

# Pautas detalladas para el distanciamiento rutinario en la vida diaria

3 de mayo del 2020

Sede Central de Desastres y Contramedidas de Seguridad

## < Tabla de Contenido >

### I. Negocios (4 campos)

1. <a href="#">En el trabajo</a>	7
1-1. <a href="#">Lugares de trabajo</a>	8
1-2. <a href="#">Reuniones</a>	11
1-3. <a href="#">Oficinas gubernamentales</a>	12
1-4. <a href="#">Oficinas de correos</a>	15

### II. Vida diaria (9 campos)

1. <a href="#">De camino</a>	17
1-1. <a href="#">Transporte Público</a>	18
2. <a href="#">A la hora de comer</a>	20
2-1. <a href="#">Restaurantes, Cafeterías, etc</a>	21
3. <a href="#">Al estudiar</a>	23
3-1. <a href="#">Academias extraescolares y Salas de estudios</a>	24
4. <a href="#">Al ir de compras</a>	27
4-1. <a href="#">Grandes establecimientos de distribución (centros comerciales, etc.)</a>	28
4-2. <a href="#">Mercados tradicionales</a>	31
4-3. <a href="#">Supermercados pequeños y medianos</a>	33
5. <a href="#">Ocasiones especiales</a>	35
5-1. <a href="#">Eventos familiares como bodas</a>	36
5-2. <a href="#">Funerarias</a>	39
6. <a href="#">Vida religiosa</a>	41
6-1. <a href="#">Instalaciones religiosas</a>	42

### III. Actividades de ocio (18 campos)

1. <a href="#">Al viajar</a>	45
1-1. <a href="#">Hoteles y alojamientos</a>	46
1-2. <a href="#">Establecimientos de entretenimiento</a>	48
1-3. <a href="#">Campamentos</a>	50
1-4. <a href="#">Zoológicos</a>	52
1-5. <a href="#">Parques Nacionales</a>	55

2. Actividades de ocio .....	59
2-1. <a href="#">Actividades al aire libre</a> .....	60
2-2. <a href="#">Baños públicos, etc.</a> .....	61
2-3. <a href="#">Peluquerías y Salones de belleza</a> .....	64
2-4. <a href="#">Lugares de baño públicos</a> .....	66
2-5. <a href="#">Bibliotecas</a> .....	68
2-6. <a href="#">Salas de rendimiento</a> .....	70
2-7. <a href="#">Salas de cine</a> .....	72
2-8. <a href="#">Museos y Galerías de arte</a> .....	74
2-9. <a href="#">Parques de béisbol y Campos de fútbol</a> .....	76
2-10. <a href="#">Karaoke</a> .....	78
2-11. <a href="#">Instalaciones deportivas interiores</a> .....	80
2-12. <a href="#">Cibercafés</a> .....	83
2-13. <a href="#">Vida nocturna</a> .....	85

*\*Nota de los traductores: A partir de aquí cualquier referencia a institución coreana, autoridad, cargo o al país deberá sustituirse por su homólogo español.  
Al final del documento encontrará un anexo con los números nacionales de emergencia de cada país de habla hispana.*

**Información de contacto del departamento a cargo\***

<b>Nombre de la instrucción</b>	<b>Ministerios</b>	<b>Contacto</b>
➤ General	Sede Central de Gestión de Desastres	044-202-3804
	Sede Central de Control de Enfermedades	043-719-9064
➤ Lugares de trabajo	Ministerio de Empleo y Trabajo, Área de Salud Ocupacional	044-202-7744
➤ Reuniones	Ministerio de Empleo y Trabajo, Área de Salud Ocupacional	044-202-7744
➤ Oficinas gubernamentales	Ministerio del Interior y Seguridad, Área de Innovación del Sistema de Asuntos Civiles	044-205-2441
➤ Oficinas de Correos	Sede de Correos de Corea (Ministerio de Ciencia y TIC (tecnologías de la información y la comunicación))	044-200-8832
➤ Transporte público	Ministerio de Tierras, Infraestructura y Transporte, Área de Coordinación de Políticas de Transporte	044-201-3786
➤ Restaurantes, cafeterías, etc	Ministerio de Seguridad de Alimentos y Medicamentos, Área de Gestión de Seguridad de Alimentos	043-719-2054
➤ Academias extraescolares, salas de estudio, etc	Ministerio de Educación, Área de Política de Educación Permanente	044-203-6380
➤ Grandes establecimientos de distribución	Ministerio de Comercio, Industria y Energía, Área de Distribución y Logística	044-203-4381 044-203-4383
➤ Mercados tradicionales	Ministerio de Pymes (Pequeñas y Medianas Empresas) y Startups, Área de Promoción del Mercado Tradicional	042-481-4581
➤ Supermercados pequeños y medianos	Área de Asistencia para Microempresas Ministerio de Pymes (Pequeñas y Medianas Empresas) y Startups, Área de Asistencia para Microempresas	042-481-4490
➤ Eventos familiares como bodas	Ministerio de Igualdad de Género y Familia, Área de Cultura Familiar	02-2100-6363
➤ Funerarias	Ministerio de Salud y Bienestar, Área de Apoyo a la vejez	044-202-3473
➤ Instalaciones religiosas	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo,	044-203-2317

Traducción NO OFICIAL del Proyecto COVID Translate (covidtranslate.org)

	Asuntos Religiosos 1er Oficial	
➤ Hoteles / alojamientos	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Política de la Industria del Turismo	044-203-2871
➤ Establecimientos de entretenimiento	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Política de la Industria del Turismo	044-203-2863
➤ Campamentos	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Política de la Industria del Turismo	044-203-2866
➤ Zoológicos	Ministerio de Medio Ambiente, Área de Biodiversidad	044-201-7244
➤ Parques nacionales	Ministerio de Medio Ambiente, Área de Parques Naturales	044-201-7311
➤ Actividades al aire libre	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Política de la Industria del Turismo	044-203-2888
➤ Baños públicos, etc	Ministerio del Interior y Seguridad, Área de Política Espacial Comunitaria	044-205-3545
➤ Peluquerías y salones de belleza	Ministerio de Salud y Bienestar, Área de Política de Salud	044-202-2881
➤ Lugares de baño público	Ministerio de Salud y Bienestar, Área de Política de Salud	044-202-2881
➤ Bibliotecas	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Política Bibliotecaria	044-203-2612
➤ Salas de rendimiento	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Artes Escénicas y Tradicionales	044-203-2732
➤ Salas de cine	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Industria de Contenido de Cine y Video	044-203-2432
➤ Museos y galerías de arte	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Infraestructura Cultural	044-203-2638
➤ Parques de béisbol y campos de fútbol	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Política Deportiva	044-203-3153
➤ Karaokes	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Industria de Cultura Popular	044-203-2464
➤ Instalaciones deportivas interiores	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo, Área de Política Deportiva	044-203-3156
➤ Cibercafés	Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo,	044-203-2446

	Área de Industria de Contenido de Juegos	
➤ Vida nocturna	Ministerio de Seguridad de Alimentos y Medicamentos, Área de Gestión de Seguridad de Alimentos	043-719-2054

*\*Nota de los traductores: sustituir los nombres de los organismos y sus números de contacto por los correspondientes en su país.*

# I. Negocios (1. En el trabajo)

## 1-1. Pautas para la distancia rutinaria: lugares de trabajo

### A. Empleados

#### (Normas generales)

- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a trabajar.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) de los demás.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante para manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no es posible mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Los empleados deben notificar al empleador si aparece fiebre o tos, luego utilizar una mascarilla quirúrgica y regresar a casa.
- Implementar sistemas de trabajo flexibles (teletrabajo, horarios escalonados, etc.) y políticas de vacaciones (permiso por cuidado familiar, vacaciones anuales, baja por enfermedad, etc.).
- Minimizar los viajes de negocios (nacionales o extranjeros).
- Para talleres, sesiones de formación, etc., utilizar plataformas en línea y grabaciones audiovisuales; en las reuniones en persona, seguir las reglas de higiene personal, como la utilización de mascarillas quirúrgicas y de desinfectantes.
- Los empleados deben utilizar sus propios artículos personales, como tazas de café y cucharillas.
- Desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia (mesas, teclados, ratones de computadora, teléfonos, etc.).
- Ventilar el lugar de trabajo.
- Evite reuniones pequeñas y grandes; y volver a casa sin demora después del trabajo.
- Sentarse en una sola fila o formación en zigzag en la cafetería; taparse la boca al hablar o abstenerse de conversar.
- En espacios cerrados como ascensores, utilizar mascarillas quirúrgicas y abstenerse de conversar.
- Evitar juntarse en la sala del personal.
- Cooperar en los controles diarios de temperatura (utilizando el termómetro sin contacto o la cámara termográfica, etc.) y síntomas respiratorios.

## B. Empleadores

### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

### (Normas específicas)

- El personal de control epidemiológico debe desarrollar pautas de control de epidemias de acuerdo con los riesgos de densidad, condición de ventilación, estilo de trabajo, etc.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios, deben utilizar el teletrabajo, la baja por enfermedad, las vacaciones anuales o el tiempo libre del trabajo.  
*\*Incluir esta cláusula en el contrato es necesario.*
- Llevar a cabo una rutina de control diario de temperatura utilizando un termómetro sin contacto o una cámara termográfica; verificar los síntomas respiratorios a diario.
- Alentar a los empleados a considerar un sistema de trabajo flexible y vacaciones.
- Minimizar los viajes de negocios (nacionales o extranjeros).
- Fomentar el uso de plataformas en línea y grabaciones audiovisuales para talleres, sesiones de formación, etc. Si las reuniones en persona son inevitables, verificar la temperatura, utilizar mascarillas

quirúrgicas y proporcionar desinfectantes.

- Para mantener la distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre los empleados, ajustar las formaciones y las direcciones de los monitores de computadora, escritorios y mesas de trabajo; utilizar cualquier espacio inactivo.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (p.ej: gritos grupales, etc.).
- Instalar divisiones de plexiglás transparente entre los asientos de la cafetería o indicar a los empleados que sienten a los clientes en una sola fila o formación en zigzag.
- Proporcionar suministros de limpieza e higiene personal; que sean accesibles en el trabajo.
- Proporcionar o apoyar la compra de mascarillas quirúrgicas y artículos sanitarios cuando sea necesario.
- Colocar letreros sobre las medidas de control de higiene, tales como lavarse las manos, utilizar desinfectante de manos, manera correcta de toser, etc .; ofrecer formación sobre esas medidas.
- Indicar al personal que se abstenga de reunirse en la sala del personal.
- Instalar una sala de reuniones temporal para reuniones de negocios con clientes.

## 1-2. Pautas para el distanciamiento rutinario: reuniones

### 1) Principios generales

- Llevar a cabo las reuniones mediante videollamada o teleconferencia siempre que sea posible.
- Mejorar el entorno de trabajo para permitir las videollamadas o teleconferencias.
- Para las reuniones que deban celebrarse en persona, preparar un gran espacio que pueda ventilarse fácilmente y donde los participantes puedan sentarse separados.
- Acortar el tiempo de la reunión minimizando el número de participantes y procediendo de manera eficiente.

### 2) Pautas para las reuniones en persona

- Notificar antes de la reunión que cualquier persona que tenga fiebre, síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, dificultad respiratoria, fatiga, dolor de cabeza o muscular, etc.) o antecedentes de viajes al extranjero en los últimos 14 días no debe unirse a la reunión.
- Antes de que empiece la reunión, el organizador debe verificar si alguien tiene fiebre, síntomas respiratorios, etc., y prohibir que personas sintomáticas participen en la reunión.
- Evitar el contacto físico inmediato, como darse la mano antes o después de la reunión.
- Tener desinfectantes de manos en las salas de reuniones para que los participantes puedan utilizarlos con frecuencia.
- Utilizar un espacio grande de fácil ventilación para el lugar de la reunión y ventilar antes del inicio de la reunión
- Cuando la duración de la reunión exceda una hora, hacer un descanso y abrir las puertas y ventanas de la sala de reuniones para su ventilación.
- Los participantes deben mantener una distancia de 2 m entre sí; o de al menos 1 m si el espacio es limitado.
- Evitar las reuniones en persona si no es posible o bien mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre los participantes o bien realizar la ventilación de la sala cada hora.
  - Si es inevitable realizar una reunión en persona, asegurarse de que todos los participantes utilicen una mascarilla quirúrgica en todo momento, incluso cuando hablen.

*\*Mientras se mantengan las pautas de distanciamiento y ventilación, cada participante es libre de decidir si utiliza o no una mascarilla durante la reunión.*

## 1-3. Pautas para el distanciamiento rutinario: oficinas gubernamentales

### A. Visitantes

(Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichas oficinas.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) de los demás.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

### B. Gerentes / Empleados

(Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.

- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

### 1. Empleados

- Los jefes de departamento gestionarán que cualquier empleado que tenga fiebre, tos u otros síntomas de COVID-19 o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días pueda evitar acudir la oficina y trabaje desde casa u obtenga un permiso de ausencia.

*\*Si dichos empleados no mostraran síntomas u otros problemas tras 3-4 días, pueden regresar al trabajo.*

- Realizar controles de temperatura al menos dos veces en cada turno ⇒ si alguien presenta síntomas, consultar a las autoridades de salud pública relevantes y seguir sus indicaciones.
- Establecer un sistema para informar de los síntomas y mantener un registro exhaustivo de las horas de trabajo del personal para el seguimiento de contactos en caso de que se confirme que un empleado tiene COVID-19.
- Permitir que los empleados trabajen con horarios flexibles y utilicen los días de vacaciones libremente, y asegurar la dotación de personal de apoyo.

### 2. Mostradores de atención pública.

1) Designar al jefe de los mostradores de atención pública como gerente de control epidemiológico y realizar una desinfección completa.

- ✓ Se debe proporcionar desinfectante de manos y otros productos desinfectantes (en el mostrador de recibos, máquinas automáticas, espacios públicos, baños, etc.), y lugares como las manillas de las puertas, que se toquen con frecuencia, deben cubrirse con una película protectora antibacteriana y desinfectarse.
- ✓ Las oficinas de atención pública y los espacios públicos deben desinfectarse al menos dos veces por semana, incluido el suelo.  
*\*Para obtener más información sobre desinfectantes y métodos de desinfección, consultar las Pautas de respuesta a la enfermedad del coronavirus-19 para la desinfección de instalaciones comunitarias y públicas.*
- ✓ Crear e implementar medidas preventivas apropiadas para cada situación: instalar una división transparente frente a cada mostrador y proporcionar mascarillas desechables a los visitantes sin mascarilla, cerrar todas las entradas, excepto la entrada principal, etc.
- ✓ Realizar controles de temperatura instalando cámaras termográficas; y preparar una sala de espera especial para cualquier persona que tenga fiebre (la utilización de la sala de espera debe quedar registrada).
- ✓ Implementar medidas de control de contagio adecuadas para las circunstancias de cada instalación: instalar divisiones transparentes en cada mostrador, utilizar puertas automáticas o establecer una entrada única, etc.

2) Mantener la cooperación entre instituciones.

- ✓ Mantener sistemas de contacto de emergencia para organizaciones relacionadas (centros de salud pública, estaciones de policía, departamentos de bomberos, centros de salud, etc.) y responder de inmediato a las situaciones que puedan surgir.
- ✓ Si alguien de la oficina de atención pública mostrara síntomas, notificarlo inmediatamente al centro de salud pública local e indicar al individuo sintomático que espere en una zona de cuarentena.
- ✓ De confirmarse que alguien de la oficina de atención pública tiene COVID-19, notificarlo de inmediato al Centro de Salud Pública Local, desinfectar completamente la instalación, prohibir la entrada y salida e implementar las medidas necesarias (cuarentena, desinfección, etc.).

*\*Para más detalles, ver Pautas de respuesta a la enfermedad del coronavirus-19 para la gestión de instalaciones (desinfección, etc.) cuando se confirma un nuevo caso (Consultar con la Sede Central de Gestión de Desastres -125, 3.6.).*

3) Ampliar la utilización de servicios digitales como "Gobierno 24 · Máquinas automatizadas · Emisión electrónica de certificados" para minimizar la cantidad de interacción cara a cara necesaria para la obtención de documentos gubernamentales.

3. Formación e información sobre higiene para funcionarios y visitantes de las oficinas de atención pública.

- Brindar formación e información a los funcionarios que interactúan con el público en las oficinas de atención pública sobre cómo prevenir la propagación del COVID-19, como el lavado de manos, la manera correcta de toser, etc.
- Colocar carteles en todos los edificios con información sobre la manera correcta de toser, el lavado de manos y otras medidas de higiene para evitar la propagación del COVID-19.

*\*Dichos carteles se pueden descargar de forma gratuita en la página de inicio del KCDC (www.kcdc.go.kr).*

*\*Para información adicional sobre la prevención y desinfección, ver las Pautas de respuesta del COVID-19 para instalaciones comunitarias y públicas (Vol. 3) (Sede Central de Control de Enfermedades · Sede Central de Gestión de Desastres , 3.25) y Pautas de respuesta a la enfermedad del coronavirus-19 para la desinfección de instalaciones comunitarias y públicas (Vol. 3-1) (Sede Central de Control de Enfermedades · Sede Central de Gestión de Desastres , 4.2.).*

## 1-4. Pautas para el distanciamiento rutinario: oficinas de correos

### A. Clientes / Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichas oficinas.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) de los demás.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Utilizar cuando sea posible, la banca inteligente o la banca por Internet para transacciones financieras y cajeros automáticos cuando se visite la oficina de correos para minimizar la interacción cara a cara.
- Utilizar la máquina de franqueo automático (donde esté disponible) para enviar paquetes por correo.

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la

ocupación de la sala.

- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Mantener la distancia de los demás mientras se come (mirar en la misma dirección, sentarse a una distancia de los demás y en un patrón de zig-zag (escalonado), etc., y señalar con pegatinas o letreros cuando sea posible).
- Abstenerse de visitar otros departamentos o desplazarse entre pisos; evitar viajes de negocios a menos que sea absolutamente necesario; y abstenerse de mantener conversaciones cara a cara. Utilizar en su lugar, los sistemas internos de teléfono o mensajería para comunicarse y habilitar sistemas de pago que eviten el cara a cara.
- Minimizar los grandes eventos y actividades públicas. La formación y las reuniones deben realizarse de manera virtual.
- Proporcionar pañuelos de papel y cubos de basura cubiertos en cada entrada.
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario, fomentando la cooperación.
- Proporcionar orientación sobre el uso de la banca inteligente, banca por Internet, cajeros automáticos y máquinas automáticas de franqueo.

## II. Vida diaria (1. De camino)

## 1-1. Pautas para el distanciamiento rutinario: transporte público

### A. Pasajeros

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben utilizar el transporte público.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) de los demás.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Cuando se viaje en autobús, metro o taxi, utilizar una mascarilla y evite conversar.
- Al utilizar el transporte público, mantener la máxima distancia posible de otros pasajeros.
- Cuando se reserve un asiento asignado para el transporte público, como trenes, autobuses de carretera, etc., dejar un espacio entre su asiento y los demás.
- Si el transporte público está abarrotado, esperar al siguiente transporte.
- Utilizar el pago a través de una aplicación o la opción de entrega no presencial, cuando se desplace en taxi o reciba un paquete.

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.

- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (pasajero).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Indicar a los pasajeros que utilicen mascarilla y mantengan la máxima distancia posible entre ellos.
- Para cualquier transporte en el que haya ventilación disponible, utilizarla antes y después de su funcionamiento y durante 15 minutos.
- Para reducir la densidad del transporte público, los empleados deben conocer el período de tiempo en el que ocurre la congestión y ajustar la distribución de manera flexible.
- Al hacer reservas para clientes de ferrocarriles, líneas aéreas, autobuses expresos y/o interurbanos, los empleados deben asignar asientos distantes entre sí, priorizando los asientos de la ventanilla, etc.
- Al llamar a un taxi o reservar cita para un viaje, los empleados deben alentar a los clientes a utilizar un método de pago automatizado no presencial.
- Cambiar cualquier entrega a una no presencial, si es posible.
- Promover pautas de seguridad y prevención para los usuarios a través de letreros electrónicos, anuncios, etc.

## II. Vida diaria (2. A la hora de comer)

## 2-1. Pautas para el distanciamiento rutinario: restaurantes, cafeterías, etc

### A. Clientes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Minimizar el tiempo que se pasa en restaurantes y cafeterías.
- Sentarse a una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre las mesas, o bien lo más lejos posible de otras personas que no estén en la fiesta.
- Sentarse en fila o en zigzag sin posicionarse frente al otro.
- Evitar hablar mientras se come.
- Colocar la comida en su propio plato antes de comer.
- Utilizar, si es posible, servicios de comida para llevar o entrega a domicilio.
- No compartir bebidas con otros.

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.

- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente.
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Para realizar los pagos, instalar máquinas de pago automáticas o divisiones claras, etc. para minimizar la interacción cara a cara con los clientes.
- El espacio entre las mesas debe ser de al menos 2 m (o al menos 1 m) o bien implementar sistemas para aumentar la distancia entre las mesas, como instalar divisiones entre mesas o prohibir el uso de algunas mesas para utilizarlas como división.
- Colocar las sillas en una sola dirección o en zigzag para evitar que los clientes se posicionen cara a cara
- Abstenerse de realizar eventos a gran escala.
- Promocionar, si es posible, los servicios de comida para llevar.
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- En caso de que los clientes tengan que esperar a ser atendidos, utilizar una etiqueta numérica o solicitarles que mantengan una distancia de al menos 1 m entre sí mientras esperan.
- Proporcionar platos, cucharas y pinzas individuales para que los clientes puedan servirse la comida en sus propios platos.

## II. Vida diaria (3. Al estudiar)

### 3-1. Pautas para el distanciamiento rutinario: academias extraescolares y salas de estudio

#### A. Usuarios

(Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

(Normas específicas)

- Evitar las aglomeraciones en espacios multiusos, como cafeterías y bares de tapas.
- Todos los clientes deben animarse mutuamente a seguir las medidas de control epidémico cuando noten que alguien no está utilizando mascarilla o muestre síntomas.
- El grupo de alto riesgo\* debe abstenerse de utilizar estas instalaciones o bien utilizar mascarilla si su asistencia es inevitable.  
*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o personas con enfermedades crónicas.*
- Cooperar con las medidas de control epidemiológico, tales como controles de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) y escribir en el registro de visitantes en la entrada.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

#### B. Gerentes / Empleados

(Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan

síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.

- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente.
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Colocar los asientos de manera que los estudiantes de las salas de lectura estén separados 2 m (o al menos 1 m), o colocar los escritorios en un patrón de zig-zag para que cada asiento esté flanqueado por escritorios desocupados a cada lado, al frente y en la parte posterior, o bien instalar divisiones transparentes u otra separación.
- Los profesores y otro personal deben utilizar mascarilla y aconsejar a los estudiantes que ellos también las utilicen durante la clase o el tiempo de estudio.
- Proporcionar pañuelos de papel y botes de basura cubiertos en todas las entradas y salidas de las instalaciones.  
*\*Los pañuelos utilizados al estornudar o toser deben eliminarse sin dejar rastro.*
- Desinfectar\* todos los espacios principales con regularidad (al menos dos veces al día). Para academias grandes (> 1000 m<sup>2</sup>), realizar una desinfección profesional al menos una vez a la semana. Ventilar con frecuencia (mantener un registro de fecha, hora y personal responsable de dicha desinfección).  
*\*Incluyendo manillas de puertas, barandillas y otros lugares u objetos que sean muy utilizados o con un contacto elevado.*
- No proporcionar comidas grupales (para academias de internado o de todo el día, adoptar las mismas pautas que para cafeterías y restaurantes).
- Fomentar el uso de ordenadores portátiles personales, tablets, etc. en lugar de dispositivos compartidos
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- Evitar la formación de grandes grupos limitando el número de usuarios en un período de tiempo

determinado y limitando el espacio de actividad.

- Recomendar a las personas del grupo de alto riesgo\* que se abstengan de usar la instalación. Si su presencia fuera inevitable, indicarles que utilicen una mascarilla.

*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o personas con enfermedades crónicas.*

- Comprobar que las personas que entran en el edificio no tienen síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.).
- Mantener un registro de visitantes y solicitar a todos los usuarios que lo cumplimenten.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

## II. Vida diaria (4. Al ir de compras)

## 4-1. Pautas para la distancia rutinaria: grandes establecimientos de distribución

*\*Grandes almacenes, grandes supermercados, centros comerciales, cadenas de supermercados, puntos de venta, etc.*

### A. Clientes

(Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

(Normas específicas)

- Al seleccionar objetos o mientras se espera en una cola, mantener una distancia de más de 2 m (o al menos 1 m) de otros clientes.
- Realice la compra cuando haya la menor cantidad de personas posible.
- Utilizar desinfectantes de manos o guantes antes de utilizar los carritos y cestas de compra compartidos
- Evitar el uso de muestras cosméticas directamente en la cara o los labios (probarlas en las manos y utilizar desinfectantes de manos o lavarse las manos después).
- Utilizar métodos de pago electrónicos siempre que sea posible (pago a través del móvil, código QR, tarjeta NFC, tarjetas de crédito, etc.).

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

## B. Gerentes / Empleados

### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente.
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

### (Normas específicas)

- Permitir que los empleados trabajen con horarios flexibles y utilicen los días de vacaciones libremente, y asegurar la dotación de personal de apoyo.
- Evitar realizar eventos en los que muchos visitantes puedan reunirse en una misma zona (p.ej: eventos por orden de llegada, reuniones y saludos, firmas de autógrafos, etc.).
  - Si tiene que realizar dichos eventos, preparar un plan para dispersar a los visitantes.
- Abstenerse de hacer anuncios o solicitudes verbales en voz alta u otras acciones que puedan espacir saliva. Utilizar en su lugar anuncios públicos y folletos audiovisuales.
- Cerrar o minimizar el funcionamiento de stands de degustación o pruebas cosméticas.
  - Deben tomarse medidas para que los palillos de dientes, tazas, pañuelos de papel, bolas de algodón y otras formas de residuos que puedan mancharse con saliva que provenga de los stands de degustación o de pruebas cosméticas estén correctamente alejados del alcance de los demás.
- Solicitar a los visitantes que mantengan una distancia de más de 2 m (o al menos 1 m) a la entrada de los

establecimientos y a la hora de comunicarse con los dependientes.

- Señalizar con pegatinas informativas en el suelo, carteles, etc. para informar a los visitantes que mantengan el distanciamiento rutinario.
- Si es difícil mantener una distancia de más de 2 m, indicar a los visitantes que mantengan una distancia de al menos 1 m y que utilicen mascarilla.
- Informar a los empleados que no deben ayudar o seguir a los clientes durante su visita.
- Mantener una distancia de más de 2 m (o al menos 1 m) entre los cajeros, los empleados de servicio al cliente y los clientes, e instalar, si es necesario, divisiones transparentes.
- Colocar desinfectante de manos cerca de carritos de la compra y cestas de la compra compartidas y desinfectar constantemente la barra de sujeción.
- Aconsejar la utilización de métodos electrónicos de pago para evitar el contacto.
- Minimizar el funcionamiento de centros culturales, parques infantiles y otros espacios públicos. En caso de funcionamiento, tomar medidas para mantener el distanciamiento rutinario entre los usuarios.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

## 4-2. Pautas para el distanciamiento rutinario: mercados tradicionales

### A. Visitantes

(Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

### B. Gerentes / Empleados

(Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).

- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Abstenerse de realizar actividades que provoquen la propagación de gotitas respiratorias, como pregonar por la calle.
- Si es posible, abstenerse de realizar eventos para visitantes; si es inevitable, intentar administrar el flujo de visitantes.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

## 4-3. Pautas para el distanciamiento rutinario: supermercados pequeños y medianos

### A. Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Minimizar el tiempo que se pasa en el supermercado.

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al

día.

- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Mantener la señalización del suelo a una distancia de 2 m (o al menos 1 m) en el mostrador de caja, etc., donde los visitantes esperan en la fila.

## II. Vida diaria (5. Ocasiones especiales)

## 5-1. Pautas para el distanciamiento rutinario: eventos familiares como bodas

### A. Invitados

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben asistir al evento sino felicitar a los novios de otras maneras.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no se puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Durante el evento, mantene una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre las mesas.
- A la hora de comer, no sentarse unos frente a otros; sino en la misma dirección o bien en zigzag
- Utilizar el propio plato a la hora de comer.
- Dar los regalos económicos de manera virtual.
- Si es posible, saludarse gestualmente en lugar del apretón de manos.
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) y mantener un registro de visitantes en la entrada.

### B. Organizadores de eventos / Anfitriones

#### (Normas generales)

- Desaconsejar a los invitados que acudan al evento si tienen fiebre o síntomas respiratorios, o han viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Solicitar a los invitados que mantengan 2 m (o al menos 1m) de distancia de los demás.
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no se puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

(Normas específicas)

- Planificar el evento familiar de la manera más breve (sencilla) posible; si es necesario, celebrarlo de manera virtual.
- Establecer el número de invitados para evitar las aglomeraciones, teniendo en cuenta el tamaño del lugar.
- Posponer el evento si se tienen fiebre o síntomas respiratorios o si ha viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Informar completamente a los invitados por adelantado sobre las pautas de distanciamiento rutinario.
- Organizar el evento dando prioridad a las pautas de distanciamiento rutinario.
- Abstenerse de dar la mano y ofrecer un regalo en lugar de una comida.

### C. Gerentes / Empleados

(Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre las mesas, o bien mantener una distancia de al

menos 1 m no utilizando algunas de las mesas si éstas son fijas.

- Colocar las sillas en una misma dirección o bien en zigzag para evitar que los asistentes se sienten unos frente a otros.
- Dejar el mayor tiempo posible entre eventos.
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- Proporcionar platos, cucharadas, pinzas, etc. individuales, para que los asistentes puedan comer con sus propios utensilios.
- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de los visitantes.
- Proporcionar un registro de visitantes y solicitar a los visitantes que lo cumplimenten.

## 5-2. Pautas para el distanciamiento rutinario: funerarias

### A. Familiares / Amigos

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir al velatorio, sino enviar sus condolencias de otras maneras.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Al saludar a los familiares y amigos, utilizar mascarillas quirúrgicas y asentir con la cabeza en lugar de dar la mano.
- Si se sirve comida, comer en la misma dirección que los demás o bien en zigzag en lugar de frente a frente.
- Inclinar la cabeza para ofrecer sus condolencias en lugar de dar la mano.
- Ofrecer condolencias breves e intentar no quedarse más de 30 minutos.
- Realizar un funeral familiar sencillo con el mínimo de personas necesarias para los procedimientos y mantener una distancia de 1 m entre los participantes.
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) y mantener un registro de visitantes en la entrada.

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan

síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.

- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre las mesas, o bien intercalar asientos vacíos si las mesas son fijas.
- Dejar transcurrir un poco de tiempo antes y después de utilizar la sala de velatorio y la sala de ceremonia funeraria previa al entierro.
- Aconsejar a los familiares que limiten el número de participantes en el funeral a la menor cantidad posible.
- Instruir a los empleados de las funerarias, así como a los trabajadores y proveedores visitantes de servicios funerarios, a cumplir con las reglas de higiene personal (utilizar desinfectantes de manos y mascarillas quirúrgicas).
- Proporcionar platos, cucharadas, pinzas, etc. individuales, para que los asistentes puedan comer con sus propios utensilios.
- Activar el sistema de ventilación durante más de 1 hora, de 2 a 3 veces al día en salas funeraria no utilizadas.
- Desinfectar inmediatamente tras utilizar el vestidor, la sala de velatorio y la sala de ceremonia funeraria previa al entierro.
- Si se utiliza un vehículo fúnebre, desinfectar tras su uso.
- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de cualquier persona que acuda al centro.
- Si es posible, proporcionar un registro de visitantes y solicitar a los invitados que lo cumplimenten.

## II. Vida diaria (6. Vida religiosa)

## 6-1. Pautas para el distanciamiento rutinario: instalaciones religiosas

### A. Feligreses

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir al templo.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Abstenerse de realizar comidas grupales, si es inevitable, mantener una buena distancia social entre los comensales (orientados hacia una misma dirección, manteniendo la distancia adecuada, etc.).
- Utilizar solo los artículos personales (libros, etc.).
- Cuando se utilice un vehículo público, cumplir con las recomendaciones de higiene personal, como el lavado de manos y la utilización de una mascarilla.
- Asistir a actividades religiosas no presenciales y sin contacto (como actos religiosos en línea).
- Abstenerse del contacto cara a cara.
- Utilizar una mascarilla.
- El grupo de alto riesgo\* debe abstenerse de utilizar estas instalaciones o bien utilizar mascarilla si su asistencia es inevitable.

*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o personas con enfermedades crónicas.*

- Cooperar con las medidas de control epidemiológico, tales como controles de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) y anotarse en el registro de visitantes de la entrada.

### B. Líderes espirituales / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.

- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Animar a los feligreses a utilizar actividades o eventos religiosos en línea, no presenciales. Minimizar los eventos a gran escala y reuniones grupales, etc.
- Espaciar los tiempos de entrada y salida para mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre los asistentes a eventos religiosos.
- Si se utiliza un micrófono, asegurarse de ponerle una cubierta: una cubierta por usuario siempre que sea posible.
- Abstenerse de realizar comidas grupales y, en caso de que sea inevitable, mantener la distancia adecuada entre los comensales (sentados mirando en una misma dirección, dispuestos a mantener la distancia, etc.).
- Desinfectar y ventilar antes y después de los actos religiosos.  
*\*Lugares y objetos que se tocan con frecuencia, como puertas y barandillas.*
- Si se conduce vehículo público, cumplir con las reglas de higiene personal: colocar un desinfectante de manos, los pasajeros deben llevar mascarilla, desinfectar el vehículo con frecuencia, etc.
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- Indicar a todos los empleados y asistentes a actos religiosos que utilicen mascarillas faciales. Tener mascarillas (desechables o de un solo uso) disponibles para los asistentes / visitantes que no tengan mascarilla.

- Recomendar a las personas del grupo de alto riesgo\* que se abstengan de acudir a la instalación. Si su presencia es inevitable, indicarles que utilicen una mascarilla.

*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o personas con enfermedades crónicas.*

- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de todas las personas que entren y salgan
- Si es posible, proporcionar un registro de visitantes y solicitar a los visitantes que lo cumplimenten.

## III. Actividades de ocio (1. Al viajar)

## 1-1. Pautas para el distanciamiento rutinario: hoteles y alojamientos

### A. Huéspedes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos establecimientos.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) y mantener un registro de visitantes en la entrada.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, instalaciones deportivas interiores, etc. de los establecimientos**

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.

- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Desinfectar y ventilar el establecimiento tras el evento y mantener un registro de la fecha, hora y personal responsable de la limpieza y desinfección.
  - Colocar pañuelos de papel y cubos de basura con tapa en cada entrada y dentro del establecimiento.
  - Ventilar las habitaciones abriendo las ventanas, limpiando y desinfectando la habitación y el baño tras ser utilizados por los huéspedes.
  - Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
  - Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de todas las personas que entren y salgan.
- ❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, instalaciones deportivas interiores, etc. de los establecimientos**

## 1-2. Pautas para el distanciamiento rutinario: establecimientos de entretenimiento

### A. Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos establecimientos.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Evitar las aglomeraciones en espacios multiusos, como cafeterías y bares de tapas u otros locales cerrados.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable

debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.

- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Proporcionar al personal pautas para evitar el contacto físico con los visitantes y mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) de los visitantes.
- Desinfectar la maquinaria / máquinas antes y después de ser utilizadas, especialmente las superficies que se toquen con frecuencia, como manillas, barandillas, etc.
- Escalonar los tiempos de descanso de los empleados en espacios compartidos (p.ej: salas de descanso, vestuarios).
- Evitar que se formen grupos grandes al limitar el número de visitantes y espacios accesibles.
- Fomentar la separación de los visitantes promoviendo la venta por adelantado en lugar de en la taquilla de acceso, teniendo diferentes horarios de entrada / salida para cada área, gestionando el movimiento para evitar las aglomeraciones en espacios públicos, etc.
- Solicitar a los visitantes que se suban a las atracciones / máquinas en zigzag, dejando un espacio libre entre ellos.
- Proporcionar marcadores que indiquen distancias de 2 m (o al menos 1 m) en lugares que puedan estar llenos, como áreas de espera, para ayudar a los visitantes a mantenerse a distancia de los demás.
- Minimizar los eventos a gran escala, actividades conjuntas, etc.
- Alentar a los empleados a mantener la distancia entre ellos durante las comidas y los descansos (p.ej: mirando o sentándose todos en la misma dirección, etc.).
- Colocar pañuelos de papel y cubos de basura con tapa en cada entrada y dentro del establecimiento.
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

## 1-3. Pautas para el distanciamiento rutinario: campamentos

### A. Usuarios del campamento

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos campamentos.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Abstenerse de usar el campamento en un grupo grande (más grande que una sola familia); instalar tiendas individuales al menos a 2 m de distancia.
- Ventilar con frecuencia las instalaciones del campamento, como carpas privadas, carpas de glamping, caravanas y autocaravanas.
- Al utilizar las instalaciones públicas del campamento, como oficinas de administración, cocinas, lavabos públicos, duchas, etc., mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) de otras personas, y lavarse las manos o usar desinfectante para manos con frecuencia.

### B. Gerentes del campamento / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre

el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.

- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Los propietarios deben desinfectar y ventilar frecuentemente (mantener un registro de la fecha, la hora y el personal responsable) sus instalaciones para acampar (carpas de glamping, remolques para acampar) e instalaciones públicas (cocinas, cuartos de baño, baños).
- Abstenerse de ofrecer comidas grupales.
- Asegurar el espacio en el campamento limitando la cantidad de visitantes diarios, como mediante el uso de un sistema de reserva.
- Solicitar a los campistas que instalen sus tiendas de campaña al menos a 2 m de distancia unos de otros.
- Instalar y marcar las instalaciones públicas en el campamento (como oficinas de administración, cocinas, lavabos públicos y duchas) para que las personas puedan mantener una distancia mayor de 2 m (o al menos 1 m) entre sí.

## 1-4. Pautas para el distanciamiento rutinario: zoológicos

### A. Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos campamentos.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Intentar adquirir las entradas con antelación en lugar de en la taquilla del sitio.
- Evitar el contacto directo con animales; Si ocurre dicho contacto, lavarse o desinfectar las manos inmediatamente antes y después del contacto.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable

debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.

- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

### **1. Orientación e información para visitantes (pancartas, carteles, anuncios, etc.)**

- Evitar el contacto directo con animales; Si ocurre dicho contacto, lavarse o desinfectar las manos inmediatamente antes y después del contacto.
- No permanecer mucho tiempo en lugares abarrotados como jaulas populares de animales, restaurantes, etc.
- Evitar las aglomeraciones en la taquilla alentando las reservas anticipadas de entradas en lugar de las ventas en el sitio.

### **2. Prevención de infecciones animales**

- El personal (cuidadores del zoológico, veterinarios) debe usar equipo de control epidemiológico, como mascarilla y guantes, al entrar en contacto con animales.
- Informar inmediatamente si se observa un contagio u otras anormalidades.  
(Gerente del zoológico → Gobierno local → Ministerio del Medio Ambiente).

### **3. Gestión y funcionamiento de los establecimientos**

- No permitir la alimentación o el contacto con animales susceptibles a enfermedades que puedan transmitirse a los humanos.
- Solicitar a los visitantes que mantengan una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre sí utilizando marcas en el suelo a lo largo de las rutas de observación.
- Evitar la concentración de visitantes separando los horarios de entrada y salida por zonas; evitar las aglomeraciones en espacios públicos mediante la gestión de rutas de visitantes.
- Evitar realizar eventos en el zoológico que atraigan a muchas personas.
- Evitar la concentración de visitantes limitando el número de visitantes por intervalo de tiempo, como a través de un sistema de reserva.
- Escalonar los tiempos de uso por parte de los empleados de áreas comunes, como áreas de descanso, vestuarios, etc.
- Durante las comidas y los descansos, alentar a los visitantes a que mantengan una distancia de 2 m (o al

menos 1 m) de los demás; abstenerse de ofrecer comidas grupales.

- Colocar desinfectantes de manos, pañuelos de papel y cubos de basura con tapa en cada entrada y por toda la instalación.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

## 1-5. Pautas para el distanciamiento rutinario: parques nacionales

### A. Usuarios

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos campamentos.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Utilizar desinfectante de manos en la entrada del sendero y cooperar con la orientación del personal
- Evitar las visitas grupales (senderismo) y minimizar el número de visitantes.
- Formar una sola fila en el lado derecho cuando se camine por un sendero.
- No colocarse de frente al comer y no compartir alimentos.
- Al utilizar instalaciones públicas como refugios y campamentos:
  - Medir la temperatura corporal de acuerdo con las indicaciones del personal antes de entrar (no entrar si está por encima de 37,5 °C).
  - Si se tiene fiebre o síntomas respiratorios después de entrar, no utilizar dichas instalaciones.
  - Si se ha viajado al extranjero en las últimas 2 semanas, no utilizar ni hacer reservas en instalaciones públicas.
  - Turnarse para utilizar las áreas comunes de las instalaciones (baño, ducha, etc.) (minimizar el contacto con otros).
- ❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, alojamientos, campamentos, etc. de las instalaciones.**

### B. Guardaparques / Gestores

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de

- epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
  - Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
  - Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
  - Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
  - Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
  - Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
  - Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
  - Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
  - Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
  - Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

### **1. Organizar el sistema de gestión de COVID-19 y el sistema de cooperación entre instituciones relacionadas**

- Cada oficina debe designar un personal de control epidemiológico que sea responsable de la prevención y gestión del COVID-19.  
*\*Utilizar una lista de verificación interna (para verificar la actividad promocional y la gestión de la higiene ambiental).*
- Establecer sistemas de contacto de emergencia para organizaciones relacionadas (centros de salud pública de municipios, ciudades y distritos y establecimientos de atención médica) para responder si surge un caso sospechoso o si el paciente está bajo investigación.
  - Establecer una línea directa para informar al gobierno local si un visitante presenta fiebre, síntomas respiratorios, etc.

### **2. Promoción para la prevención de infecciones**

- Solicitar a los visitantes que mantengan la distancia (pancartas, paneles electrónicos, anuncios de audio, etc.).
  - En lugares llenos de gente (áreas de descanso, cumbre, etc.): mantenerse a una distancia de 2 m unos de otros, sin quedarse demasiado tiempo y utilizando mascarilla.
  - Ruta de senderismo: mantener una distancia de 2 m y caminar por el lado derecho.

- En espacios públicos (baños, centros de visitantes, etc.): lavarse (o desinfectar) las manos, utilizar mascarilla.
- Anunciar pautas de higiene personal (pancartas, tableros electrónicos, anuncios de audio, etc.).
  - Seguir las pautas de prevención de contagio del COVID-19, como lavarse las manos y toser correctamente.
  - Entrar al parque solo tras utilizar el desinfectante de manos de la entrada del sendero.
- Mostrar pancartas que indiquen los puntos donde verificar la temperatura, asegurar al personal, utilizar una banda promocional y realizar anuncios de audio para que la gente recuerde verificar la temperatura.

### **3. Gestión de higiene ambiental**

- Proporcionar desinfectantes de manos (alcohol > 70%) a la entrada del sendero.
- Proporcionar suficiente jabón de manos (líquido) y toallas de papel en los baños.
- Limpiar, desinfectar y ventilar periódicamente las áreas principales, los espacios multiusos (baños, etc.).
  - El personal que limpia y desinfecta debe utilizar el equipo de protección individual adecuado\*.  
*\*Utilizar guantes desechables, mascarillas de grado médico y una bata de manga larga desechable o un delantal impermeable, gafas o careta.*
  - Desinfectar completamente las superficies que se toquen con frecuencia (manillas de puertas, pasamanos, interruptores, etc.).
  - Limpie con trapos empapados con desinfectante como alcohol (> 70%) o hipoclorito de sodio diluido\* (500-1000ppm).  
*(\*Nota de los traductores: comúnmente conocida como lejía doméstica como clorox).*

### **4. Responder a los visitantes**

- Los empleados deben utilizar mascarilla y mantener una distancia segura de 2 m (o al menos 1 m, formando una sola fila al caminar) cuando tengan que ayudar a los visitantes.
- Seguir a fondo las prácticas de higiene personal (lavarse las manos, utilizar una mascarilla) al regresar a la oficina.
- Fomentar el mantenimiento de la distancia entre personas durante las comidas y los descansos (p.ej: haciendo que todos miren o se sienten en una sola dirección, etc.).

### **5. Funcionamiento y gestión de espacios multiusos como refugios, campamentos y centros de visitantes**

- Prohibir que personas sintomáticas (fiebre, síntomas respiratorios) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días utilicen las instalaciones.
- Al instalar zonas en campamentos o refugios, asegurarse de que los visitantes puedan mantener una distancia de 2m o más (o al menos 1m) entre ellos.
- Evitar que los visitantes se amontonen y permanezcan en áreas públicas (baños, duchas, etc.) durante un período prolongado de tiempo, para ayudar a mantener las distancias entre las personas.
- aconsejar a los visitantes que utilicen mascarilla y prohibir la entrada a lugares cerrados a los visitantes sin mascarilla.

- Ventilar las instalaciones utilizadas por los visitantes al menos dos veces por hora y al menos 2 horas por día, y desinfectar al menos una vez al día.

### III. Actividades de ocio (2. Actividades de ocio, etc.)

## 2-1. Pautas para el distanciamiento rutinario: actividades al aire libre

### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben salir a realizar actividades al aire libre.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

### (Normas específicas)

- Las entradas deben adquirirse por medios telemáticos en lugar de comprarlas en las taquillas del sitio
- Abstenerse de entrar en lugares concurridos.
- Al caminar, mantenerse al lado derecho de la carretera para evitar tropezar con personas que caminen en la dirección opuesta.

## 2-2. Pautas para el distanciamiento rutinario: baños públicos, etc.

### A. Usuarios

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos establecimientos.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Limpiar a menudo, considerando que es una instalación utilizada por muchas personas.
- Cerrar primero la tapa del inodoro y tirar de la cadena tras usarlo en un puesto.
- Desechar los residuos como papel higiénico usado en la taza del inodoro; desechar los productos sanitarios que no se pueden tirar por el inodoro en contenedores sanitarios para mantener limpia el área.

### B. Gerentes

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la

ocupación de la sala.

- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

**Desinfección y otras medidas de control epidemiológico**

- Llevar a cabo medidas de control y desinfección epidemiológicas designando al gerente de los baños públicos como gerente de control de epidemias.

**Delegar dicha tarea, si es posible, en una empresa profesional de desinfección**

- Realizar con frecuencia medidas de control epidemiológico (como desinfección) dentro y fuera de los baños públicos.
- No rociar el desinfectante con un rociador.
- Mojar un paño (toalla) con un desinfectante (alcohol, hipoclorito de sodio diluido † (500 ppm ~ 1000 ppm), etc.) y aplicarlo en todas las áreas que los usuarios utilicen y toquen con frecuencia\*.

*\*Manillas de puertas, interruptores de luz, tapas de inodoros, botones de descarga, lavabos, grifos, secadores de manos, cambiadores de pañales, pasamanos para personas con discapacidad, etc.*

*\*(Nota de los traductores: comúnmente conocida como lejía doméstica como clorox).*

- Repetir la desinfección de un extremo del suelo al otro.
  - No pasar de un área aún no desinfectada a un área desinfectada para que el área desinfectada no se contamine.
- Después de la desinfección, secar el área lo suficiente antes de abrirla al público.
- Colocar un letrero o cinta de seguridad en la entrada para informar a los usuarios que se está limpiando o desinfectando.

**Higiene y gestión de instalaciones**

- Para evitar que la basura se acumule, vaciar con frecuencia la basura y los contenedores sanitarios (colocar un contenedor de basura adicional).
- Limpiar periódicamente y mantener limpios los baños públicos y otros equipos importantes (urinarios, inodoros, lavabos, cambiadores de pañales, secadores de manos, etc.) .
- Verificar y administrar con frecuencia las instalaciones del baño público para asegurarse de que no se rompan y queden desatendidas.

- Para los baños públicos donde los pacientes estaban presentes, desinfectar la instalación según esta guía, y luego determinar cuándo volver a abrir al público según los tipos de desinfectantes utilizados y la necesidad de uso (si hay otros baños públicos cerca, etc.).
  - ❖ Tras la desinfección, a pesar de que el virus muere el día de la desinfección, debe considerarse la toxicidad de los desinfectantes persistentes para determinar cuándo volver a abrir al público.
  
  - **Gestión de las promociones**
  - Promover la gestión activa de la higiene entre los usuarios de los baños públicos.
    - Solicitar a los usuarios que se laven las manos con jabón y agua corriente durante más de 30 segundos, utilicen el inodoro limpiamente, utilicen una mascarilla, y se alineen cada 2 m (o al menos 1 m), cierren la tapa del inodoro antes de tirarle y se abstengan de utilizar la instalación si tienen síntomas sospechosos.
    - Señalizar el suelo para que se pueda mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m).
    - Instalar separadores para evitar la superposición entre las líneas de entrada y salida (si el espacio lo permite).
  - Brindar formación y promoción de la salud al personal de limpieza de los baños públicos.
- \*Evitar la formación colectiva innecesaria y fomentarla a través de documentos**

## 2-3. Pautas para el distanciamiento rutinario: peluquerías y salones de belleza

### A. Usuarios

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos establecimientos.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Cooperar cuando el personal solicite desalojar las instalaciones para su desinfección, limpieza, ventilación o no utilizar dichas instalaciones por razones de historial de viajes internacionales o fiebre / síntomas respiratorios.
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) que haya habilitados en los accesos.

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.

- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- El espacio entre las sillas / camas debe ser de 2 m (o al menos 1 m) o más, o dejar un espacio entre ellos.
- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de todas las personas que entren y salgan.

## 2-4. Pautas para el distanciamiento rutinario: Lugares de baño públicos

### A. Usuarios

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos establecimientos.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Cooperar cuando el personal solicite desalojar las instalaciones para su desinfección, limpieza, ventilación o no utilizar dichas instalaciones por razones de historial de viajes internacionales o fiebre / síntomas respiratorios.
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) que haya habilitados en los accesos.

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable

debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.

- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Ventilar con frecuencia (especialmente los espacios cerrados como las saunas finlandesas).  
*\*El tiempo de desinfección / limpieza / ventilación debe establecerse con antelación y anunciarse públicamente.*
- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de todas las personas que entren y salgan.

## 2-5. Pautas para el distanciamiento rutinario: bibliotecas

### A. Usuarios

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos establecimientos.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Evitar las aglomeraciones en espacios multiusos, como cafeterías y bares de tapas.
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) que haya habilitados en los accesos.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable

debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.

- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Evitar las aglomeraciones estableciendo un límite en el número de usuarios por hora o permitiendo el acceso a instalaciones limitadas.
- Preparar el equipo y la formación necesarias para ofrecer servicios en línea.
- Reducir al mínimo el contacto cara a cara entre los empleados escalonando las pausas para el almuerzo, etc.
- Minimizar grandes eventos públicos y actividades grupales.
- Abstenerse de realizar cursos y eventos. Cuando sea imprescindible realizarlos, implementar un protocolo para mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m), como ajustando el espacio entre escritorios a 2 m de distancia.
- Asegurarse de que los empleados utilicen dispositivos personales cuando usen dispositivos electrónicos como portátiles y tablets.
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- Colocar los asientos en zigzag para asegurar que el asiento delantero y el siguiente asiento adyacente estén vacíos; o instalar divisiones transparentes entre asientos.
- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de todas las personas que entren y salgan.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

## 2-6. Pautas para el distanciamiento rutinario: Salas de rendimiento

### A. Usuarios / Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos establecimientos.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Las entradas deben adquirirse con antelación y por medios telemáticos, siempre que sea posible.
- Llegar antes de la hora y entrar con calma.
- Evitar las aglomeraciones en espacios multiusos, como cafeterías y bares de tapas.
- Realizar reserva previa y sentarse en zigzag intercalando asientos vacíos.
- Utilizar mascarilla dentro de la sala de espectáculos y evitar comer.
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) que haya habilitados en los accesos.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.

- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Los empleados de la taquilla deben desinfectarse las manos con frecuencia; y si utilizan guantes, deben reemplazarlos regularmente.
- Mantener la distancia máxima entre el escenario y la audiencia (o al menos 2 m).
- Ventilar tras cada actuación y desinfectar el auditorio y las instalaciones del escenario.
- Colocar pañuelos de papel y cubos de basura con tapa en cada entrada y dentro del establecimiento
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- Solicitar a los visitantes que entren con calma para evitar el hacinamiento.
- En lugares de paso o donde se formen colas, señalar con pegatinas en el suelo, para ayudar a los usuarios a mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) de los demás.
- Gestionar los espacios multiusos, como cafeterías y tiendas para evitar las aglomeraciones.
- Permitir la reserva previa y solicitar que los asientos se reserven en zigzag para asegurarse de dejar un asiento vacío entre los asientos ocupados.
- Solicitar a los visitantes que utilicen mascarillas dentro de la sala de espectáculos y se abstengan de comer.
- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de todas las personas que entren y salgan.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

## 2-7. Pautas para el distanciamiento rutinario: salas de cine

### A. Usuarios / Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilizar una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Las entradas deben adquirirse con antelación y por medios telemáticos, siempre que sea posible.
- Llegar antes de la hora y entrar con calma.
- Evitar las aglomeraciones en espacios multiusos, como cafeterías y bares de tapas.
- Realizar reserva previa y sentarse en zigzag intercalando asientos vacíos.
- Utilizar mascarilla dentro de la sala de espectáculos y evitar comer.
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) que haya habilitados en los accesos.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.

- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Los empleados de la taquilla deben desinfectarse las manos con frecuencia; y si utilizan guantes, deben reemplazarlos regularmente.
- Tras la proyección, asegurarse de que haya suficiente ventilación y desinfección de las superficies que se toquen con frecuencia, como los reposabrazos de los asientos.
- Abstenerse de ofrecer eventos para un público numeroso.
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- Solicitar a los visitantes que entren con calma para evitar el hacinamiento.
- En lugares de paso o donde se formen colas, señalar con pegatinas en el suelo, para ayudar a los usuarios a mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) de los demás.
- Gestionar los espacios multiusos, como cafeterías y tiendas para evitar las aglomeraciones.
- Habilitar un sistema de reservas y acomodar a los clientes de modo que se sienten en zigzag intercalando asientos libres.
- Solicitar a los visitantes que utilicen mascarilla dentro de la sala de espectáculos y se abstengan de comer.
- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de todas las personas que entren y salgan.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

## 2-8. Pautas para el distanciamiento rutinario: museos y galerías de arte

### A. Usuarios / Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilice una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) de los demás, al acudir a galerías de arte, moverse entre galerías, hacer cola, etc.
- Evitar las aglomeraciones en espacios multiusos, como cafeterías y bares de tapas.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable

debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.

- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Preparar el equipo y la formación necesarias para ofrecer servicios en línea.
- Proporcionar pautas para que el personal evite el contacto físico con los visitantes y mantenga una distancia de 2 m (o al menos 1 m) de los visitantes.
- Colocar pañuelos de papel y cubos de basura con tapa en cada entrada y dentro del establecimiento
- Abstenerse de realizar sesiones educativas y eventos públicos.
- Asegurarse de que los empleados utilicen dispositivos personales cuando usen dispositivos electrónicos como portátiles y tablets.
- Escalonar los bloques de tiempo de acceso a áreas de uso común como la sala de personal y el vestuario
- Preparar un área para poner en cuarentena a cualquier visitante o miembro del personal; establecer protocolos de emergencia en caso de tener casos sospechosos.
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- Evitar el hacinamiento mediante la venta anticipada de entradas, etc. que pueden ayudar a alternar los horarios de visita para un número limitado de visitantes.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

## 2-9. Pautas para el distanciamiento rutinario: parques de béisbol y campos de fútbol

### A. Usuarios / Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilice una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Las entradas deben adquirirse con antelación y por medios telemáticos, siempre que sea posible.
- Abstenerse de reunirse y comer dentro del estadio.
- Asegurarse de utilizar solo artículos personales, al utilizar equipo deportivo, equipo de porristas, ropa deportiva, toallas, etc.
- Abstenerse de utilizar instalaciones públicas como vestuarios y duchas.
- Realizar reserva previa y sentarse en zigzag intercalando asientos vacíos.

- ❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**
- ❖ **Adoptar pautas similares en las instalaciones deportivas que también permitan audiencia**

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y

causar baja por enfermedad.

- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Si los atletas se alojan en residencias de equipo, realizar controles frecuentes de fiebre y una encuesta para detectar síntomas.
  - Proporcionar un espacio separado para poner en cuarentena a los usuarios y empleados que desarrollen síntomas.
  - Desinfectar a fondo las instalaciones comunitarias de alto contacto, como baños, dentro y fuera del estadio, vestuarios y alojamientos para equipos.
  - Proporcionar formación continua y comunicaciones públicas (vallas publicitarias, ujieres / guías capacitados, etc.) sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
  - Fomentar las reservas anticipadas en lugar de la compra de entradas en el sitio; separar los tiempos de entrada y salida por área / sección, y tomar medidas para evitar el hacinamiento en las áreas comunales mediante la gestión del flujo de visitantes, etc.
  - Limitar los actos y eventos que promuevan el contacto entre personas (incluidos los choques esos cinco, las sesiones de autógrafos y los apretones de manos).
  - Colocar pañuelos desechables y cubos de basura con tapa en toda la instalación para que los pañuelos de papel utilizados para toser o estornudar puedan eliminarse sin dejar rastro.
  - Realizar reserva previa y sentarse en zigzag intercalando asientos vacíos.
- ❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**
- ❖ **Adoptar pautas similares en las instalaciones deportivas que también permitan audiencia**

## 2-10. Pautas para el distanciamiento rutinario: karaokes

### A. Usuarios / Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilice una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Mantener siempre los micrófonos cubiertos y utilizar un micrófono personal si está disponible.
- Las personas del grupo de alto riesgo\* deben abstenerse de acudir a la instalación. Si su presencia es inevitable, indicarles que utilicen una mascarilla.  
*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o personas con enfermedades crónicas.*
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) y mantener un registro de visitantes en la entrada.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. de las instalaciones**

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.

- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, micrófonos, mandos de control remoto, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Colocar pañuelos de papel y cubos de basura con tapa en cada entrada y dentro del establecimiento
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- Asegurarse de disponer de la cantidad suficiente de cubiertas de micrófono.
- Gestionar la cantidad de visitantes en espacios interiores como cafeterías y quioscos para evitar el hacinamiento.
- Recomendar a las personas del grupo de alto riesgo\* que se abstengan de acudir a la instalación. Si su presencia es inevitable, indicarles que utilicen una mascarilla.  
*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o personas con enfermedades crónicas.*
- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de todas las personas que entren y salgan.
- Proporcionar, si es posible, un registro de visitantes y solicitar a los visitantes que lo cumplimenten.

❖ **Adoptar pautas similares en las cafeterías, restaurantes, etc. dentro de las instalaciones**

## 2-11. Pautas para el distanciamiento rutinario: instalaciones deportivas interiores

### A. Usuarios / Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilice una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Utilizar solo ropa deportiva, toallas y equipación deportiva portátil personal.
- Evitar la utilización de instalaciones públicas como vestuarios y duchas.
- Limpiar la superficie de las máquinas de ejercicio tras su uso con productos desinfectantes suministrados por la instalación.
- Las personas del grupo de alto riesgo\* deben abstenerse de acudir a la instalación. Si su presencia es inevitable, indicarles que utilicen una mascarilla.  
*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o personas con enfermedades crónicas.*
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) y mantener un registro de visitantes en la entrada.

❖ **Adoptar pautas similares en instalaciones deportivas al aire libre**

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan

síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.

- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Indicar a todos los entrenadores, instructores y usuarios que utilicen mascarillas y se abstengan de contacto físico.
  - Recomendar a los visitantes que utilicen ropa deportiva, toallas y equipo de ejercicio portátil personal y desinfecten completamente cualquier equipo compartido.
  - Desinfectar completamente las superficies en instalaciones compartidas, como vestuarios, duchas y áreas de descanso.
  - Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
  - Gestionar el número de visitantes para mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre visitantes.
  - Gestionar la cantidad de personas que utilizan instalaciones auxiliares como vestuarios, duchas y salas de espera para evitar el hacinamiento.
  - Indicar a todos que utilicen mascarillas y desinfecten las superficies al subir o bajar de un vehículo que transporte niños.
  - Abstenerse de realizar programas de ejercicios grupales (Zumba, Tae Bo, spinning, etc.) con clases numerosas en lugares cerrados; y de realizarse, cumplir con los esfuerzos de control manteniendo una distancia de 2 m, etc.
  - Recomendar a las personas del grupo de alto riesgo\* que se abstengan de acudir a la instalación. Si su presencia es inevitable, indicarles que utilicen una mascarilla.
- \*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o personas con enfermedades crónicas.*
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas

respiratorios) y cumplimentar el registro de visitantes de la entrada.

❖ **Adoptar pautas similares en instalaciones deportivas al aire libre**

## 2-12. Pautas para el distanciamiento rutinario: Cibercafés

### A. Usuarios / Visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilice una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Dejar un asiento vacío entre clientes.
- Recomendar a las personas del grupo de alto riesgo\* que se abstengan de acudir a la instalación. Si su presencia es inevitable, indicarles que utilicen una mascarilla.  
*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o personas con enfermedades crónicas.*
- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) y mantener un registro de visitantes en la entrada.

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.
- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.

- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar los objetos de uso público (manillas de las puertas, etc.) y las superficies al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente (usuario).
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Colocar pañuelos de papel y cubos de basura con tapa en cada entrada y dentro del establecimiento.
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- Solicitar a los usuarios que dejen un asiento vacío entre ellos.
- Recomendar a las personas del grupo de alto riesgo\* que se abstengan de acudir a la instalación. Si su presencia es inevitable, indicarles que utilicen una mascarilla.  
*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o personas con enfermedades crónicas.*
- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de todas las personas que entren y salgan
- Tener, si es posible, un registro de visitantes y solicitar a los visitantes que lo cumplimenten.

## 2-13. Pautas para el distanciamiento rutinario: establecimientos de vida nocturna

### A. Usuarios / visitantes

#### (Normas generales)

- Las personas que tengan fiebre o síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, etc.) o que hayan viajado al extranjero en los últimos 14 días no deben acudir a dichos lugares.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Lavarse las manos con agua corriente y jabón durante al menos 30 segundos, o desinfectarlas con desinfectante de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo o una manga.
- Evitar actividades que provoquen la propagación de gotas respiratorias (cantar, gritar, etc.) o el contacto físico con otras personas (apretones de manos, abrazos, etc.).
- Utilizar una mascarilla en las instalaciones públicas interiores.
- Si no puede mantener una distancia de 2 m al aire libre, utilice una mascarilla.

#### (Normas específicas)

- Minimizar el tiempo que se pasa en bares / clubes / otros establecimientos de vida nocturna.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre las mesas, o sentarse lo más alejado posible de otras personas que no estén en la misma fiesta.
- Intentar sentarse sin mirar uno al otro, mirando la misma dirección lo máximo posible.
- Abstenerse de hablar mientras se come.
- Utilizar platos separados para comer.
- No compartir bebidas.
- El grupo de alto riesgo\* debe abstenerse de utilizar el establecimiento o utilizar mascarillas si su presencia es inevitable.

*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o con enfermedades crónicas.*

- Someterse a los controles epidemiológicos, como la verificación de síntomas (fiebre, síntomas respiratorios) y mantener un registro de visitantes a la entrada.

### B. Gerentes / Empleados

#### (Normas generales)

- Establecer un sistema de cooperación para el control epidemiológico designando personal de control de epidemias y asegurando una red de contactos de personal designado por el Centro de Salud Pública.

- Si más de 2-3 personas presentan síntomas en 3-4 días en el mismo departamento, área o espacio donde haya contacto cercano, facilitarles la realización de la prueba del COVID-19. Si más personas desarrollan síntomas, informar sobre la posibilidad de contagio en grupo al centro local de salud pública.
- Los empleados que tengan fiebre o síntomas respiratorios deben dejar de acudir a su puesto de trabajo y causar baja por enfermedad.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre personas.
- Proporcionar instalaciones para lavarse las manos o desinfectante de manos; publicar avisos sobre el cumplimiento del lavado de manos y la manera correcta de toser.
- Si hay opción de ventilación natural, mantener las ventanas abiertas en todo momento. Si no es viable debido al uso de aire acondicionado, ventilar al menos dos veces al día, en función del espacio y la ocupación de la sala.
- Desinfectar las superficies en las que se haya mayor contacto (manillas de las puertas, mesas, sillas, etc.) al menos una vez al día.
- Utilizar una mascarilla cuando se trate directamente con un cliente.
- Desaconsejar la visita de cualquier persona que tenga fiebre o síntomas respiratorios, o que haya viajado al extranjero en los últimos 14 días.
- Aconsejar el uso de una mascarilla en los establecimientos públicos interiores.
- Para aquellos que no puedan mantener una distancia de 2 m al aire libre, aconsejar el uso de una mascarilla.

(Normas específicas)

- Evitar las interacciones cara a cara con los clientes instalando dispositivos para evitar el contacto o bien divisiones transparentes en las cajas registradoras.
- Mantener una distancia de 2 m (o al menos 1 m) entre las mesas o bien tomar otras medidas, como la instalación de divisiones entre las mesas o la restricción del uso de algunas mesas.
- Colocar las sillas en una sola dirección o bien en formación de zig-zag para evitar que estén unas frente a otras.
- Abstenerse de realizar eventos a gran escala.
- Brindar formación continua al personal sobre la necesidad de prácticas de higiene personal y distanciamiento rutinario.
- Si se producen colas de espera, utilizar tickets numerados o solicitar a los clientes en espera que mantengan una distancia de 1 m entre ellos.
- Proporcione platos, cucharas, pinzas, etc. individuales para cada cliente.
- Si el establecimiento está equipado con un karaoke, reemplazar la cubierta del micrófono cada vez que se utilice.
- Recomendar a las personas del grupo de alto riesgo\* que se abstengan de acudir a la instalación. Si su presencia es inevitable, indicarles que utilicen una mascarilla.  
*\*mujeres embarazadas, personas mayores de 65 años y/o con enfermedades crónicas.*
- Verificar los síntomas (fiebre, síntomas respiratorios, etc.) de las personas a la entrada del

establecimiento.

- Proporcionar un registro de visitantes e indicar a los visitantes que lo cumplimenten tanto como sea posible.

## Descargo de responsabilidad

El documento original fue desarrollado por el gobierno de Corea del Sur y ha sido traducido del inglés al español por el grupo de voluntarios enumerados a continuación.

Utilice esta información bajo su propio riesgo. COVID Translate Project (en adelante, "el Proyecto") es una organización sin personería jurídica ni ánimo de lucro que consta de un grupo de voluntarios de todo el mundo. El objetivo del Proyecto es tan solo traducir las Pautas del Coronavirus publicadas por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Corea (en adelante "KCDC") al inglés y otros idiomas, sin corroborar al hacerlo, la confiabilidad, integridad, oportunidad, precisión o efectividad del documento original publicado por el KCDC.

El Proyecto ha intentado proporcionar una traducción precisa del material original en coreano, pero debido a los matices en la traducción al idioma inglés, pueden existir ligeras diferencias. Algunas instrucciones incluidas allí pueden no funcionar como se espera cuando se aplican fuera de Corea del Sur. LOS MATERIALES TRADUCIDOS SE PROPORCIONAN "TAL CUAL" Y SIN GARANTÍA DE NINGÚN TIPO, EXPRESA O IMPLÍCITA.

En ningún caso el Proyecto o cualquier miembro, gerentes, voluntarios, participantes, contribuyentes, asistentes del mismo, o cualquier otra persona asociada con el Proyecto será responsable ante usted o cualquier otra persona por daños directos, especiales, incidentales, indirectos o consecuentes de cualquier tipo, o cualquier tipo de daños, incluidos, entre otros, daños físicos / emocionales / económicos, pérdida de ganancias, pérdida de uso, ahorros o ingresos, o reclamos de terceros, sin importar los motivos y cualquier teoría de responsabilidad, que surja de en relación con la posesión, uso o ejecución de esta traducción. Si desea informar un error de traducción o discrepancia, contáctenos en (covidtranslate@gmail.com).

### Anexo:

Nº Emergencias médicas de países de habla hispana por orden alfabético:	
Argentina	107
Bolivia	911
Chile	131
Colombia	123
Costa Rica	911
Cuba	104
Ecuador	123
El Salvador	132
España	112
Guatemala	911
Guinea Ecuatorial	112
Honduras	911

México	911
Nicaragua	128
Panamá	911
Paraguay	141
Perú	911
Puerto Rico	911
República Dominicana	911
Uruguay	911
Venezuela	911

## Colaboradores

Penny Martínez  
Sebastian Betti  
Claudia Zingrillo  
Almudena Torrecilla  
Elisabetta Serratore  
Zohar Levy  
Leandro Avalos  
Cindy López