

## LS-PG-013. Lineamientos generales para el uso de playas ante el Coronavirus (COVID-19)

Versión: 001  
*Primera edición*

Fecha de elaboración:  
28-07-2020

Elaborado por:  
Ministerio de Salud

Aprobado por:  
Ministerio de Salud-Despacho Ministerial

**ÍNDICE**

<b>Prólogo</b>	<b>2</b>
<b>1.</b>	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>3</b>
<b>2.1</b>	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>2.2</b>	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>2.3</b>	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>3.</b>	<b>5</b>
<b>4.</b>	<b>5</b>
<b>5.</b>	<b>5</b>
<b>5.1</b>	<b>6</b>
<b>5.2</b>	<b>7</b>
<b>5.3</b>	<b>6</b>
<b>6.</b>	<b>7</b>
<b>Anexos</b>	<b>6</b>

## PRÓLOGO

El Ministerio de Salud es la instancia rectora, según la Ley General de Salud N° 5395, cuya misión es

“Institución que dirige y conduce a los actores sociales para el desarrollo de acciones que protejan y mejoren el estado de salud físico, mental y social de los habitantes, mediante el ejercicio de la rectoría del Sistema Nacional de Salud, con enfoque de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, propiciando un ambiente humano sano y equilibrado, bajo los principios de equidad, ética, eficiencia, calidad, transparencia y respeto a la diversidad” (Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica, 1973).

Este lineamiento ha sido desarrollado en cumplimiento con los criterios técnicos establecidos en la Normativa Jurídica, las Normas técnicas institucionales y aquellas que se han definido mediante los Decretos Ejecutivos emitidos por el Poder Ejecutivo en los preparativos y respuesta ante la emergencia por COVID-19.

Este documento LS-PG-013 fue aprobada por Ministerio de Salud en la fecha del 28 de julio del 2020. Este lineamiento está sujeto a ser actualizada permanentemente con el objeto de que responda en todo momento a las necesidades y exigencias actuales.

A continuación, se mencionan las organizaciones que colaboraron en la elaboración de este lineamiento:

Tabla 1. Organizaciones y personas que colaboraron en el lineamiento

Participantes	Organización
José Luis Cambronero Miranda	Ministerio de Salud
Flor Murillo Rodríguez	Ministerio de Salud
Rosalyn Aguilar Hernández	Ministerio de Salud
Areli Araya Jiménez	Ministerio de Salud
Margarita Claramunt Garro	Ministerio de Salud
Cindy Valverde Manzanares	Ministerio de Salud
César Gamboa Peñaranda	Ministerio de Salud
Inés Revuelta Sánchez	Universidad Nacional
Hannia Quirós Quirós	Ministerio de Educación Pública
Ricardo Gómez Solís	Caja Costarricense de Seguro Social
Gustavo Alvarado	Instituto Costarricense de turismo
Marianela Mora	CANATUR
Luis Eduard Araya	UNGL
Jonathan Espinoza	ANAI

**Fuente:** Elaboración propia, (2020).

## 1. OBJETIVO Y CAMPO DE APLICACIÓN

El objetivo de este lineamiento es dar pautas para el uso y disfrute seguro en playas, para la población nacional y extranjera.

La aplicación de este lineamiento va dirigido al uso de playas públicas y privadas en todo el territorio nacional, como parte de las acciones preventivas y de mitigación dictadas por el Ministerio de Salud para la atención de la alerta por COVID-19.

La aplicación de este lineamiento, así como la franja horaria va a depender de las Medidas Administrativas vigentes.

Estos lineamientos se revisarán de forma periódica y se publicará la versión vigente en la página web del Ministerio de Salud:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

## 2. REFERENCIAS DOCUMENTALES

### 2.1 Lineamientos de referencia

- Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la Infección por Coronavirus-2019, disponibles en la página web del Ministerio de Salud:  
<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>
- Lineamientos generales para el uso del Equipo de Protección Personal (EPP), para prevenir la exposición al Coronavirus (COVID-19) en servicios de salud, centros de trabajo y uso mascarillas de uso comunitario.
- Lineamientos generales para el uso del Equipo de Protección Personal (EPP), para prevenir la exposición al Coronavirus (COVID-19) en servicios de salud, centros de trabajo y uso mascarillas de uso comunitario.
- Lineamientos técnicos para la prevención y contención de brotes de COVID-19 en los establecimientos de salud públicos y privados.
- Lineamientos generales para reactivar actividades humanas en medio del COVID-19.
- Lineamientos generales para limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus (COVID-19).
- Lineamientos generales para reinicio de sistemas de ventilación general, aire acondicionado y sus tuberías de agua relacionadas en edificios de ocupación general-control de Legionella en edificios o espacios reutilizados-(COVID-19).
- Medidas administrativas temporales para la atención de actividades de concentración masiva debido a la alerta sanitaria por COVID-19. Vigente a partir del 01 de Junio 2020

## 2.2 Bibliografía

- Ministerio de Salud de Costa Rica,  
<https://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/protocolo-limpieza-desinfeccion-areas-mep.pdf>
- Reglamento para los Servicios de Alimentación al Público Decreto Ejecutivo No. 37308-S, Octubre 2012
- CDC What Airport Retail or Food Service Workers Need to Know about COVID-19
  - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/airport-retail-factsheet.html>
- CDC What Grocery and Food Retail Workers Need to Know about COVID-19
  - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/grocery-food-retail-workers.html>
- CDC What Food and Grocery Pick-up and Delivery Drivers Need to Know about COVID-19
  - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/food-grocery-drivers.html>
- Hostelería Madrid lanza una guía técnica para preparar a los bares y restaurantes para su reapertura 23-04-20
  - <https://www.hosteleriamadrid.com/notas-de-prensa/hosteleria-madrid-lanza-una-guia-tecnica-para-preparar-a-los-bares-y-restaurantes-para-su-reapertura/>
- COVID-19 Reopening Guidance National Restaurant Association - Georgia Restaurant Association 23-04-20 <https://www.garestaurants.org/covid-19-restaurant-guide-to-reopening>
- OMS COVID-19 and food safety: guidance for food businesses 07-04-20
  - <https://www.who.int/publications-detail/covid-19-and-food-safety-guidance-for-food-businesses>
- OMS Operational considerations for COVID-19 management in the accommodation sector 31-03-20 <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331638/WHO-2019-nCoV-Hotels-2020.1-eng.pdf>
- Centro para el Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC) <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html>

- Environmental Protection Agency (EPA)  
[https://www.epa.gov/sites/production/files/2020-03/documents/list\\_g\\_disinfectant\\_list\\_003.pdf](https://www.epa.gov/sites/production/files/2020-03/documents/list_g_disinfectant_list_003.pdf)

### 3. DEFINICIONES Y TERMINOLOGÍA

**3.1 Los coronavirus (CoV):** son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV). El coronavirus nuevo es un virus que no había sido identificado previamente en humanos.

**3.2 Tipos:** Es importante tener en cuenta que existen otros cuatro coronavirus humanos endémicos a nivel global: HCoV-229E, HCoV-NL63, HCoV-HKU1 y HCoV-OC43. Estos coronavirus son diferentes al nuevo coronavirus llamado SARS-CoV-2 que produce la enfermedad llamada COVID-19.

**3.3 COVID-19:** es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).

Dependiendo de la especificidad del lineamiento, se pueden tomar las definiciones operativas contenidas en el Lineamiento General de Vigilancia [https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre\\_ministerio/prensa/docs/lineamientos\\_nacionales\\_vigilancia\\_infeccion\\_coronavirus\\_v11\\_02042020.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/lineamientos_nacionales_vigilancia_infeccion_coronavirus_v11_02042020.pdf)

### 4. ABREVIATURAS

- Ministerio de Salud (MS)
- Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS)
- Coronavirus 2019 (COVID-19)
- Organización Panamericana de la Salud (OPS)
- Organización Mundial de la Salud (OMS)
- Equipo de Protección Personal (EPP)
- Unión Nacional de Gobiernos Locales (UNGL)

### 5. CONTENIDO TÉCNICO / REQUISITOS TÉCNICOS

Las Líneas que se exponen a continuación corresponden a buscar la mayor seguridad posible en el uso y disfrute de las playas, donde se pretende que exista una

responsabilidad tanto de la población, como de los responsables de la administración de las playas.

### **5.1 Disposiciones generales a la población:**

- No debe asistir a playas si presenta síntomas de gripe o resfrío como: tos, dolor de garganta, fiebre y dificultad respiratoria.
- Movilizarse a lugares públicos solo en burbujas sociales (personas que viven juntos). Se excluyen grupos de amigos, integrantes de familia que no están día a día conviviendo y compañeros de trabajo.
- Mantenga una distancia de al menos 1,8 metros con respecto a otras personas o burbujas sociales cuando sale de su hogar.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca sin haberse lavado las manos previamente con agua y jabón, ya que son zonas más vulnerables para contagio de agentes infecciosos.
- Cubrirse cuando tose o estornude, utilizando el protocolo de estornudo.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol de un grado de al menos entre 60° y 70°.
- Utilizar formas alternativas de saludar que no impliquen el contacto físico.
- En lugares públicos y de reunión no cantar, gritar o hablar en voz muy alta.
- Mantenerse informado por los medios oficiales como redes del Ministerio de Salud, Caja Costarricense del Seguro Social, Comisión Nacional del Emergencia y conferencia de prensa.
- Los dueños de restaurantes y negocios aledaños a las playas deben de tener control del aforo vigente según lo indique el Ministerio de Salud y denunciar al número de teléfono 1322 las irregularidades que surjan.
- Los administradores de Hoteles aledaños a las playas deben ser corresponsables y velar por que sus huéspedes cumplan las medidas, además deben informar sobre las medidas sanitarias expuestas.
- Se prohíben todo tipo de eventos masivos, conciertos o fiestas en la playa, así como actividades de promoción que puedan causar aglomeración de personas y ruptura de burbujas sociales. En caso de detectarse este tipo de actividades las autoridades de salud pueden proceder a evacuar a las personas y cerrar el acceso a la playa.

### **5.2 Administradores (Municipalidades, ICT, Hoteleros) de playas deben:**

- Garantizar el cumplimiento de la franja horaria determinada en las medidas administrativas vigentes. Rotular las playas con indicaciones sobre las medidas y protocolos de salud, en espacios visibles y estratégicos para los visitantes.

- Garantizar el acceso de agua y jabón para la aplicación del protocolo de lavado de manos, mediante la colocación de piletas en el área de playas.
- No se permite la permanencia de excursiones o grupos con afluencia masiva.
- Debe haber rotulación con las medidas sanitarias vigentes.

### **5.3 Disposiciones de uso de la playa:**

- El uso de playas se regirá por el horario establecido en las medidas administrativas del Ministerio de Salud vigentes.
- No se permiten aglomeraciones tanto dentro como fuera del mar.
- Se puede practicar actividad física mientras **no** implique contacto o cercanía física menor de 1,8 metros, ni que involucren el contacto con un objeto por más de una persona (volleyball, fútbol, frisbee, etc), tanto dentro como fuera del agua
- Se debe mantener el distanciamiento de al menos 1,8 metros respecto de otras personas fuera de su burbuja social, tanto dentro como fuera del agua.
- No se permiten fogatas, asados, picnics o similares.
- Los niños y niñas **No** deben permanecer solos: debe haber una persona que se haga responsable de ellos y que se asegure que se cumplan las medidas de prevención establecidas.

### **5.4 Rol de las Municipalidades y Concejos Municipales de Distrito**

- Los Gobiernos Locales cooperarán con las instituciones y ministerios de Gobierno Central. En la medida de sus posibilidades, cada organización del sector municipal pondrá a disposición el personal humano para la fiscalización y el cumplimiento del presente lineamiento.

## **6. OBSERVANCIA**

<b>Instancia que ejerce control -regulación sobre este lineamiento</b>	<b>Medios de Verificación / Evidencia</b>
Ministerio de Salud	Reportes sobre lineamientos
Direcciones Regionales y Áreas Rectoras de Salud	Inspecciones y Ordenes Sanitarias
Municipalidades y Administradores privados	Supervisión, controles y seguimientos

**ANEXOS**

Anexo 1. Protocolo de lavado de manos, estornudo y tos, otras formas de saludar, no tocarse la cara y población en riesgo.



## Prevenga el coronavirus en 6 pasos



**1** Lavado de manos



**2** No se toque la cara si no se ha lavado las manos



**3** Limpiar las superficies de alto contacto



**4** Protocolo de estornudo y tos



**5** Distanciamiento social



**6** Quedate en casa



**INFORMATE PRIMERO**  
 POR MEDIOS OFICIALES  
 DEL MINISTERIO DE SALUD  
 VISITA [WWW.MINISTERIODESALUD.CO.CR](http://WWW.MINISTERIODESALUD.CO.CR)



# ¿Cómo lavarse las manos?

 DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



1

Humedezca las manos con agua y cierre el tubo



2

Aplique suficiente jabón



3

Frote sus manos palma con palma



4

Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa



5

Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados



6

Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos



7

Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa



8

Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



9

Enjuague abundantemente con agua



10

Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable



11

Use la toalla para cerrar la llave



Ministerio de **Salud**

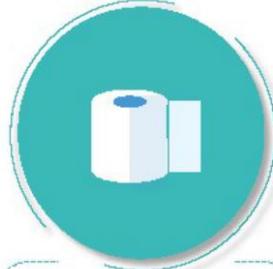
# ¿Cuándo hay que lavarse las manos?



Antes de tocarse la cara



Antes de preparar y comer los alimentos



Después de ir al baño



Antes y después de cambiar pañales



Después de toser o estornudar



Después de visitar o atender una persona enferma



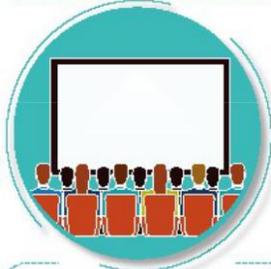
Después de tirar la basura



Después de utilizar el transporte público



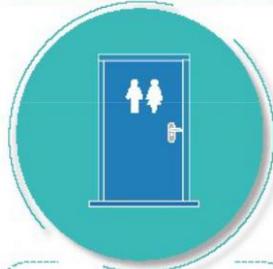
Después de estar con mascotas



Luego de estar en zonas públicas



Después de tocar dinero o llaves



Después de tocar pasamanos o manijas de puertas



## Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio  
de **Salud**



CUBRA SU BOCA Y NARIZ  
CON LA PARTE SUPERIOR DEL  
BRAZO, HACIENDO UN SELLO  
PARA EVITAR SALIDA  
DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE  
CON UN PAÑUELO  
DESECHABLE



DEPOSITE EL PAÑUELO  
EN EL BASURERO,  
NO LO LANCE  
AL MEDIO AMBIENTE



NUNCA SE TOQUE LA CARA  
SINO SE HA LAVADO  
LAS MANOS  
CON AGUA Y JABÓN

**¡DETENGA EL CONTAGIO!**

# Hay otras formas de saludar no lo hagas de mano, beso o abrazo



CON EL PIE



JUNTANDO LAS MANOS



AGITANDO LAS MANOS



CON EL PUÑO DE LEJOS



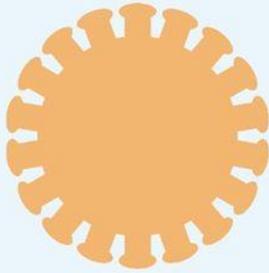
CON ELCODO



Ministerio de **Salud**  
Costa Rica

## Las personas con factores de riesgo pueden desarrollar complicaciones de salud en caso de adquirir el COVID-19

Si sos:



- Diabético.
- Cardiópata.
- Hipertenso.
- Persona mayor.
- Tienes padecimientos pulmonares, cáncer o alguna enfermedad que comprometa tu sistema inmune.

Necesitamos cuidarte más:



Lavado de manos frecuente.



Nada de besos o abrazos.



Lejitos de personas con síntomas respiratorios.

Ministerio  
de **Salud**  
Costa Rica

