

	<b>FORMATO PLAN DE LECCIÓN</b>	CÓDIGO: PRE-FOR-001
		FECHA: 30/03/2020
		VERSIÓN: 001

**NOMBRE DE LA LECCIÓN: higienización y lavado de manos**

<b>DURACIÓN</b>	30 minutos aproximadamente
<b>OBJETIVO GENERAL</b>	Sensibilizar al trabajador en la adopción de medidas correctas para la higienización y el lavado de manos durante su jornada laboral.
<b>MATERIALES Y EQUIPOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computador, internet de ser necesario para el desarrollo de alguna actividad. (mostrar videos, imágenes)</li> <li>• Alcohol Antiséptico</li> <li>• Gel Antibacterial.</li> <li>• Jabón</li> <li>• Toallas desechables</li> <li>• Canecas para disposición de residuos (Riesgo biológico)</li> </ul>
<b>COMENTARIOS</b>	RESOLUCION 666 del 24 de abril del 2020. Por medio de la cual se adopta el protocolo general de bioseguridad para mitigar, controlar y realizar adecuado manejo de la pandemia del coronavirus COVID-19

<b>CONTENIDOS DE LA LECCIÓN</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introducción General.</li> <li>2. Identificación de zonas de lavado y desinfección de manos</li> <li>3. Actividad Lúdica.</li> </ol>	
<b>RESULTADOS DEL APRENDIZAJE:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- El trabajador deberá saber aplicar los 8 pasos para un correcto lavado e higienización de las manos.</li> <li>- El trabajador deberá identificar de manera rápida las áreas designadas para dicha tarea.</li> <li>- El trabajador deberá adaptar el lavado de manos como habito tanto fuera como dentro de la empresa.</li> </ul>	
<b>ESTRUCTURA METODOLÓGICA</b>	
<p><b>1. Introducción General:</b> Mostrar de manera concreta al trabajador que es el Covid 19, qué medidas se deben tomar frente a este virus y por qué es tan importante la higienización y el lavado de manos.</p> <p><b>¿Cómo se transmite?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Por contacto cercano con una persona infectada o a través de que esta estornude o tosa</li> <li>• Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.</li> </ul> <p><b>Debemos entonces adaptar una buena higiene de manos:</b> Como principal medida preventivas contra la propagación del coronavirus.</p>	

<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

### ¿Qué es el lavado y la higienización de manos?

Se entiende por higiene de manos al procedimiento cuyo objetivo es reducir el número de microorganismos que hay en la piel de las manos. Desinfectese las manos por higiene y lávese las manos cuando estén visiblemente sucias.

La desinfección y el lavado de manos son procesos de higienización diferente. No sólo por la sustancia que barre y elimina bacterias y virus (Véase más adelante) sino también por el tiempo que demoran ambos procesos.

La desinfección dura aproximadamente 20-30 segundos, mientras que el lavado dura 40-60 segundos; cabe resaltar que el desarrollo es el mismo.

#### 2. Identificación de zonas de lavado y desinfección de manos:

Se les indica a los trabajadores la disposición de las zonas para la higienización y lavado de manos dentro del área de trabajo.

Los insumos que encontrarán en cada zona serán:

Lavado de Manos:

- Carteles alusivos a los ocho momentos para el correcto lavado
- Corriente de agua.
- Jabón antiséptico.
- Toallas desechables
- Bolsa o recipiente para disposición de residuos biológicos (de estos se debe encargar el personal de hace) ya que estos son quienes tienen fundamentos para su correcta manipulación.

Higienización de manos:

Se dispondrá de Gel Antibacterial para desinfectarnos aplicando los mismos ocho pasos para el correcto lavado de manos, actividad que podrá ser ejecutada cuantas veces el trabajador lo crea pertinente. Debe dejar secar completamente sus manos antes de iniciar de nuevo alguna otra tarea.

<https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/0/CIRCULAR+CONJUNTA+001+del+11+de+Abril+de+2020.pdf/df8db6e-14>

#### 3. Actividad Lúdica:

En esta parte generaremos grupos de máximo 10 personas para dar a conocer las medidas tomadas generando una introducción frente al Covid-19, la forma en cómo se genera el contagio, la importancia de lavarnos las manos, la diferencia entre lavar e higienizar las manos

Con el fin de generar una comprensión más eficiente en los trabajadores generaremos la explicación del correcto lavado e higienización con una dinámica.

Para el desarrollo de esta dinámica necesitaremos:

- Harina
- Agua
- Jabón
- Gel Antibacterial
- Toallas desechables
- Caneca de residuos biológicos con su respectiva bolsa

Paso a paso:

1. Tomaremos 5 trabajadores los cuales impregnaran sus manos de harina totalmente hasta la muñeca.
2. Estos trabajadores darán la mano a sus compañeros, en este paso les recordaremos la importancia del distanciamiento físico y la forma de transmisión del virus debido a que se evidenciará que la mano del que estaba limpio tendrá residuos de harina.
3. En este paso entregaremos agua y jabón a los que están impregnados en harina y con la ayuda de ellos les iremos explicando los 8 pasos para el correcto lavado de las manos.
4. Después de evidenciar el correcto lavado, el personal que evidencia partículas en sus manos generara el lavado correcto de las manos y aquellos que no evidencian partículas de harina ayudaran a explicar cómo es la higienización de las manos a sus compañeros que consta de los mismos pasos, pero con el antiséptico.
5. En este paso se les informaran los 5 momentos en los que deben lavar e higienizar sus manos.