

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y RECOMENDACIONES PARA REDUCIR EL RIESGO DE LA TRANSMISIÓN DE SARS-COV-2 MEDIANTE AEROSOL

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y RECOMENDACIONES PARA REDUCIR EL RIESGO DE LA TRANSMISIÓN DE SARS-CoV-2 MEDIANTE AEROSOLES

La aportación de conocimiento acerca de la generación y dinámica de los aerosoles originados a partir de las vías respiratorias humanas obliga a revisar los conceptos utilizados de forma tradicional en la Salud Pública, así como su implicación en la transmisión de SARS-CoV-2. Con fecha de 18 de noviembre de 2020, el Ministerio de Sanidad ha presentado el documento técnico “EVALUACION DEL RIESGO DE LA TRANSMISIÓN DE SARS-COV-2 MEDIANTE AEROSOLES. MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y RECOMENDACIONES.”

El grupo de expertos redactores del documento consideran demostrado que el SARS-CoV-2 se transmite mediante aerosoles que contienen virus viables, especialmente en espacios cerrados y mal ventilados. El documento técnico afirma que la transmisión a partir de aerosoles no significa un alto nivel de contagiosidad, ni la adopción de medidas complejas muy diferentes a las ya recomendadas, pero sí reforzarlas e incorporar algunas nuevas.

Asimismo, indica que las medidas de prevención para evitar la transmisión del virus SARS-CoV-2 deben seguir una estrategia combinada de medidas de protección, de forma que el uso conjunto de más de una medida permita alcanzar una mejor protección, Hay que tener en cuenta que ninguna de las medidas de protección es 100% eficaz por sí misma para evitar la transmisión. En el momento actual la evidencia científica acerca de la efectividad de cada medida en relación con SARS-CoV-2 es aún limitada y hay que ponerla en relación con los riesgos y la factibilidad asociados a su implementación.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y RECOMENDACIONES

Uso de Mascarillas

Se recomienda el uso de las mascarillas¹ en los espacios cerrados, dado que su uso reduce la emisión de aerosoles generados al respirar, hablar, gritar, toser o estornudar.

¹ Se debe tener en cuenta la legislación vigente en cada momento respecto al uso de mascarillas en los espacios públicos. Actualmente hay que tener en cuenta la Orden 668/2020, de 19 de junio, de la Consejería de Sanidad, por la que se establecen medidas preventivas para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19 una vez finalizada la prórroga del estado de alarma establecida por el Real Decreto 555/2020.

Actitudes personales que reducen la emisión de aerosoles

El silencio y el hablar en voz baja reducen la emisión de aerosoles. Se debe evitar gritar. En salas de espera se debería establecer medidas organizativas para evitar que los ciudadanos hablen alto, tanto mediante la señalización de la recomendación de silencio como mediante la reducción del ruido ambiental (evitando el uso de TV o de música, por ejemplo)

Aumento de la distancia física interpersonal y reducción del tiempo de contacto.

Mantener las distancias interpersonales en la medida de lo posible y reducir los tiempos de contacto tanto con usuarios como con compañeros a lo necesario. Continuar organizando los espacios y aforos de acuerdo a la Guía de desarrollo de la actividad y reincorporación al trabajo para reducir el riesgo de exposición y propagación del Covid-19 entre el personal del Ayuntamiento de Madrid y sus Organismos Autónomos

Priorización de espacios exteriores.

En la medida de lo posible, se recomienda usar espacios exteriores para las actividades en los que sea posible y siempre teniendo en cuenta las circunstancias meteorológicas.

Reducción de la transmisión de SARS-Cov-2 mediante aerosoles en espacios interiores. Ventilación natural o mecánica.

La ventilación de los interiores es efectiva para la reducción de los aerosoles en los espacios cerrados. La ventilación puede ser por medios naturales (puertas y ventanas), forzada o una combinación de ambas.

Si la ventilación es natural se recomienda ventilación cruzada para favorecer la circulación y el barrido de todo el espacio.

Si la ventilación es forzada, se recomienda revisar el sistema para maximizar la cantidad de aire exterior y evitar la recirculación del aire. Asimismo, se recomienda cumplir con las recomendaciones de operación y mantenimiento de los sistemas de climatización y ventilación de edificios y locales para la prevención del SARS-CoV-2.

La tasa de ventilación aconsejada para conseguir una calidad de aire buena es de 12,5 litros/segundo y persona. Se recomienda ventilaciones superiores cuando la actividad desarrollada implica una

emisión elevada de aerosoles (ejercicio físico y uso de instrumentos musicales, por ejemplo). Y en instalaciones de ventilación centralizada se recomienda desactivar los sistemas de ventilación controlados por demanda o fijar el punto de ajuste de CO₂ a un valor más bajo de 400 ppm.

Para controlar el transporte de bioaerosoles por el aire se recomienda prestar atención a lo siguiente:

- No usar ventiladores en el interior de locales que genere el movimiento de aire entre personas.
- Observar los flujos de aire entre espacios diferentes en un edificio.
- Garantizar siempre un distanciamiento adecuado entre puestos de trabajo y ubicar los puestos de trabajo teniendo en cuenta el flujo de aire respecto al elemento difusor del aire.
- En el caso de unidades terminales operarse a baja velocidad y de forma continua evitando que generen flujos de aire cruzadas entre personas.

Respecto a las condiciones de humedad relativa, se recomienda mantenerla entre el 40 al 60%. Y en relación con la temperatura aconsejada por la OMS para reducir el tiempo en el que el SARS-CoV-2 permanece viable en interiores establece superar los 21 °C.

Respecto al mantenimiento y limpieza de los filtros de los sistemas de ventilación de los edificios se encuentra regulado por el Reglamento de Instalaciones Térmicas de los Edificios.

En los locales en que exista un sistema de climatización/ventilación que recircula el aire, se recomienda que el filtro situado en el circuito de aire de recirculación sea de la categoría más elevada posible (de acuerdo a las clasificaciones de filtros de acuerdo a norma UNE EN 1822:2020 y la norma UNE EN ISO 16890:2017), siempre y cuando el cambio de filtro por otro de categoría superior no reduzca el caudal de aire que impulsa el ventilador, y siempre que el sistema lo soporte, ya que existen limitaciones mecánicas y recomendaciones del sistema sobre el tipo de filtros que pueden utilizar los sistemas de climatización/ventilación. Incluso cuando se decida cambiar un filtro debe asegurarse que el caudal de aire exterior es suficiente.

En los espacios interiores donde no exista sistema climatización/ventilación o sea manifiestamente insuficiente se debe priorizar los medios de ventilación natural, utilizándose los sistemas de purificación con filtros HEPA cuando sea necesario de acuerdo a las indicaciones elaboradas por el Ministerio de Sanidad y supervisado por personal técnico especializado.

En Madrid, a 1 de diciembre de 2020

Fuente bibliográfica.

Ministerio de Sanidad. Evaluación del riesgo de la transmisión del SARS-CoV-2 mediante aerosoles. Medidas de prevención y recomendaciones. 18 de noviembre de 2020

Ministerio de Sanidad, Ministerio de Transición Ecológica y el Reto Demográfico, Instituto para la Diversificación y Ahorro de Energía. Recomendaciones de operación y mantenimiento de los sistemas de climatización y ventilación de edificios y locales para la prevención de la propagación del SARS-CoV-2. 30 de julio de 2020.