principalmente las jefas de hogar puedan seguir laborando. Por lo tanto, la entrega de servicios de CEN-CINAI continuará en este periodo de declaración de emergencia nacional.

La respuesta de la Dirección Nacional de CEN-CINAI al Decreto Ejecutivo 42227-MP-S de emergencia nacional por la enfermedad del COVID19, ha sido la continuidad de los servicios de salud, que son de los más valiosos en la atención de necesidades alimentarias materno-infantil, de cuidado y protección y de cumplir con los servicios esenciales que le competen a la institución. Además, en consideración del incremento de casos positivos de COVID-19 en el país, la Dirección Nacional de CEN-CINAI emite la importancia contar con orientaciones de autocuidado y protección durante las horas laborales que deben cumplirse en las oficinas centrales, regionales, locales y establecimientos CEN-CINAI, por lo tanto, emite los siguientes lineamientos dirigidos al personal de toda la institución.

FECHA: 20 ABRIL 2020	DIRECCIÓN NACIONAL DE CEN CINAI	PÁGINA 2 DE 16
		VERSIÓN: 01
LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19		

El presente lineamiento se complementa con lo indicado en los procedimientos preventivo y de respuesta ante COVID-19 autorizados por la Dirección Nacional de CEN-CINAI, los lineamientos generales para la DNCC por Coronavirus (2019-nCoV) emitidos mediante oficio DNCC-DT-OF-034-2020, enviado el 4 de marzo 2020, a la circular DNCC-C-003-2020 emitida lunes de 23 de marzo 2020 con la estrategia de Alimentos en Casa, para la distribución de alimentos para consumo en el hogar propios del servicio de nutrición preventiva. Asimismo, es importante mencionar que a la fecha no se ha reportado casos de COVID-19 por transmisión comunitaria, por lo que estos lineamientos serán actualizados toda vez que sea necesario, cumpliendo con las recomendaciones que continuamente actualiza el ente rector, Ministerio de Salud y las indicadas por la Organización Mundial de la Salud.

Objetivo:

Orientar a las personas funcionarias de CEN-CINAI, que cumplen con actividades de atención directa durante la emergencia del COVID-19, acerca de los lineamientos sobre el autocuidado y protección en el desempeño de sus labores.

Descripción del Lineamiento:

El presente documento se elabora en concordancia con las directrices, decretos y lineamientos emitidos por el gobierno central para aquellos puestos que no son teletrabajables por sus características, como es la atención directa al público, madres, padres, proveedores entre otros, prestación de servicios de promoción del crecimiento y desarrollo como es la atención diaria mediante la Atención y Protección Infantil y la toma de medidas antropométricas de solicitudes nuevas, así como los servicios de nutrición preventiva en la entrega de alimentos para consumo en el hogar, lo que asegura la continuidad de las atenciones a la población vulnerable y prioritaria que recibe los servicios de CEN-CINAI.

La aplicación de este lineamiento es de acatamiento obligatorio por todos los funcionarios y funcionarias de la Dirección Nacional de CEN-CINAI, pertenecientes a los tres niveles de gestión y como parte de la continuidad de Servicio de Nutrición Preventiva, Atención y Protección Infantil, Promoción del Crecimiento y Desarrollo mencionados en el del Reglamento Orgánico de la Ley 8809 Ley Creación de la Dirección Nacional de CEN-CINAI.

Lineamientos generales para ser aplicados en Oficinas y espacios de los establecimientos CEN-CINAI donde se da la atención al público

- Colocar en lugares visibles rótulos con los protocolos de lavado de manos, estornudo y tos, no tocarse la cara y mantener distanciamiento físico.
- Disponer en todos los servicios sanitarios de: papel higiénico, jabón para manos y papel toalla desechable, un cesto de basura.

LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19

- Contar en un lugar visible el control de limpieza.
- Mantener una limpieza y desinfección con jabón regular o detergente y un desinfectante regular al menos dos veces al día: de todas las perillas de las puertas, manillas de los lavatorios, inodoros, mostradores o superficies de apoyo e instrumentos y equipos de trabajo (teléfonos, teclados, mouse, lapiceros, pantallas táctiles y cualquier superficie con la que empleados y público tengan contacto permanente).
- Mantener los lugares de trabajo ventilados.
- En la medida de lo posible, debe ofrecerse a los clientes, estaciones para su desinfección, que proporcionen alcohol en gel, pañuelos o toallas desechables y un cesto de basura para disponer de los pañuelos utilizados.
- Si los usuarios deben hacer fila dentro o fuera de las instalaciones, se debe velar para que mantengan la distancia de seguridad correcta de 1.8 metros entre persona y persona.
- El personal de seguridad debe velar por la correcta aplicación de todas las medidas de seguridad higiénica.
- Cuando alguna persona funcionaria presenta síntomas de “gripe” o “resfrío”, debe reportar a su jefatura inmediata y no presentarse al lugar de trabajo, debe asistir al centro de salud más cercano para su revisión médica y seguir las recomendaciones respectivas.

Lineamientos generales sobre autocuidado y conductas adecuadas para las personas que atienden público

- Mantener la distancia de 1.8 metros de seguridad entre el funcionario o funcionaria y la persona que se atiende, por ejemplo: madres, padres, proveedores entre otros.
- Evitar el contacto físico directo con las personas que se atiende, limitándolo a los objetos indispensables para brindar el servicio, ejemplo: documentos, lapicero.
- Después de la atención de cada persona, utilizar un desinfectante para manos a base de alcohol de un grado de al menos 70%. No se recomienda el empleo de guantes desechables, pues para reducir la probabilidad de transmisión de microorganismos es necesario que se cambien al menos con cada usuario, aplicando técnicas correctas para quitarlos y desecharlos.
- Lavarse las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Cubrirse cuando tosa o estornude con un pañuelo desechable, luego tirarlo a la basura o utilizar el protocolo de estornudo en caso de que no cuente con pañuelos desechables.
- Cuando una persona a quien atiende manifieste síntomas de “gripe” o “resfrío”, se le debe indicar que acuda a los servicios de salud y tras su atención se recomienda lavar las manos siguiendo el protocolo para luego lavarse la cara con jabón y abundante agua.

LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19**Lineamientos específicos de protección de las personas funcionarias en cada escenario de prestación de servicios de CEN-CINAI**

Todas las personas funcionarias tienen la responsabilidad de mantener y cumplir con todos los protocolos, actividades, medidas de seguridad, las precauciones estándar, según se establezca en este lineamiento. Además, estas medidas de protección pueden ser actualizadas una vez que las autoridades de salud así lo indiquen.

En cumplimiento del Procedimiento para el manejo preventivo del riesgo de la enfermedad COVID-19 PRO-CD-PCO-P-01, vigente en CEN-CINAI, se informa:

- a los padres o cuidadores del niño o niña que en caso de gripe, resfrío o enfermedad respiratoria aguda, el niño o niña no debe presentarse al CEN-CINAI, hasta que el médico tratante lo recomiende.
- cuando el funcionario o funcionaria presenta síntomas de “gripe”, “resfrío” o enfermedad respiratoria, debe reportar a su jefatura inmediata y no presentarse al lugar de trabajo, debe asistir al centro de salud más cercano para su revisión médica y seguir las recomendaciones del médico tratante respectivas.
- Solo deben llegar al establecimiento CEN-CINAI personas sin síntomas

Por lo tanto, en el detalle de los escenarios incluidos en estos lineamientos de uso de equipo de protección personal se rigen siempre y cuando las personas que están dentro de los escenarios laborales, NO presentan síntomas de “gripe”, “resfrío” o enfermedad respiratoria, ya que respetan el procedimiento preventivo establecido y por lo tanto la mayoría de escenarios **NO** se incluye el uso de equipo de protección personal, ya que, la medida más importante de protección personal es cumplir con los protocolos, establecidos por las autoridades sanitarias.

FECHA: 20 ABRIL 2020	DIRECCIÓN NACIONAL DE CEN CINAI	PÁGINA 5 DE 16
		VERSIÓN: 01
LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCAUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19		

Seguido se incluye las recomendaciones sobre autocuidado y protección del funcionario o funcionaria, considerando los diversos escenarios de prestación de servicios que realiza la institución en los tres niveles de gestión.

Escenario	Funcionaria/ Funcionario	Actividad	Tipo de equipo de protección personal (EPP)	Cumplimiento de Protocolo
Recepción a proveedores de alimentos para consumo en el hogar	Trabajadora Auxiliar	Recibe de los proveedores los alimentos necesarios en los servicios, para su almacenamiento en bodega	Toda actividad que NO incluye contacto directo con los proveedores. NO requiere EPP	-Lavado de manos -Tos y estornudo -No tocar la cara -Mantener al menos un metro de distancia con la persona proveedora
Preparación de paquetes de la estrategia CEN CINAI en casa para su distribución a usuarios	ASSC3 ASSC2 Trabajadora Auxiliar Equipo de Oficina Local de Apoyo	Armar los paquetes de alimentos para la iniciativa de "CEN-CINAI alimentos en Casa" Preparar bolsa materiales de las estrategias "Cuido de mi salud en casa Crecimiento y desarrollo en casa"	Toda actividad que NO incluye contacto directo con otro funcionario o funcionaria. NO requiere EPP	-Lavado de manos -Tos y estornudo -No tocar la cara -Mantener al menos un 1,8 metro de distancia entre las funcionarias y funcionarios
Entrega de paquetes de la estrategia CEN CINAI en casa para el hogar	ASSC3 ASSC2 Trabajadora Auxiliar Equipo de Oficina Local de Apoyo	-Distribución mensual de leche -Distribución de alimentos a familias (DAF) -Entrega de paquete de comidas "CEN-CINAI en Casa" y bolsa materiales de las estrategias "Cuido de mi salud en casa Crecimiento y desarrollo en casa"	Toda actividad que NO incluye contacto directo con la persona: madre, padres, o cuidadores, proveedores u otros. NO requiere EPP	-Lavado de manos -Tos y estornudo -No tocar la cara -Mantener al menos un metro de distancia con la persona a quien le está entregando los alimentos
Entrega de comidas servidas en los servicios	Trabajadora Auxiliar	Entrega en el comedor de los alimentos en cada tiempo de	Toda actividad que NO incluye contacto directo con el niño o niña, NO requiere EPP	-Lavado de manos -Tos y estornudo

FECHA: 20 ABRIL 2020	DIRECCIÓN NACIONAL DE CEN CINAI	PÁGINA 6 DE 16
		VERSIÓN: 01
LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCAUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19		

Escenario	Funcionaria/ Funcionario	Actividad	Tipo de equipo de protección personal (EPP)	Cumplimiento de Protocolo
de alimentación de cada CEN- CINAI		comida: desayuno, almuerzo, merienda y otros a los niños y niñas que reciben el servicio API diariamente		-No tocar la cara -Mantener el aforo en el comedor completo
Atención al público: padres, madres, visitantes, funcionarios de otras instituciones u otros	ASSC3 ASSC2 Trabajadora Auxiliar de CEN-CINAI	Brindar información general verbal Llenado de formularios de selección	Toda actividad que NO incluye contacto directo con la persona: madre, padre, o cuidadores NO requiere EPP	-Lavado de manos o uso de gel con alcohol en casos de una atención continua de público -Tos y estornudo -No tocar la cara -Mantener al menos un 1,8 metro de distancia entre las funcionarias y funcionarios
Proceso de selección y toma de tamizajes de estado nutricional de niños y niñas en cualquiera de los servicios de CEN-CINAI	ASSC3 ASSC2	Llenado del formulario de CAF y toma de medidas antropométricas del niño o niña solicitante del servicio	Dado que se requiere un contacto cercano con el niño o niña se recomienda el uso de cubrebocas, y debe colocarse de forma correcta, ver anexo #1. También se recomienda ver el video uso de mascarilla o cubrebocas para personal de salud, en el siguiente link: https://www.ccss.sa.cr/web/coronavirus/personal-salud Debe cumplir protocolo de lavados de manos antes y después de pesar y medir al niño o niña.	-Lavado de manos o uso de gel con alcohol en casos de ser varios niños y niñas a quienes tomará medidas antropométricas -Tos y estornudo -No tocar la cara
Atención y protección de	ASSC2 y	Brindar la educación inicial a	Toda actividad que NO incluye contacto	-Lavado de manos o uso

FECHA: 20 ABRIL 2020	DIRECCIÓN NACIONAL DE CEN CINAI	PÁGINA 7 DE 16
VERSIÓN: 01		
LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCAUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19		

Escenario	Funcionaria/ Funcionario	Actividad	Tipo de equipo de protección personal (EPP)	Cumplimiento de Protocolo
niños y niñas en el aula o comedor (educación inicial diaria)	encargados de CINAI	<p>todos los niños y niñas que llegan diariamente a recibir el servicio API</p> <p>Recordar: el procedimiento preventivo de manera que se informe a los padres o cuidadores del niño o niña que en caso de resfrío o enfermedad respiratoria aguda, el niño o niña no debe presentarse al CEN-CINAI, hasta que el médico tratante lo recomiende.</p>	<p>directo con la persona: madre, padre, o cuidadores NO requiere EPP</p> <p>Nota: Los niños y niñas requieren el contacto visual con sus ASSC2</p>	<p>de gel con alcohol en casos de una atención continua de público</p> <ul style="list-style-type: none"> -Tos y estornudo -No tocar la cara -Mantener el aforo completo en el aula y en el comedor
Atención y protección diaria en niños y niñas preescolares, cuidados diarios.	ASSC2 y encargados de CINAI	<p>Realizar los pasos de cambio de pañal de los bebés, cuando lo requieran.</p> <p>Apoyar en el cambio de ropa de los niños y las niñas que lo requieren.</p> <p>Cargar al bebé durante su cuidado diario.</p>	<p>Dado que se requiere un contacto cercano con el bebé o niño o niña se recomienda:</p> <ul style="list-style-type: none"> -el uso de tapabocas y debe colocarse de forma correcta, ver anexo #1. -uso de guantes no estériles, ver la colocación y retiro, ver anexo #2 -Cumplir con guía de cambio de pañal, ver anexo #3. <p>-NOTA: Debe cumplir protocolo de lavados de manos antes y después de pesar y medir al niño o niña.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lavado de manos o uso de gel con alcohol en casos de una atención continua de público -Tos y estornudo -No tocar la cara

FECHA: 20 ABRIL 2020	DIRECCIÓN NACIONAL DE CEN CINAI	PÁGINA 8 DE 16
		VERSIÓN: 01
<i>LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19</i>		

Escenario	Funcionaria/ Funcionario	Actividad	Tipo de equipo de protección personal (EPP)	Cumplimiento de Protocolo
Atención al público en oficinas Locales de CEN-CINAI y Oficinas de Direcciones Regionales o centrales	Todo funcionario o funcionaria designado a la atención al público	Brindar información general verbal U otro que se requiera	Toda actividad que NO incluye contacto directo con la persona: madre, padre, o cuidadores o público en general, NO requiere EPP	-Lavado de manos o uso de gel con alcohol en casos de una atención continua de público -Tos y estornudo -No tocar la cara -Mantener al menos un 1,8 metro de distancia entre las funcionarias y funcionarios

LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19**Elementos que todo funcionario o funcionaria de saber y hacer durante la emergencia del COVID-19¹****FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS ADMINISTRATIVOS Y PROFESIONALES DE PROCESOS SUSTANTIVOS DE NIVEL CENTRAL, OFICINA REGIONAL Y OFICINA LOCAL DE CEN-CINAI:**

1. Mantenga la distancia de 1.8 metros con las personas que atiende.
2. Reciba la información y documentación con calma, sin mostrar gestos de temor ni de desaprobación.
3. Utilice un lenguaje adecuado, mantenga la confidencialidad y discreción necesaria.
4. Lavado de manos frecuente con agua y jabón, al llegar al trabajo y durante la jornada
5. Aplicar protocolos de tosido y estornudo, no tocarse ojos, nariz y boca y evitar contacto directo al saludar.
6. Mantener limpieza y desinfección de las superficies de uso común como teléfonos, teclados, computadores, escritorio y otros.
7. Al regresar a su casa, lávese de inmediato las manos con agua y jabón

TRABAJADORES AUXILIARES DE CEN-CINAI

1. Aplique la normativa existente para limpieza y desinfección, manejo de residuos.
2. Utilice un lenguaje adecuado, mantenga la confidencialidad y discreción.
3. Se le recuerda que está prohibido tomar fotos o videos de las personas que se refieren al EBAIS o centro de salud más cercano, así como revelar información confidencial.
4. Lavado de manos frecuente con agua y jabón, al llegar al trabajo y durante la jornada
5. Aplicar protocolos de tosido y estornudo, no tocarse ojos, nariz y boca y evitar contacto directo al saludar.
6. Al regresar a su casa, lávese de inmediato las manos con agua y jabón

FUNCIONARIOS CHOFERES

1. Si usted está a más de un 1.8 metros de distancia de las personas, funcionarios y funcionaras no necesita ningún dispositivo de protección.
2. Utilice un lenguaje adecuado, mantenga la confidencialidad y discreción. No revele información ni haga valoraciones.
3. Se le recuerda que está prohibido tomar fotos o videos de las personas que se refieren al EBAIS o centro de salud más cercano, así como revelar información confidencial
4. Lavado de manos frecuente con agua y jabón, al llegar al trabajo y durante la jornada
5. Aplicar protocolos de tosido y estornudo, no tocarse ojos, nariz y boca y evitar contacto directo al saludar.
6. Al regresar a su casa, lávese de inmediato las manos con agua y jabón

¹ Adaptado de: CCSS, COVID-19 Detengamos el contagio, Lo que debe saber y hacer, 18 tarjetas informativas: acciones que todo personal de salud debe tener en cuenta al momento de participar en la atención de emergencia por el COVID-19, San José Costa Rica. Consultado el 21 abril 2020. Disponible en: <https://www.ccss.sa.cr/web/coronavirus/personal-salud>

LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19**FUNCIONARIAS O FUNCIONARIOS QUE TOMAN TAMIZAJES DE LOS NIÑOS Y NIÑAS**

1. Aplique los protocolos de lavado de manos antes y después de tomar el tamizaje.
2. Lávese las manos entre cada niño o niña.
3. Lávese las manos antes y después de colocar la mascarilla o tapabocas.
4. Preste atención a los pasos de colocación y retiro de la mascarilla o tapabocas.
5. Disponga de la mascarilla o tapabocas en el basurero designado.
6. Aplicar protocolos de tosido y estornudo, no tocarse ojos, nariz y boca y evitar contacto directo al saludar.
7. Al regresar a su casa, lávese de inmediato las manos con agua y jabón

SI PRESENTA RESFRIADO, GRIPE O INFECCIÓN RESPIRATORIA:

1. Informe de su condición a su jefatura y siga las indicaciones médicas.
2. No asista a lugares donde hay aglomeraciones de personas ni a eventos masivos.
3. En su hogar, manténgase a distancia de un metro y medio de los demás miembros de su familia.
4. Acuda por atención médica inmediatamente si presenta: fiebre mayor a 38 centígrados, tos, dificultad para respirar y descompensación de la enfermedad crónica.

REFERENCIAS:

Asamblea Legislativa de Costa Rica (2010). Creación de la Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral. Ley N° 8809. San José, Costa Rica.

Dirección Nacional de CEN CINAI, Ministerio de Salud (2012). Sistema de Vigilancia del Estado Nutricional y Desarrollo Infantil (SISVENDI). Unidad de Investigación y Vigilancia del Crecimiento y Desarrollo Infantil, Dirección Técnica. San José, Costa Rica.

Dirección Nacional de CEN CINAI, 2020, Lineamientos Generales para la DNCC por Coronavirus (2019-0Cov), Dirección Técnica. 4 marzo San José, Costa Rica.

Dirección Nacional de CEN CINAI, 2020, Circular DNCC-C-003-2020 Estrategia Alimentos en Casa, Dirección Nacional. 23 marzo San José, Costa Rica

Presidencia de la República, Ministerio de la Presidencia y Ministerio de salud, 2020, Decreto Ejecutivo #42227-MP-S Declaración de estado de Emergencia Nacional, publicado el 16 de marzo 2020, San José Costa Rica.

Ministerio de Trabajo y seguridad Social, 2020, Lineamientos para personas trabajadoras con factores de riesgo que ocupan puestos no teletrabajables, 10 marzo 2020 San Jose Costa Rica. Disponible en: http://www.mtss.go.cr/elministerio/despacho/teletrabajo/lineamientos_teletrabajo_covid19.pdf

FECHA: 20 ABRIL 2020	DIRECCIÓN NACIONAL DE CEN CINAI	PÁGINA 11 DE 16
		VERSIÓN: 01
LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19		

Ministerio de Trabajo y seguridad Social, 2020, Lineamientos para implementar el teletrabajo en ocasión de la alerta sanitaria por COVID-19. San Jose Costa Rica. Disponible en:

http://www.mtss.go.cr/elministerio/despacho/teletrabajo/lineamientos_implementar_teletrabajo.pdf

Ministerio de Salud, 2020, versión 1 del 17 de marzo, Lineamientos generales para oficinas con atención al público (bancos, correos, instituciones del estado, poder judicial, empresas privadas de servicios) debido a la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19), San José Costa Rica.

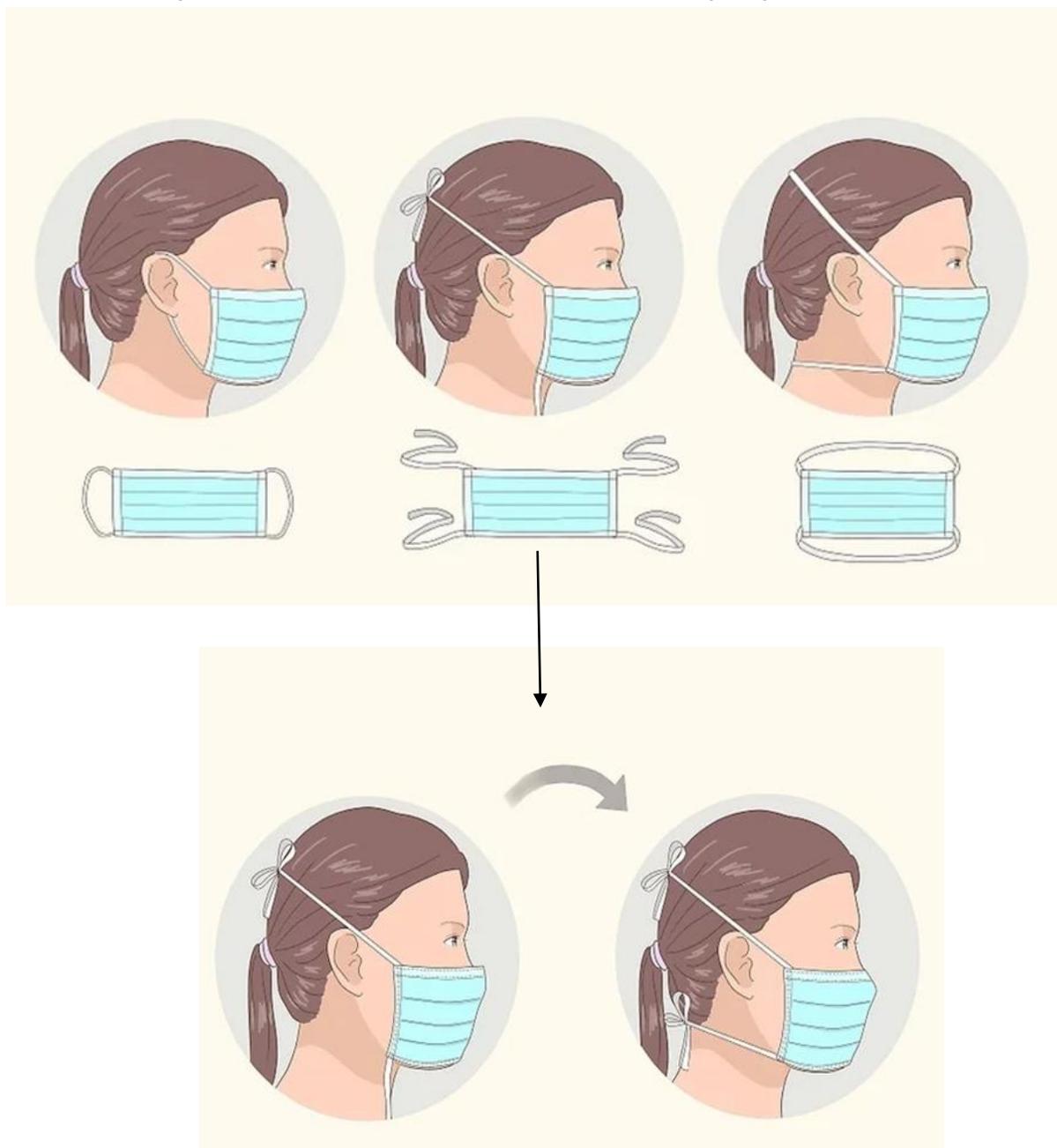
Ministerio de Salud, 2020, versión 4 del 11 de abril, Lineamientos generales para el uso del equipo de protección personal (EPP) Coronavirus (COVID-19), San José Costa Rica. Disponible en: https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/lineamientos_equipo_de_proteccion_personal_v4_11042020.pdf

CCSS, COVID-19 Detengamos el contagio, Lo que debe saber y hacer, 18 tarjetas informativas: acciones que todo personal de salud debe tener en cuenta al momento de participar en la atención de emergencia por el COVID-19, San José Costa Rica. Consultado el 21 abril 2020. Disponible en: <https://www.ccss.sa.cr/web/coronavirus/personal-salud>

Ministerio de Salud, Dirección Nacional de CEN-CINAI, 2020, Manual Operativo de Atención Integral Infantil en CEN-CINAI: para niñas y niños de los servicios de Atención y Protección Infantil y Promoción del Crecimiento y Desarrollo. San José, Costa Rica

Anexo #1 Colocación de la mascarilla o tapabocas

Recuerde hacer protocolo de lavado de manos antes de colocarla y después de desecharla.



Forma correcta de desecho de la mascarilla



También se recomienda ver el video uso de mascarilla o cubrebocas para personal de salud, en el siguiente link:

<https://www.ccss.sa.cr/web/coronavirus/personal-salud>

LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19

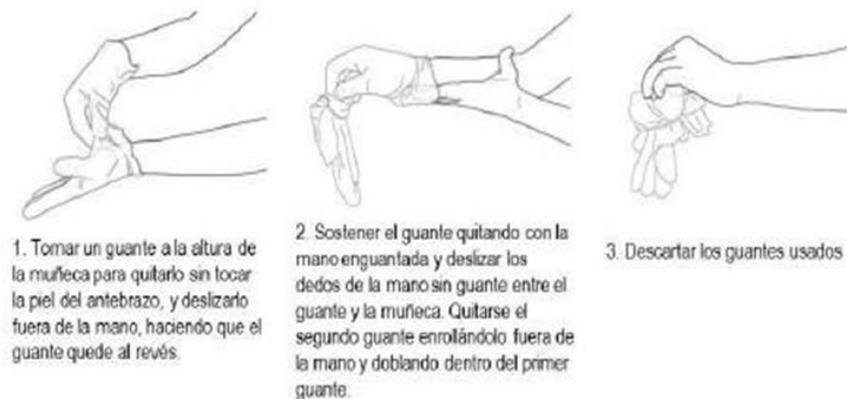
Anexo #2 Técnica de Colocación y retiro de guantes no estériles

Cuando se indica la higiene de manos antes de un contacto que requiere el uso de guantes, realizarla frotando con una preparación a base de alcohol o lavando con agua y jabón.

I. COMO PONERSE LOS GUANTES



II. COMO QUITARSE LOS GUANTES



4. Luego realizar la higiene de manos frotándose con una preparación a base de alcohol o lavándose con agua y jabón.

Anexo # 3 Guía para cambio de pañales

- a) Cuando requiera realizar el cambio de pañal a niñas y niños menores de dos años, considere lo siguientes aspectos:

Guía para el cambio de pañal niñas y niños menores de 2 años

Hablar a la niña o niño en todo momento, indicándole la actividad que está realizando

Cambiar el pañal mínimo cada 2 horas






- 1** Tenga a mano el equipo necesario para el cambio de pañal, incluye el basurero con pedal y tapa donde se ponen los materiales de desecho.
- 2** Lavarse las manos correctamente con agua y jabón; séquelas muy bien.
- 3** Colocarse los guantes descartables.
- 4** Acostar a la niña o niño en el cambiador. No dejarlo **nunca solo** mientras lo cambia.
- 5** Levantar con una mano las piernas de la niña o niño y con la otra remover el pañal mojado o sucio.
- 6** Limpiar con una toalla húmeda los excrementos adheridos a la piel; con otra toalla quitar la orina tanto de los genitales como las nalgas.
 - **En las niñas** limpiar de adelante hacia atrás para que las bacterias del ano no penetren el tracto urinario ni la vagina. Limpie los labios vaginales, no el interior de la vagina.
 - **En los niños** limpie suavemente el pene y los testículos desde los pliegues de las piernas hacia el pene, no tire del prepucio hacia atrás para no causar irritaciones ni desgarros.
- 7** Secar bien los genitales, aplicar crema protectora (vaselina o medicada para dermatitis del pañal).
- 8** Abrir un nuevo pañal poniendo la cinta adhesiva en la parte superior.
- 9** Tomar los tobillos de la niña o niño y levantar las piernas para colocar el pañal, manteniendo un dedo entre sus tobillos. Poner la cintura en línea con el extremo superior del pañal.
- 10** Levantar la parte frontal del pañal, si es varón coloque el pene hacia abajo, asegure el pañal con la cinta adhesiva a los lados.
- 11** Descartar el pañal y otros insumos en el cesto o basurero. Si es pañal de tela, se sacude el excremento en el inodoro, se guarda en una bolsa plástica para entrega al padre, madre o encargado.
- 12** Por último lavarse correctamente las manos con agua y jabón.

LINEAMIENTOS SOBRE AUTOCUIDADO Y PROTECCIÓN PARA FUNCIONARIOS Y FUNCIONARIAS DE CEN-CINAI ANTE LA EMERGENCIA DEL COVID 19

- a) Cuando requiera realizar el cambio de pañal a niñas y niños mayores de dos años, considere lo siguientes aspectos:



Guía para el cambio de pañal de niñas y niños mayores de 2 años

Tenga a mano el equipo necesario para el cambio de pañal, incluye toallas húmedas, el basurero con tapa donde se ponen los materiales de desecho y colocarse los guantes.

Debe comenzar cuando la niña o el niño sea capaz de mantenerse sola solo de pie y tenga buen equilibrio en posición vertical

Es un proceso gradual, respetuoso de su individualidad.

Grandes dosis de empatía, confianza, fomentan la autonomía

Hablar a la niña o niño en todo momento, indicándole la actividad que está realizando

Cambiar el pañal mínimo cada 2 horas

A la hora de realizar el cambio de pañal de pie:

- La persona adulta se coloca de cuclillas, sus ojos estarán a la misma altura que los ojos de la niña o niño, lo que permite hacer una conexión frente a frente y hablar sobre lo que está sucediendo o bien otro tema.
- Al participar en el proceso la niña y niño se sentirán motivados, aumentará su autonomía y autoestima.

Durante el cambio de pañal:

- Invitar a la niña o niño a colaborar en el proceso de bajarse el pañal.
- Mostrar cómo debe limpiarse con una toalla húmeda los excrementos adheridos a la piel; con otra toalla húmeda quitar la orina tanto de los genitales como las nalgas; cuando ya la zona está limpia ofrecerle a la niña o el niño una toallita para que ella o él intente hacer el proceso de limpieza.
 - **En las niñas** limpiar de adelante hacia atrás para que las bacterias del ano no penetren el tracto urinario ni la vagina. Limpie los labios vaginales, no el interior de la vagina.
 - **En los niños** limpie suavemente el pene y los testículos desde los pliegues de las piernas hacia el pene, no tire del prepucio hacia atrás para no causar irritaciones ni desgarros.
- Colocar el pañal de manera que la niña y niño colaboren en la puesta del pañal.
- Subir el pantalón, short, calzón o calzoncillo e invitar a colaborar.
- Introducir el pañal en una bolsa plástica y solicitar a la niña o niño que lo introduzca en el basurero. Si es pañal de tela, se sacude en el inodoro, se guarda en una bolsa plástica para entrega al padre, madre o encargado.

Recuerde que:

- Toma tiempo lograr este proceso.
- No hay que corregir, ni interrumpir mientras niñas y niños se estén limpiando y vistiendo por sí mismos.
- Colaborar y guiar a la niña y niño cuando lo solicite.

Ambiente preparado idóneo para hacer el cambio de pañal

- La zona de cambio debe ser un lugar tranquilo libre de distracciones.
- Se debe contar con dos o tres mudadas adicionales para cada niña o niño en caso de emergencia.
- Una bacinilla o con un asiento para inodoro acolchado para niños con el fin de que voluntariamente comience a sentarse, al sentir el pañal sucio.
- Colocar toallas húmedas y de papel accesibles a la niña y el niño.
- Algún adorno sencillo o planta natural que proporcione calidez a la zona del cambio.
- Un basurero de pedal con tapa.
- Bolsas plásticas para la ropa sucia.
- Un rollo de bolsitas plásticas para desechar el pañal sucio.
- Aprovechando el tiempo de cambio del pañal, puede contar un cuento sobre control de esfínteres.

Todos deben lavarse las manos correctamente con agua y jabón.