

VERSIÓN ACTUALIZADA EL 27.04.2020

COVID-19 Y ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS

10 RECOMENDACIONES PARA
LA PREVENCIÓN Y MITIGACIÓN
DEL RIESGO

En colaboración con





El presente documento tiene por objeto ofrecer algunas recomendaciones sobre los procedimientos correctos de mitigación de riesgos para la emergencia de COVID-19. Los operadores de buceo tendrán que esperar hasta que las autoridades nacionales, regionales y/o locales permitan la reanudación de las actividades de buceo y dicten las normas acerca del comportamiento correcto a seguir.

Será necesario respetar también las medidas dictadas por las autoridades administrativas competentes, por ejemplo, Capitanías marítimas y otras.

ATENCIÓN

La situación epidemiológica y legislativa en esta área está en constante evolución, Y este documento podrá, por lo tanto, sufrir modificaciones y actualizaciones.

ÍNDICE

1	¿QUÉ TIPO DE MEDIDAS ADOPTAR PARA LA SEGURIDAD DE LOS CLIENTES Y EL PERSONAL?	1
2	¿CÓMO GESTIONAR ADECUADAMENTE LAS OPERACIONES DE DESINFECCIÓN?	4
3	¿CÓMO EFECTUAR LA CORRECTA GESTIÓN DE LOS EQUIPOS DE ALQUILER?	7
4	¿CÓMO REALIZAR ADECUADAMENTE EL ENJUAGUE DE LOS EQUIPOS?	9
5	¿QUÉ MEDIDAS ADOPTAR EN LAS EMBARCACIONES DE BUCEO?	10
6	¿CÓMO REALIZAR CORRECTAMENTE EL CONTROL ENTRE COMPAÑEROS Y COMPARTIR EL GAS EN CASO DE EMERGENCIA?	12
7	¿CÓMO RECARGAR ADECUADAMENTE LAS BOTELLAS DE BUCEO?	13
8	PRIMEROS AUXILIOS Y RCP: ¿QUÉ HACER?	15
9	¿EL VIRUS PERMANECE ACTIVO EN EL AGUA?	17
10	¿NECESITAMOS ACTUALIZAR LOS PROCEDIMIENTOS OPERATIVOS Y LOS PLANES DE EMERGENCIA?	18



¿QUÉ TIPO DE MEDIDAS ADOPTAR PARA LA SEGURIDAD DE LOS CLIENTES Y EL PERSONAL?

- RECEPCIÓN
- DISTANCIA DE SEGURIDAD
- VESTUARIOS
- HIGIENE PERSONAL
- USO DE LOS EPI
(EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL)



¿QUÉ TIPO DE MEDIDAS ADOPTAR PARA LA SEGURIDAD DE LOS CLIENTES Y EL PERSONAL?



1.1 RECEPCIÓN

Se debe recordar a los clientes que no acudan al Centro de Buceo si tienen síntomas relacionados con la infección de COVID-19. Además, es aconsejable negar el acceso a los acompañantes no buceadores, para reducir los grupos.

El personal presente en el local debe ser el estrictamente necesario para llevar a cabo las actividades. Las medidas preventivas adoptadas deben exponerse en letreros públicos y hacerse claramente visibles. Para más información, por favor, consulte el modelo de **Aviso Público a los Clientes** (anexo 1).

Antes de visitar el Centro de Buceo, se recomienda llenar los formularios necesarios a distancia/en línea. Si esto no es posible, compruebe que el cliente sigue los procedimientos correctos de higiene personal antes de completar los documentos.

En lo que respecta a los métodos de pago de los servicios por parte de los clientes, es preferible utilizar los métodos en línea (transferencia bancaria, Paypal o similares) o las tarjetas de crédito, en lugar de utilizar dinero en efectivo.

1.2 DISTANCIA DE SEGURIDAD

Se recomienda que las personas estén separadas por lo menos un metro entre sí, en todos los locales del centro de buceo, incluidas las aulas y los vestuarios. En las zonas comunes, puede ser útil marcar la distancia entre las personas en los pisos, por ejemplo, utilizando cinta adhesiva visible.

Al determinar la distancia correcta, tenga en cuenta las indicaciones de las autoridades locales competentes, que pueden variar.

1.3 VESTUARIOS

Los vestuarios pueden estar entre las áreas de mayor riesgo de infección. Todos los artículos personales de los clientes, incluyendo ropa, toallas o albornoces, deben ser almacenados de tal manera que se evite el contacto con superficies comunes. Si se almacenan en armarios, deben ser desinfectados después de cada uso. Alternativamente, se puede alentar a los clientes a que guarden sus artículos en contenedores especiales (bolsas, cajas o cofres, bolsas de lona, etc.), tirados en el suelo o en bancos, bien separados.

Si el Centro de Buceo los proporciona, estos contenedores deben ser debidamente desinfectados después de cada uso.

1.4 HIGIENE PERSONAL

El nuevo coronavirus (SARS-CoV-2) es un virus respiratorio que se propaga principalmente por contacto con las gotas de saliva de las personas infectadas, por ejemplo, cuando estornudan, tosen o se suenan la nariz.

Las medidas de higiene personal correctas incluyen:

- ✓ Lavarse las manos frecuentemente y por lo menos durante 20 segundos.
- ✓ Mantener tu distancia, evitar el contacto directo con otras personas
- ✓ Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- ✓ Higiene de las vías respiratorias

A este respecto, el Centro de Buceo debe proporcionar productos desinfectantes para las manos o instalaciones adecuadas para lavarse las manos, según lo recomendado.

1.5 USO DE LOS EPI (Equipos de Protección Individual)

MASCARILLAS

La [OMS](#) (Organización Mundial de la Salud) aconseja el uso de mascarillas si se tose, estornuda o se cuida a personas enfermas. Sin embargo, es prudente exigir a todo el personal de los del Centro de Buceo que lleven una máscara. En cualquier caso, siga las instrucciones de las autoridades locales a este respecto. El uso de máscaras es de particular importancia para el personal, que pasa más tiempo en contacto con los clientes y con frecuencia maneja objetos y equipos en el Centro de Buceo.

¿Qué máscaras elegir? Hay principalmente tres tipos y la elección depende de su uso:

- ✓ Las **máscaras quirúrgicas** (llamadas máscaras altruistas) reducen la posibilidad de que una persona infectada difunda gotas, pero no protegen a la persona que las lleva puestas. Sólo ofrecen una protección adecuada si, en un determinado ambiente, todos las usan.
- ✓ Las **máscaras con filtro** FFP2, KN95 y FFP3 son verdaderos equipos de protección personal y, si se ajustan perfectamente, protegen tanto a los demás como al usuario porque bloquean hasta el 99% de las partículas infectadas.
- ✓ **Atención:** algunas máscaras FFP2, KN95 y FFP3 tienen una **válvula** visible, que no es un filtro, pero facilita la exhalación. Se llaman egoístas porque protegen sólo al portador, pero no a otras personas y al medio ambiente. Sólo se utilizan en la atención sanitaria, en las salas donde se hospitalizan los casos infectados. Por lo tanto, no se recomienda su uso en centros de buceo.

Antes de usar la máscara, las manos deben ser desinfectadas. La máscara no debe tocarse mientras se lleva puesta, debe quitarse por la espalda y finalmente se debe tirar en contenedores cerrados.

Para más detalles, vea la infografía **Cómo ponerse, usar, quitar y desechar una mascarilla protectora** (anexo 2)



1.5 USO DE LOS EPI (Equipos de Protección Individual)

GUANTES

Los guantes desechables (por ejemplo, los guantes de látex) sólo protegen las manos del usuario. Pueden ser útiles para quienes manipulan materiales y equipo, pero no protegen el medio ambiente ni a otras personas de la contaminación. Antes de usarlos, compruebe su integridad y desinféctelos regularmente mientras los usa. Después de su uso, deben retirarse y eliminarse en contenedores cerrados, evitando el contacto de la piel con el exterior del guante.

Para más detalles, por favor consulte la Guía Infografía Práctica para el **Directrices sobre los guantes protectores de un solo uso** (anexo 3) 



¿CÓMO GESTIONAR ADECUADAMENTE LAS OPERACIONES DE DESINFECCIÓN?

- SUPERFÍCIES
- EQUIPO DE BUCEO



¿CÓMO GESTIONAR ADECUADAMENTE LAS OPERACIONES DE DESINFECCIÓN?

Los estudios sobre el Coronavirus han demostrado que su infectividad puede ser reducida por el calor, la luz ultravioleta y las condiciones ácidas o alcalinas. Para desinfectar las superficies y neutralizar el virus, se pueden utilizar productos de consumo como los que se utilizan para la limpieza del hogar.

2.1 SUPERFÍCIES

No está claro cuánto tiempo puede sobrevivir el virus en las superficies, pero la información preliminar sugiere que puede sobrevivir durante mucho tiempo. Por lo tanto, es necesario limpiar todas las superficies y desinfectarlas con frecuencia, especialmente las que han sido tocadas directamente por varias personas: pomos de puertas y ventanas, interruptores de luz, griferías, teclados, etc. Puede ser práctico crear una lista de todos los espacios y de las superficies a desinfectar.

Entre los productos útiles para eliminar el virus están tanto los desinfectantes a base de **alcohol**, con un porcentaje de alcohol (etanol/alcohol etílico) al 75%, como los productos basados en **hipoclorito sódico** (lejía).

El porcentaje de hipoclorito de sodio capaz de eliminar el virus sin causar la irritación del sistema respiratorio es del **0,1%** en la mayoría de las superficies. Para **los inodoros** (WC, ducha, lavabos) se puede utilizar un porcentaje más alto: **0,5%**.

ATENCIÓN

Se requiere un cuidado especial cuando se utilizan desinfectantes a base de alcohol, incluyendo soluciones hidroalcohólicas para las manos. Incluso la más mínima presencia de alcohol, una sustancia altamente volátil e inflamable incluso a temperaturas relativamente bajas, puede causar un incendio o una explosión. Evite el contacto directo o indirecto con el equipo, las botellas o los latiguillos de llenado, utilizados para rellenar con nitrox. Siempre que sea posible, prefiera la higienización de las manos simplemente con agua y jabón.

Los locales del Centro de Buceo deben ser desinfectados diariamente. Las salas comunes, como los vestuarios, deben ser desinfectadas después de cada uso por parte de diferentes personas.

Para obtener información general sobre la limpieza y la desinfección, consulte los sitios web de la [OMS](#) y del [Ministerio de Salud](#).

2.2 EQUIPO DE BUCEO

PREMISA

No se han realizado pruebas específicas sobre la permanencia del virus en el equipo de buceo y su penetración en las partes más internas. Por lo tanto, también para el equipo de buceo se recomienda el uso de desinfectantes de eficacia probada en neutralizar el virus. Algunos productos, como los compuestos de amonio cuaternario, son eficaces y muy compatibles con los materiales típicos de los equipos de buceo (caucho, neopreno, plásticos, metal, etc.), pero difíciles de encontrar y perjudiciales para el medio ambiente marino. Otros productos, como el hipoclorito de sodio, son más fáciles de encontrar y más convenientes, pero deben utilizarse respetando estrictamente las instrucciones y precauciones de uso. También hay productos más caros (EW80, Virkon S, Ecosterix H2O,...), comúnmente usados en el buceo.

En los Estados Unidos, la Agencia de Protección Ambiental (EPA) proporciona una [lista](#) de desinfectantes eficaces contra el virus del SARS-CoV-2. En Europa, la ECDC (European Centro de Prevención y Control de Enfermedades) ha publicado [directrices](#).

Cualquiera que sea la sustancia activa elegida o el método de desinfección, es de máxima importancia que se haya comprobado su eficacia contra el nuevo coronavirus.

HIPOCLORITO DE SODIO

Entre los productos capaces de eliminar el virus se encuentra la **lejía común** o **blanqueador**, comercializado por diferentes marcas y que tiene porcentajes variables (5-10%) de su ingrediente activo, el **hipoclorito sódico**. Por lo tanto, es necesario leer bien la etiqueta del producto, comprobar el porcentaje presente y luego diluirlo en agua, a la medida correcta.

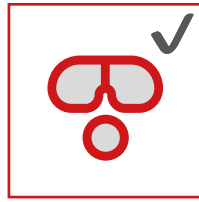
Estudios científicos recientes (1) sugieren una dilución de **1:50** de lejía con el **5%** de hipoclorito de sodio (concentración de **0,1%** o **1.000 ppm** de la sustancia activa), con inmersión de los objetos durante, al menos, **5 minutos**.

Ejemplo práctico de dilución del producto en agua, para obtener 5 litros de solución con el **0,1%** del principio activo:

- ✓ Lejía con el 5% de hipoclorito sódico // 100 ml de producto en 4900 ml de agua, o
- ✓ Lejía con el 10% de hipoclorito de sodio // 50 ml de producto en 4950 ml de agua.

Precauciones de uso:

- ✓ Realizar las operaciones con guantes, máscara y protección ocular.
- ✓ Mezclar soluciones en áreas bien ventiladas.
- ✓ Mezclar con el agua fría, ya que el agua caliente daña el ingrediente activo.
- ✓ Nunca mezcle la lejía con otros productos.
- ✓ Evite rociaduras y salpicaduras durante la limpieza.
- ✓ Enjuague con abundante agua corriente y deje secar antes de usar.



¿CÓMO EFECTUAR LA CORRECTA GESTIÓN DE LOS EQUIPOS DE ALQUILER?

- RECOMENDACIONES
- ¿DEBERÍAN REEMPLAZARSE LAS BOQUILLAS DE LAS 2^{as} ETAPAS DESPUÉS DE CADA USO?



¿CÓMO EFECTUAR LA CORRECTA GESTIÓN DE LOS EQUIPOS DE ALQUILER?



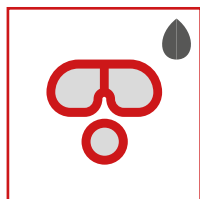
3.1 RECOMENDACIONES

El alquiler del equipo es una de las cuestiones más delicadas, sobre todo desde el punto de vista de la responsabilidad de quienes administran el Centro de Buceo. Aquí hay algunas recomendaciones:

- ✓ El equipo alquilado debe ser desinfectado como se indica, después de cada uso, con especial atención a los reguladores, el chaleco, los tubos y las máscaras.
- ✓ Mantenga las áreas de devolución del equipo usado separadas de aquellas en las que se guarda el equipo ya desinfectado.
- ✓ Prohibir el acceso a los clientes en el área donde se guarda el equipo ya desinfectado. Entregarlo directamente a los clientes.
- ✓ Transportar el equipo alquilado en contenedores individuales y marcados con el nombre del cliente y para ser desinfectado después de su uso.
- ✓ Una vez desinfectado, transportar el equipo de forma segura, por ejemplo protegiendo la máscara, los reguladores y los snorkels dentro de bolsas protectoras, cerradas, que se quitarán justo antes del montaje final del equipo.
- ✓ Recordar a los clientes y al personal que se desinfecten las manos antes de tocar las griferías, las botellas y las conexiones de las 1^{as} etapas durante el montaje y desmontaje.

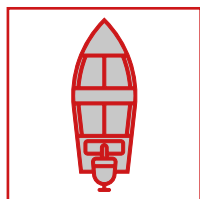
3.2 ¿DEBERÍAN REEMPLAZARSE LAS BOQUILLAS DE LAS 2^{as} ETAPAS DESPUÉS DE CADA USO?

Aunque los clientes lo perciban como sinónimo de atención y buen servicio, puede que no sea suficiente para prevenir la contaminación. Un usuario infectado contaminaría no sólo la boquilla, sino toda la segunda etapa. Para ello es necesario, en cualquier caso, desinfectar todos los componentes del regulador, incluso si se sustituye la boquilla.



¿CÓMO REALIZAR ADECUADAMENTE EL ENJUAGUE DE LOS EQUIPOS?

No utilice tanques comunes para enjuagar el equipo después de la inmersión. El equipo alquilado debe ser lavado y desinfectado por el Centro de buceo. Si el Centro no dispone de las instalaciones necesarias para permitir el enjuague individual con agua corriente, el equipo del cliente debe enjuagarse independientemente y no en el Centro de Buceo. Si se dispone de instalaciones para el lavado del equipo húmedo, debe garantizarse el espacio correcto entre los equipos y debe recordarse a los clientes que deben volver a esterilizar el equipo antes de cada uso.



¿QUÉ MEDIDAS ADOPTAR EN LAS EMBARCACIONES DE BUCEO?

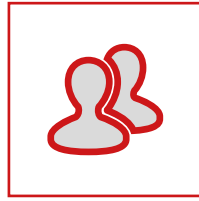


QUALI MISURE ADOTTARE SU BARCHE E GOMMONI DA IMMERSIONE?



El uso de barcos y neumáticas debe ser gestionado con mucho cuidado: es cuando las personas corren el riesgo de entrar en contacto más cercano con los demás. Deben seguirse las normas indicadas por las autoridades competentes. Algunas recomendaciones generales:

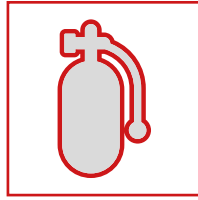
- ✓ Incluso en los barcos, debe asegurarse el respetar la distancia de, al menos, un metro entre las personas, tanto clientes como personal.
- ✓ Evitar embarcar personas no necesarias ni materiales no esenciales para la seguridad y las operaciones de buceo.
- ✓ Cargar los equipos ya montados.
- ✓ El personal que manipula los materiales y los equipos, debe usar guantes y mascarilla.
- ✓ Llevar de forma segura máscaras, snorkels y los reguladores (ya montados) protegidos con bolsas protectoras, que se quitarán justo antes de usarse.
- ✓ No utilice cubos para enjuagar las máscaras y desaconseje el uso de la saliva para desempañar la máscara. Recomendar el uso de productos especiales para evitar que se empañen y enjuagar la máscara en aguas abiertas.
- ✓ Incluso si se respetan las reglas de espaciamiento, mientras el barco está en movimiento, y debido al viento, las gotas podrían llegar más lejos. Por lo tanto, todos los pasajeros deben usar mascarilla, recordando no tocar el equipo de las otras personas.
- ✓ Disponga de sistemas de desinfección de manos, a bordo.
- ✓ Mantener la separación, incluso durante los procedimientos de entrada y salida del agua y evitar el montaje del equipo en la superficie. Puede ser difícil en presencia de corriente: recuerde usar cabos auxiliares.



¿CÓMO REALIZAR CORRECTAMENTE EL CONTROL ENTRE COMPAÑEROS Y COMPARTIR EL GAS EN CASO DE EMERGENCIA?

El distanciamiento social también debe respetarse en relación con estas operaciones:

- Buddy Check: Evitar tocar el equipo de otros buceadores, en particular los que están en contacto cercano con la cara y la boca del buceador. Recomendar a buzos para realizar un control visual del compañero con auto demostración y confirmación verbal.
- Compartir el gas en caso de emergencia: recomendamos para usar una fuente de aire alternativa, adecuadamente desinfectado antes de la inmersión, evitando donar el dispensador del que estás respirando. Siempre mantenga cuenta de las directrices de la organización educativa a la que pertenece hace referencia.



¿CÓMO RECARGAR ADECUADAMENTE LAS BOTELLAS DE BUCEO?

- USO DEL COMPRESOR Y PROCEDIMIENTOS DE CARGA
- ESTACIÓN DE CARGA



¿CÓMO RECARGAR ADECUADAMENTE LAS BOTELLAS DE BUCEO?

7.1 USO DEL COMPRESOR Y PROCEDIMIENTOS DE CARGA

Teóricamente, el virus podría entrar en el compresor a través de las tomas de aire y no ser filtrado. Sin embargo, se ha demostrado que el virus es sensible a las altas temperaturas. La temperatura en el interior de un compresor puede alcanzar los 120°C, un límite que está muy por encima del umbral de resistencia del virus (2).

El riesgo, en todo caso, se refiere a la manipulación de las griferías de los cilindros y los latiguillos de carga, y a la posibilidad de que un operador pueda contaminarlos involuntariamente.

Por esta razón, es importante que quienes realicen las recargas sigan los procedimientos correctos de higiene y usar siempre el EPI recomendado (mascarillas, guantes, calzado).

7.2 ESTACIÓN DE CARGA

Los procedimientos de higiene personal y distanciamiento social también deben observarse en las áreas de recarga de los cilindros. Las personas que no estén a cargo de la recarga no deben acercarse a las estaciones de recarga ni a los cilindros ya cargados.

ATENCIÓN

Se requiere un cuidado especial cuando se utilizan desinfectantes a base de alcohol, incluyendo soluciones hidroalcohólicas para las manos. Incluso la más mínima presencia de alcohol, una sustancia altamente volátil e inflamable, incluso a temperaturas relativamente bajas, puede causar un incendio o una explosión. Evite el contacto directo o indirecto con el equipo, los cilindros y los latiguillos de llenado utilizados para rellenar con nitrox.

Siempre que sea posible, prefiera la desinfección de las manos con agua y jabón.



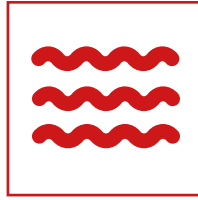
PRIMEROS AUXILIOS Y RCP: ¿QUÉ HACER?



PRIMEROS AUXILIOS Y RCP: ¿QUÉ HACER?

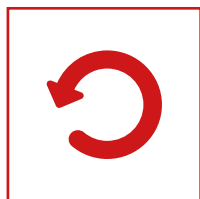
A continuación se presentan algunas recomendaciones útiles para la intervención, protegiendo tanto a las víctimas como a los socorristas, de un posible contagio:

- ✓ Asegurarse que el socorrista, la víctima y los presentes en la escena, están seguros.
- ✓ Use todo el equipo de protección personal (EPE) y las barreras.
- ✓ Evaluar la consciencia estimulando a la víctima, sin acercarse a su cara.
- ✓ Evaluar la respiración a través de la observación de los movimientos del pecho solamente, evitando poner la cara junto a la de la persona a socorrer.
- ✓ Si la víctima está inconsciente y no respira, avise al 112 describiendo la situación e inicie las compresiones torácicas (RCP), sin ventilaciones. Use un DEA, si está disponible.
- ✓ Continuar con las maniobras de rescate hasta que la víctima se haya recuperado y respire normalmente, o hasta que se agote o hasta que llegue la ayuda médica de emergencia.
- ✓ Una vez finalizadas las actividades de rescate, quítese el EPI y deséchelo, de acuerdo con las instrucciones locales específicas. Lávese las manos con esmero.
- ✓ Los dispositivos médicos utilizados en la víctima, deben desinfectarse después de su uso, si es posible, o eliminarse siguiendo los procedimientos adecuados.



¿EL VIRUS PERMANECE ACTIVO EN EL AGUA?

Los estudios e investigaciones siguen en curso y no está claro cuánto tiempo permanece activo el virus del SARS-CoV-2 en el agua. Los estudios sobre el virus del SARS-CoV-1 (epidemia de 2003), demostraron que mantuvo su capacidad de infección durante largo tiempo, en la superficie (lagos, ríos, humedales, etc.). Parece que el agua de mar no es capaz de neutralizar el virus. De acuerdo con los CDC (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades), el virus SARS-CoV-2 sería neutralizado en agua tratada con cloro, como la de las piscinas (3).



¿NECESITAMOS ACTUALIZAR LOS PROCEDIMIENTOS OPERATIVOS Y LOS PLANES DE EMERGENCIA?

Se recomienda una actualización de los procedimientos operativos, teniendo en cuenta las recomendaciones del presente documento. En particular, el Plan de Emergencia debe incluir procedimientos sobre cómo tratar una posible infección por COVID-19 que afecte a los clientes o al personal.



REFERENCIAS

- 1
 - Use of disinfectants: alcohol and bleach. Infection Prevention and Control of Epidemic- and Pandemic-Prone Acute Respiratory Infections in Health Care [Internet]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK214356/>
 - Kampf G, Todt D, Pfaender S, Steinmann E. Persistence of coronaviruses on inanimate surfaces and their inactivation with biocidal agents. Journal of Hospital Infection. 2020Mar;104(3):246–51.
 - Lai MYY, Cheng PKC, Lim WWL. Survival of Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus. Clinical Infectious Diseases [Internet]. 2005Oct1;41(7):e67–e71. Disponible en: <https://academic-oup-com.proxyiub.uits.iu.edu/cid/article/41/7/e67/310340>
- 2
 - Chan KH, Peiris JSM, Lam SY, Poon LLM, Yuen KY, Seto WH. The Effects of Temperature and Relative Humidity on the Viability of the SARS Coronavirus. Advances in Virology. 2011Oct1;2011:1–7.
 - First data on stability and resistance of SARS coronavirus compiled by members of WHO laboratory network [Internet]. World Health Organization. World Health Organization; 2015 [cited 2020Mar27]. Disponible en: https://www.who.int/csr/sars/survival_2003_05_04/en/
 - Duan SM, Zhao XS, Wen RF, Huang JJ, Pi GH, Zhang SX, et al. Stability of SARS coronavirus in human specimens and environment and its sensitivity to heating and UV irradiation. Biomedical and Environmental Sciences [Internet]. 2003Sep;16:246–55. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14631830>
- 3
 - Casanova L, Rutala WA, Weber DJ, Sobsey MD. Survival of surrogate coronaviruses in water. Water Research. 2009;43(7):1893–8.
 - Municipal Water and COVID-19 [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention. Centers for Disease Control and Prevention; 2020 [cited 2020Mar26]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/water.html>



Continental Operations Office

Contrada Padune 11 • 64026 Roseto degli Abruzzi • Italy
Tel. +39 085 893 0333 • Fax +39 085 893 0050
mail@daneurope.org • www.daneurope.org

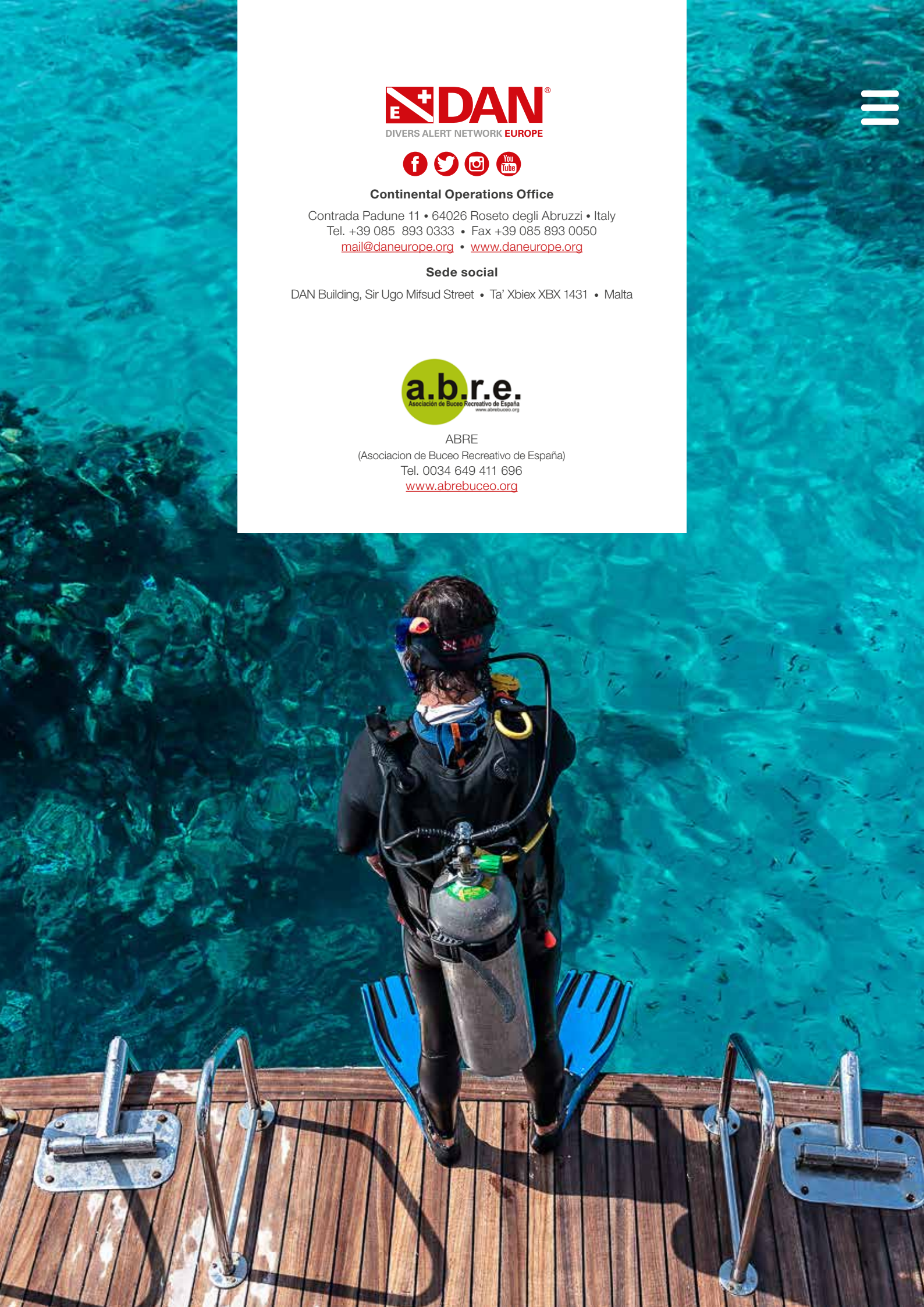
Sede social

DAN Building, Sir Ugo Mifsud Street • Ta' Xbiex XBX 1431 • Malta



ABRE

(Asociación de Buceo Recreativo de España)
Tel. 0034 649 411 696
www.abrebuceo.org





MEDIDAS DE PREVENCIÓN ANTE LA COVID-19

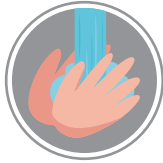
1. El acceso al Centro de Buceo se limita a los clientes de buceo; los familiares o amigos no están autorizados a acompañar a los buceadores.
2. No entre en las instalaciones del Centro de Buceo si presenta alguno de los siguientes síntomas, que podrían estar relacionados con una infección POR COVID-19:
 - ✓ Fiebre
 - ✓ Tos
 - ✓ Cansancio o dolor muscular
 - ✓ Dificultad para respirar
 - ✓ Dolor de garganta
 - ✓ Infecciones pulmonares
 - ✓ Dolor de cabeza
 - ✓ Pérdida del sabor
 - ✓ Diarrea
3. Si ha viajado en las últimas dos semanas y si ha estado en contacto con personas afectadas o potencialmente afectadas por COVID-19, póngase en contacto con las autoridades sanitarias o con su médico de referencia, antes de ir al Centro de Buceo.
4. Para evitar el hacinamiento dentro del Centro de Buceo, mantener una distancia de un metro entre sí durante el acceso y en su interior.
5. La entrada puede estar restringida a una cantidad limitada de personas.

CÓMO PONERSE, USAR, QUITAR Y DESECHAR UNA MASCARILLA PROTECTORA



1

Antes de ponerse una máscara, **límpiense las manos con agua y jabón o enjuáguelas con una solución hidroalcohólica**



2

Cubra la boca y la nariz con la mascarilla y **asegúrese de que no haya huecos entre la cara y la mascarilla**



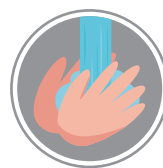
3

Evite tocar la mascarilla mientras la usa; si lo hace, límpiense las manos con agua y jabón o enjuáguelas con una solución hidroalcohólica



4

Para quitarse la mascarilla: **quítesela por detrás** (no toque la parte frontal de la mascarilla); **deséchela inmediatamente en un cubo cerrado;** **límpiense las manos** con agua y jabón o enjuáguelas con una solución hidroalcohólica



DIRECTRICES SOBRE LOS GUANTES PROTECTORES DE UN SOLO USO



ANTES DE PONERSE GUANTES PROTECTORES

1

Quite cualquier joya o adorno, y asegúrese de que las uñas no dañen los guantes.



2

Límpiese las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica.



3

Elija una talla de guantes apropiada



4

Sustitúyalos si están dañados, sucios o sudorosos.



CÓMO QUITAR GUANTES DE FORMA SEGURA

1

Pellizque y sostenga el exterior del guante cerca de la zona de la muñeca.



2

Tire hacia abajo, girando el guante de adentro hacia afuera y sosteniéndolo con la mano enguantada



3

Con la mano sin guantes, deslice dos dedos debajo de la muñeca del guante restante y tire hacia abajo



4

Gire el guante de adentro hacia afuera, dejando el primer guante dentro del segundo



5

Deposite los guantes en un cubo cerrado



6

Límpiese las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica.

