

## MANIPULACIÓN DE PAPEL

Una persona puede contraer el COVID-19 por medio de dos vías de entrada a nuestro organismo:

- **Por contacto directo:** Al inhalar gotículas procedentes de una persona infectada que salen despedidas de su nariz o boca al toser, estornudar o hablar.

Estas gotículas son relativamente pesadas, no llegan muy lejos y caen rápidamente al suelo.

Por eso es importante mantenerse al menos dos metros de distancia de los demás y la etiqueta respiratoria:

- o Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar, y desecharlo a un cubo de basura con tapa y pedal, o bien, si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos
  - o Utilizar mascarillas si no se puede mantener el distanciamiento social.
- **Por contacto indirecto:** Estas gotículas pueden caer sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, como mesas, pomos y barandillas, de modo que otras personas pueden infectarse si tocan esos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.

La higiene de manos es la mejor medida de prevención y control de la infección para evitar esta vía de entrada.

No está demostrado que el papel pueda suponer riesgo de contagio. Se desconoce el tiempo que podría permanecer y la carga infectiva que lleva.

La cuarentena de documentos no parece una solución viable ni sostenible. Por lo tanto, hay que seguir las medidas preventivas que se están dando para evitar el contagio:

- Uso de mampara protectora en atención de usuarios.
- No tocarse la cara, nariz o ojos con las manos y el lavado frecuente de manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico.

El uso de guantes no es necesario, puesto que el virus no penetra a través de la piel, sino por las mucosas (ojos, nariz, boca). Y esta última vía no se protege con los guantes.

Es recomendable su uso en el caso de paquetes muy sucios o si hay heridas en las manos. Y por supuesto, cambiarlos con frecuencia y siempre lavarse las manos después de la manipulación.

Por otra parte, habría que limpiar la zona de trabajo con frecuencia con un virucida o una solución hidroalcohólica al 70%.

[Aquí teneis listas de virucidas.](#)

Por último, queremos hacer hincapié en que la digitalización de los procedimientos y el escaneo de los documentos evitará el trasiego y manipulación de papel.