



Hoja de consejos para operar en espacios cerrados: servicios de cuidado personal

ACTUALIZADO el 16 de septiembre de 2020

La siguiente hoja de consejos fue desarrollada por el Departamento de Salud Pública de San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH) con base en las recomendaciones y la orientación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) de los E.E. U.U., el estado de California y los grupos industriales y de autorización de proveedores de servicios de cuidado personal. Esta guía está publicada en www.sfdcp.org/covid19.

PÚBLICO: Proveedores de servicios de cuidado personal en espacios cerrados, incluidas las peluquerías, las barberías, los salones de uñas, los profesionales de arte corporal, los servicios de electrología, los masajes (en un entorno no médico), los salones de bronceado, los esteticistas, el cuidado de la piel y los servicios de cosmetología.

Se pueden proporcionar todos los servicios personales en espacios cerrados, **excepto** los servicios en los que se requiere que el cliente se retire el protector facial.

ANTECEDENTES: El 14 de septiembre de 2020, el funcionario del departamento de salud emitió la Directiva n.º 2020-30 en la que se autoriza y brinda orientación para los Servicios de cuidado personal y enmendó el [Apéndice C-1: Empresas adicionales autorizadas para operar](#). Este documento resume las principales medidas de la Directiva.

Planifique y prepare su espacio

Consulte el documento Tip Sheet for Safer Interactions During COVID-19 Pandemic (Hoja de consejos para interacciones más seguras durante la pandemia de COVID-19), en: www.sfdcp.org/safersocial.

Capacidad

- Calcule sus límites de capacidad usando el recurso informativo de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (Federal Emergency Management Agency, FEMA), [Understanding the impact of social distancing on occupancy](#) (Cómo comprender el impacto del distanciamiento social en la ocupación). Esto es de aproximadamente 1 persona por cada 113 a 150 pies cuadrados para mantener el distanciamiento social.
- Rediseñe la distribución para permitir un distanciamiento social adecuado. Separe las estaciones de trabajo de modo que tengan una distancia de al menos seis pies.

Sistemas de construcción

Ventilación

Para obtener más información y recursos adicionales sobre la ventilación de edificios, consulte la guía en www.sfdcp.org/COVID-ventilation

- Si su edificio o espacio tiene un sistema de calefacción, ventilación y aire acondicionado (heating, ventilation and air conditioning, HVAC) mecánico:
 - Asegúrese de que el sistema de HVAC reciba mantenimiento y funcione correctamente.
 - Considere la posibilidad de renovar los filtros de aire para que tengan la mayor eficiencia posible.



- Aumente el porcentaje de aire del exterior a través del sistema HVAC, reajustando o anulando las compuertas de recirculación (“economizador”).
- Desactive los controles de ventilación activados mediante mando que reducen el suministro de aire según la temperatura o el nivel de ocupación.
- Considere activar el sistema de ventilación del edificio, aun cuando no esté ocupado por personas, para potencializar la ventilación. Como mínimo, reinicie los sistemas de ventilación operados por temporizador para que comiencen a operar 1 o 2 horas antes de que se abra el edificio y 2 o 3 horas después de que se cierre el mismo.
- Aumente la ventilación natural abriendo ventanas y puertas cuando las condiciones ambientales y los requisitos del edificio así lo permitan.
- Considere instalar limpiadores de aire portátiles (“filtros aire de partículas de alta eficiencia [high-efficiency particulate air, HEPA]”).
- Si el establecimiento utiliza ventiladores de pedestal o ventiladores de montaje rígido, ajuste la dirección de los ventiladores para minimizar el flujo de aire que corre del espacio de una persona al espacio de otra.

Plomería

Si su negocio o lugar de trabajo estuvo vacío durante la orden de permanecer en casa, verifique que las tuberías funcionen correctamente y elimine el agua estancada de las tuberías.

[Consulte la guía de la Comisión de Servicios Públicos \(Public Utility Commission, PUC\) aquí.](#)

Suministros

- Proporcione desinfectantes aprobados para usos contra el COVID-19. Los productos aprobados se mencionan [en el sitio web de la Agencia de Protección Ambiental.](#)
- Proporcione estaciones de lavado y desinfección de manos tanto para el personal como para los clientes.
- Proporcione una silla no porosa, una canasta de plástico o una bolsa de papel para la ropa o las pertenencias del cliente.
- Proporcione el equipo de protección personal (Personal Protection Equipment, PPE) adecuado para todo el personal. Es posible que se requiera protección ocular o guantes a la hora de realizar servicios específicos. Consulte la guía de la División de Seguridad y Salud Ocupacional de California (California Division of Occupational Safety and Health, Cal/OSHA) sobre [Servicios de cuidado personal.](#)
- El personal y los clientes deben usar protectores faciales en todo momento.
- Si aún no tiene un sistema de pago sin contacto, considere instalar uno.

Limpieza y desinfección

- Siga todos los requisitos de desinfección. Todo el equipo debe desinfectarse adecuadamente entre un cliente y otro. Esto incluye, entre otros, sillas, mesas, tabletas, peines, cepillos, tijeras, etc. Revise la directiva para conocer los requisitos específicos de desinfección para el COVID-19.
- Toda la ropa de cama se debe lavar entre un cliente y otro, incluso si el cliente no la usó para cubrirse.
- El personal que manipula la ropa de cama que esté sucia debe usar guantes y seguir los protocolos adecuados para quitarse los guantes y lavarse las manos.
- Lávese las manos con frecuencia y entre un cliente y otro.



- De ser posible, los proveedores de servicios de cuidado personal deben considerar cambiarse de ropa después de cada cliente o usar batas quirúrgicas o una bata limpia, lavable o desechable.

Proteja al personal y a los clientes

Realice controles de bienestar para todos (el personal y los clientes) antes de que ingresen al edificio. Las [instrucciones para evaluar a los clientes](#) están adjuntas en la Directiva y puede encontrarlas en www.sfcddp.org/screeningvisitors. Las instrucciones de evaluación para el personal puede encontrarlas en www.sfcddp.org/screening-handout.

- Invite a sus clientes a realizarse una autoevaluación antes de llegar a su cita contestando las preguntas y siguiendo las instrucciones que se encuentran en www.sfcddp.org/screeningvisitors.
- Las vacunas contra la gripe son fundamentales en la lucha contra el COVID-19, ya que (1) mantienen a los trabajadores y las comunidades saludables y (2) reducen la presión que recae en nuestros sistemas de atención médica y evaluación que se encuentran respondiendo al COVID-19. **Recomiende ampliamente a todo el personal que se vacune contra la gripe.** Coloque letreros para recomendar la vacuna contra la gripe a los clientes, visitantes, etc.

Programación

- De acuerdo con la guía del estado de California, no se permite la atención sin cita previa en las peluquerías y las barberías; únicamente pueden recibir a los clientes con cita previa. También se recomienda encarecidamente a otros proveedores de servicios personales que atiendan únicamente a los clientes con cita previa.
- Lleve una lista de los horarios de sus empleados y las citas de sus clientes durante tres semanas, ya que esto ayudará rastrear contactos en caso de que tenga un caso positivo de COVID-19.
- Programe a sus clientes para permitir suficiente tiempo entre citas para que los espacios de trabajo y las herramientas se puedan limpiar y desinfectar correctamente. Considere atender a menos clientes por día o ampliar el horario de atención para permitir más tiempo para la desinfección entre un cliente y otro.
- Considere interrumpir las políticas de cancelación estrictas para alentar a los clientes enfermos a quedarse en casa. Se les debe permitir a los clientes reprogramar sin costo alguno sus citas debido a síntomas de COVID-19.
- Se les debe recordar a los clientes que no se presenten demasiado pronto a una cita. Es posible que los clientes deban esperar afuera dependiendo de la capacidad del espacio.

Consideraciones especiales para tipos de servicios específicos

[Cal/OSHA proporciona requisitos y orientación](#) adicionales para los proveedores de servicios personales e incluyen los consejos que se mencionan a continuación.

Servicios de estética, cuidado de la piel y cosmetología

- Considere usar un protector facial además de una mascarilla si brinda servicios en el área de la cara y el cuello. No se permite la depilación de labios, barbilla o nariz, ya que estos servicios requieren que el cliente se quite el protector facial.
- Se deben usar guantes desechables durante todo el servicio de estética, así como cuando se realice la limpieza y la desinfección de todos los instrumentos y superficies después de la sesión con cada cliente.



- Los aplicadores de un solo uso se deben desechar de inmediato en un recipiente con tapa y forrado con una bolsa de plástico.
- En este momento, no se permiten los servicios de maquillaje que requieran que el cliente se quite el protector facial.

Electrología

- El electrólogo debe usar guantes desechables.
- Considere usar un protector facial además de una mascarilla si brinda servicios en el área de la cara y el cuello.
- Las pinzas, los rodillos y las tapas de los portaagujas deben limpiarse y esterilizarse de manera adecuada entre cada cliente.
- Las agujas usadas para electrólisis deben ser de un solo uso, desechables, preempacadas y estériles, y se deben desechar inmediatamente después de su uso en un recipiente para objetos punzantes aprobado.

Terapeutas de masaje (en entornos no médicos)

- Pídale al cliente que se limpie las manos con desinfectante para manos antes del servicio.
- No se permiten los masajes faciales si se requiere que su cliente se quite el protector facial.
- Los protectores como sábanas lavables y fundas de almohada no sustituyen a los protocolos de limpieza y desinfección. Las mesas y sillas de masaje deben desinfectarse adecuadamente entre un cliente y otro.
- Los tratamientos de manos deben proporcionarse como la última parte del masaje y las manos deben lavarse inmediatamente después de terminar el masaje.
- Puede proporcionar servicios a domicilio si tiene un [Outcall Massage Permit](#) (Permiso De Masaje A Domicilio).

Servicios de uñas

- Pídale al cliente que se limpie las manos con desinfectante para manos antes del servicio.
- Las tinas y recipientes portátiles deben desinfectarse con un desinfectante líquido registrado por la Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA) que esté etiquetado como bactericida, fungicida y virucida. Toda el agua debe eliminarse correctamente en el interior del edificio. No utilice el desagüe pluvial para desechar aguas residuales u otros desechos.
- Utilice herramientas desechables todo lo más que pueda. Todos los artículos desechables deben tirarse en un bote de basura forrado y con tapa.
- No permita que los clientes reciban varios servicios al mismo tiempo, como una manicura y una pedicura.
- Todos los proveedores siempre deben usar un protector facial o un respirador cuando sea necesario. Consulte la guía de Cal/OSHA sobre [Servicios de Cuidado Personal](#).
- Todos los proveedores de servicios de uñas deben usar guantes desechables durante el servicio y mientras limpian y desinfectan todas las herramientas y superficies después de cada cliente.



¿Es seguro para mí recibir un masaje, un corte de pelo, un facial, etc.?

Todas las actividades que impliquen que usted se coloque a menos de seis pies de distancia de personas ajenas a las que viven en su hogar, especialmente aquellas actividades que se realizan en espacios cerrados o por un periodo de tiempo prolongado (más de 15 minutos), implican un riesgo. Puede disminuir ese riesgo si se mantiene atento a su higiene personal y va con un proveedor de servicios que también tome muy en serio las precauciones de salud y seguridad.

- Use un protector facial como se indica. Use un protector facial que se sujete a las orejas para evitar que su mascarilla interfiera con sus servicios.
- Debe cancelar o reprogramar su cita si ellos tienen síntomas de COVID-19 o si usted tuvo “contacto cercano” con alguien que tiene COVID-19 (consulte www.sfcdcp.org/screeningvisitors). La Directiva Sanitaria prohíbe que su Proveedor de Servicios Personales cobre una tarifa adicional si tiene que reprogramar su cita debido a síntomas de COVID-19.
- Considere limitar la cantidad de tiempo que pasa en las citas de servicios de cuidado personal para disminuir su exposición y la exposición de quienes le rodean.

Llevo mis propias herramientas y esmalte a mis citas de servicios de uñas, ¿puedo hacer eso?

No en este momento y se recomienda encarecidamente que minimice la cantidad de artículos que ingresa en su cita. Lleve artículos esenciales únicamente (cartera, llaves, bolso pequeño).

¿Se requieren mascarillas N95?

No es necesario que los clientes usen mascarillas N95. Para el personal, continúe siguiendo las regulaciones de su industria y use una mascarilla N95 o respirador cuando sea necesario. Si usa una mascarilla N95 o un respirador con válvula, debe cubrir la válvula con un protector facial.

¿Se requiere usar guantes?

Para los servicios de estética, cuidado de la piel, cosmetología y uñas, se debe usar guantes durante todo el servicio y mientras se limpian y desinfectan las herramientas. Si es posible, tenga a la mano guantes sin látex para los clientes y el personal con alergias al látex. El uso de guantes no sustituye al lavado de manos.

Acabo de reabrir mi salón para operar al aire libre. ¿Puedo brindar servicios personales tanto en la parte de adentro como al aire libre?

Sí. Los servicios al aire libre son recomendables en la medida de lo posible, ya que estar al aire libre es mucho más seguro para el personal y los clientes.

Soy un especialista que ofrece servicios de reiki, terapia con ventosas y Rolfing. ¿Qué guía debo seguir?

Esta es la guía correcta que debe seguir. También debe revisar la [Directive on Ambulatory Care](#). (Directiva sobre atención ambulatoria).

Soy especialista en arte corporal, ¿puedo seguir ofreciendo mi repertorio completo de servicios?

La guía actual del estado **no** permite las perforaciones de la nariz o la boca ni cualquier servicio en el que se requiera que el cliente se quite el protector facial.

Brindo servicios de cuidado personal fuera de mi hogar, ¿puedo empezar a hacerlo de nuevo? O, brindo servicios de cuidado personal en el hogar de los clientes, ¿puedo empezar a hacerlo de nuevo?

Sí; si usted podía hacer esto antes del COVID-19, puede comenzar a operar su negocio nuevamente. Debe seguir la directiva y la guía actuales.

¿Puedo realizar un servicio en el que el cliente necesite quitarse la mascarilla?



En este momento, no se permiten tratamientos faciales, depilación facial, recortes de barba o cualquier servicio que requiera que un cliente se quite el protector facial.

¿Debemos aspirar o barrer el cabello?

Se recomienda aspirar con un filtro HEPA en lugar de barrer. Si usted no cuenta con una aspiradora con filtro HEPA, considere barrer cuidadosamente durante un periodo en el que haya la menor cantidad de gente en el lugar. Considere esperar para barrer o aspirar como parte de los protocolos de desinfección entre clientes. Use un protector facial y tenga cuidado al barrer para minimizar el movimiento y la propagación de partículas.

Soy propietario de un negocio. ¿Cómo me aseguro de que el personal no esté enfermo mientras trabaja?

Consulte la guía del SFDPH sobre la evaluación para el personal, publicada en www.sfdcp.org/screen.

¿Qué pasa si un proveedor de servicios o un cliente da positivo en la prueba del COVID-19?

Las personas pueden transmitir el virus 48 horas antes de desarrollar síntomas del COVID-19. Consulte la guía del SFDPH "What to do if Someone at the Workplace Has COVID-19" (Qué hacer si alguien en el lugar de trabajo tiene COVID-19), publicada en www.sfdcp.org/covid19-positive-workplace. Una lista del personal y los clientes de la empresa ayudará al SFDPH con el rastreo de contactos.

Recursos

Puede encontrar recursos para imprimir, como letreros, en el [kit de herramientas del COVID-19](#).

Guía del Departamento de Salud Pública de San Francisco: www.sfdcp.org/covid19

Orientación de Cal/OSHA:

- [Indoor Personal Services Guidance](#) (Guía de servicios de cuidado personal en espacios cerrados) y [Personal Services checklist](#) (Lista de verificación de servicios de cuidado personal)
- [Indoor Hair Salons and Barber shops Guidance](#) (Guía de peluquerías y barberías en espacios cerrados) y [lista de verificación](#)