CÓMO REDUCIR **EL CONTAGIO DE COVID-19**

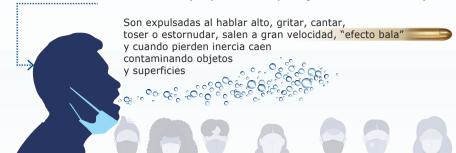


POR AEROSOLES EN ESPACIOS INTERIORES La evolución de la incidencia acumulada de contagios, en aumento a la par que la temperatura

ambiental va bajando, son circunstancias ambas por las que permanecemos más tiempo a resguardo en el interior de domicilios y locales

La evidencia científica ha probado que la trasmisión del virus SARS-CoV-2 se transmite además de por:

Gotículas • Fómites (superficies y objetos infectados) • Contacto directo, por ● Aerosoles



Liberados al respirar, más pequeñas que las gotas, no pesan, por lo que no caen y quedan suspendidos en el aire

Para disminuir el riesgo de trasmisión por aerosoles en espacios interiores

1. Reducir la emisión de partículas



Limitando aforo



No hablando alto, gritando o cantando



Haciendo ejercicio moderado



Utilizando la mascarilla de forma adecuada

.....Natural

Se recomienda

con puertas y

de la estancia

que sea cruzada,

ventanas abiertas en lados opuestos 2. Reducir la exposición a las partículas



Utilizando la mascarilla de forma adecuada



Evitando o reduciendo el tiempo en ambientes cerrados



Aumentando la distancia interpersonal



Ventilando (de manera natural o forzada)*

* O purificando el aire (si no es posible la ventilación)

Para disminuir el riesgo de contagio por aerosoles en espacios interiores

Ventilar = renovar aire = sustituir aire interior por aire exterior



Con equipos individuales

suministran aire del exterior (impulsión) al exterior (expulsión) o equipos centralizados

de climatización /ventilación, que o expulsan el aire de la sala Purificar el aire = eliminar las partículas en suspensión

El método más sencillo y eficaz es la filtración, que hace pasar el aire contaminado a través

Los filtros HEPA reducen la presencia de virus, bacterias hongos y polen



de un filtro de

conocido como filtros HEPA

alto rendimiento,

Se recomiendan aquellos con capacidad de retener aerosoles en porcentajes superiores al 99,95%, según la norma UNE1822)

Para comprobar la eficacia de la ventilación en espacios interiores

Calibrar el equipo de CO2 de manera adecuada, comprobando que al aire libre marca aproximadamente

420 ppm

Ubicación adecuada del medidor: en la zona peor ventilada de la habitación

La concentración de CO2 en el interior puede utilizarse para valorar si estamos ventilando de manera adecuada

Medidores de CO2

El CO2 es un indicador de presencia humana en ambientes interiores

Con su medición, evaluamos de forma indirecta la potencial concentración de aerosoles

A MAYOR CONCENTRACIÓN DE CO2 MAYOR RIESGO DE CONTAGIO

> Si la concentración de CO2 alcanza los 800 ppm (partes por millón) o superior hay que ventilar

Y RECUERDA, LA VENTILACION ES UNA MEDIDA COMPLEMENTARIA AL RESTO DE MEDIDAS ADOPTADAS POR LAS AUTORIDADES SANITARIAS POR ELLO, ADEMÁS DE VENTILAR **NO OLVIDE LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE**