

Guía #6

¿Por qué los espacios públicos son los lugares más seguros durante la pandemia?

YO ME CUIDO

#PerúTeQuiero

En esta guía encontrarás:

- Cuadro de riesgos de contagio en espacios cerrados / públicos.
- ¿De qué hablamos cuando hablamos de espacio público?
- Usos del espacio público, dimensiones y distancias.
- ¿Qué debe hacer tu municipalidad? Llevar tu responsabilidad ciudadana más allá.
- Mantener tu seguridad y bienestar en espacios públicos.

¿Por qué los espacios públicos son los lugares más seguros durante la pandemia?

1- Cuadro de riesgos de contagio en espacios cerrados / públicos:

Las partículas virales del SARS-CoV-2 se propagan con mayor facilidad en espacios cerrados que al aire libre esto debido a que el aire baja la cantidad de concentración y reduce las dosis de partículas inhaladas.

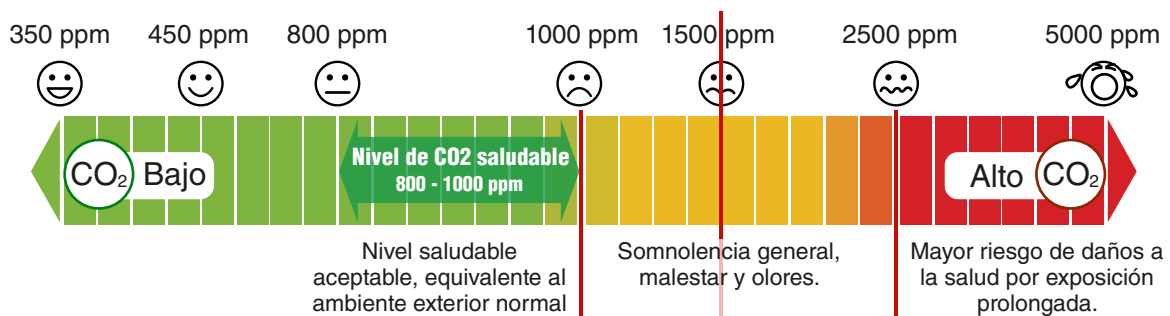
El covid19 se propaga a través de pequeñas partículas líquidas que personas infectadas expulsan al toser, estornudar, cantar o tan sólo hablar. Estas partículas tienen diferentes tamaños: las más grandes se llaman gotículas respiratorias y las más pequeñas aerosoles. La diferencia de tamaño hace que por ejemplo, las gotículas respiratorias caigan y se mantengan en los objetos; los aerosoles, pueden permanecer (por su tamaño) en el aire por varias horas; siendo esta última es la principal vía de contagio.



La ventilación es una "medida de mitigación importante" contra la transmisión de aerosoles de largo alcance como los del Covid 19, aunque no es probable que reduzca la transmisión de corto alcance o la transmisión a través de superficies, por ello, el Grupo Asesor Científico para Emergencias recomienda otras mitigaciones, como reducir la duración de las actividades de riesgo (como hablar, toser o cantar) y usar mascarillas.

¿Cómo saber si un espacio está correctamente ventilado?

Existe una medida que sirve para medir la concentración del aire, es decir cuántas partículas existen en un determinado espacio: ppm. Las concentraciones de más de 600 ppm (0,6 ml de CO₂ /litro de aire) se suele decir que el ambiente está cargado. Cuando esta concentración sube por encima de los 1.000 ppm (1 ml de CO₂ /litro de aire) , se entiende que hay una mala ventilación del espacio. Según las medidas de espirometría médicas (técnica que se usa para medir la cantidad de O₂ y CO₂ que respiramos y exhalamos respectivamente), una persona expira unos 450 ml de CO₂ por minuto. De ahí la importancia de que **las personas mantengan siempre los ambientes ventilados tanto para evitar el contagio como la acumulación de otras partículas que expulsamos al expirar.**



		Poca gente			Mucha gente			Riesgo de transmisión
		Exterior Buena ventilación	Interior Buena ventilación	Interior Escasa ventilación	Exterior Buena ventilación	Interior Buena ventilación	Interior Escasa ventilación	
Con mascarillas, contacto breve (Hasta 15 min)	En silencio	Verde	Verde	Verde	Verde	Verde	Amarillo	*Casos con el límite que dependen de otras variables como la distancia, el número de personas y el tiempo de exposición
	Hablando	Verde	Verde	Verde	Verde	Verde	Amarillo	
	Cantando, gritando	Verde	Verde	Amarillo	Amarillo	Amarillo	Rojo	
Con mascarillas, contacto prolongado (45 min hasta 2 horas)	En silencio	Verde	Verde	Amarillo	Verde	Amarillo	Rojo	
	Hablando	Verde	Verde	Amarillo	Amarillo	Amarillo	Rojo	
	Cantando, gritando	Verde	Amarillo	Rojo	Amarillo	Rojo	Rojo	
Sin mascarillas, contacto breve (Hasta 15 min)	En silencio	Verde	Verde	Amarillo	Amarillo	Amarillo	Rojo	
	Hablando	Verde	Amarillo	Amarillo	Amarillo	Rojo	Rojo	
	Cantando, gritando	Amarillo	Amarillo	Rojo	Rojo	Rojo	Rojo	
Sin mascarillas, contacto prolongado (45 min hasta 2 horas)	En silencio	Verde	Amarillo	Rojo	Amarillo	Rojo	Rojo	
	Hablando	Amarillo	Amarillo	Rojo	Rojo	Rojo	Rojo	
	Cantando, gritando	Amarillo	Rojo	Rojo	Rojo	Rojo	Rojo	

Fuente: British Medical Journal

*Consulta normativa nacional con el Ministerio de Salud (MINSa).

Cuadro de la guía de acondicionamiento de espacios públicos abiertos en el marco del Estado de Emergencia Nacional

#EspacioPúblico

2- ¿De qué hablamos cuando hablamos de espacio público? y ¿por qué es un espacio tan importante en tiempos de pandemia?



El espacio público es todo lugar de propiedad y/o uso público, accesible, y que puede ser disfrutado por todos y todas; como calles, avenidas, alamedas, plazas, malecones, playas, y otros espacios abiertos y equipamientos públicos. **Los espacios públicos son donde las personas se encuentran y aprenden a convivir,** por lo que permiten vivir una ciudadanía de manera plena y activa.

- Los espacios públicos son importantes para el bienestar individual y social, la vida de la comunidad, las expresiones de diversidad y para la identidad.
- Los espacios públicos consisten en espacios abiertos y en espacios techados sin fines de lucro y para el disfrute de todos (como bibliotecas públicas y museos).
- Los espacios públicos deben ser accesibles y sin barreras¹.

¹ *Ocupa Tu Calle, ONU-Habitat y Fundación Avina. (2018). Intervenciones Urbanas Hechas por Ciudadanos: Estrategias Hacia Mejores Espacios Públicos. Lima: Ocupa Tu Calle, ONU-Habitat y Fundación Avina.*

#EspacioPúblico

La cuarentena ha evidenciado el importante rol que cumplen los espacios públicos en la salud mental y física de las personas al ser un lugar de encuentro, promoción del deporte y recreación, así como de una movilidad sostenible más segura a través del uso de la bicicleta y la caminata. Además, es pieza clave para la reactivación económica y la generación de trabajo (a través de la activación de ferias por ejemplo).

Por ello, es importante que se priorice distribuir y diseñar el espacio público pensando en las personas y no en los vehículos. Esto se traduce en veredas más amplias, ciclovías, calles con menor velocidad, zonas de descanso, entre otras.



5 razones por las que los espacios públicos deben estar a disposición de la ciudadanía durante la pandemia:

- Áreas amplias con mayor posibilidad de mantener distancia física = menor posibilidad de contagio.
- Ventilación constante.
- Espacios públicos abiertos = igualdad en el acceso a áreas recreativas o de descanso.
- Mejora en la salud física y mental de la ciudadanía.
- Posibilidad de delimitación de áreas para control: áreas de accesos específicos, zonas de contención previa, delimitación de áreas internas distanciadas entre sí, control de número de usuarios y usuarias.

#EspacioPúblico

Para poder mantenernos seguros y proteger a otros en el espacio público, es importante seguir las recomendaciones de salud. Como medidas mínimas, debes usar mascarillas KN95, llevar alcohol en gel para lavarse las manos si tocas alguna superficie y mantener distancia con respecto a otras personas. Puedes encontrar más recomendaciones de cómo cuidarte aquí: <https://perutequero.pe/guias>



Usar mascarilla



Alcohol en gel



Tomar distancia

El Ministerio de Vivienda Construcción y Saneamiento ha publicado recientemente la “Guía de acondicionamiento de espacios públicos abiertos en el marco del Estado de Emergencia Nacional” (Puedes verla aquí), en donde se especifican medidas de distanciamiento según el tipo de actividades que realizamos en los espacios públicos:

- Para sentarnos en mobiliarios: 1.5m
- Para caminar: 1.5m
- Para correr: 5 m
- Para hacer ejercicio o actividad física estacionaria: 3m
- Para realizar picnics: 3m.
- Para montar bicicleta: 10 m



#ResponsabilidadCiudadana

3- ¿Qué debe hacer tu municipalidad? Llevar tu responsabilidad ciudadana más allá

Lima Cómo Vamos y Ocupa Tu Calle vienen impulsando el Pacto por los Espacios Públicos, un instrumento de acompañamiento a las municipalidades del Perú para que promuevan una mejor gestión de los espacios públicos y planificación de las ciudades. **El Pacto abarca seis ejes temáticos que incluyen diversos compromisos:**



1. Inclusión

Derechos humanos, género, migración



2. Ambiente

Ecosistemas natural, manejo de residuos, áreas verdes



3. Movilidad Sostenible

Peatonalidad, intermodalidad (conexión entre distintos medios de transporte)



4. Infraestructura y equipamiento colectivo

Espacios y equipamiento colectivos, mercados

#ResponsabilidadCiudadana



5. Organización y Cultura

Juntas vecinales, grupos y organizaciones culturales



6. Transparencia

Acceso a información pública

Puedes conocer más sobre el Pacto y ver el detalle de los compromisos aquí:

<https://ocupatucalle.com/pacto/>

¿Qué beneficios reciben las municipalidades que forman parte del Pacto por los Espacios Públicos?

- Acompañamiento de **Lima Cómo Vamos y Ocupa Tu Calle**
- **Capacitaciones** de especialistas sobre los ejes temáticos
- **Espacios de difusión** de sus logros y progreso
- **Oportunidades de financiamiento** de fondos semilla para proyectos piloto en espacios públicos

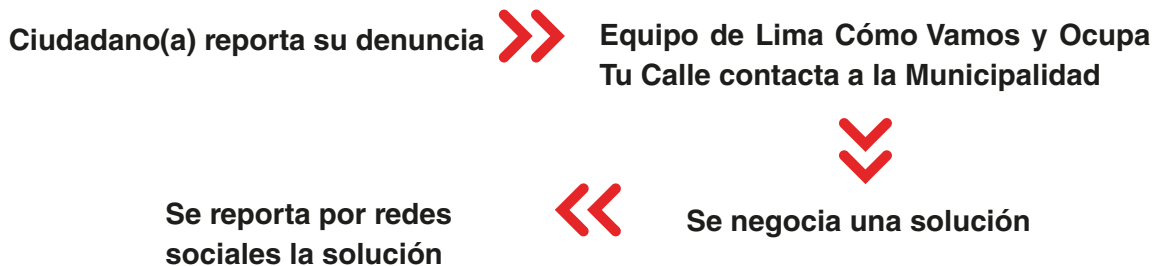


#Prevención

¿Cómo puedo sumarme al trabajo del Pacto por los Espacios Públicos?

Para lograr que se cumplan los compromisos del Pacto, es muy importante que la ciudadanía participe activamente a través de la vigilancia y monitoreo de la gestión de los gobiernos locales:

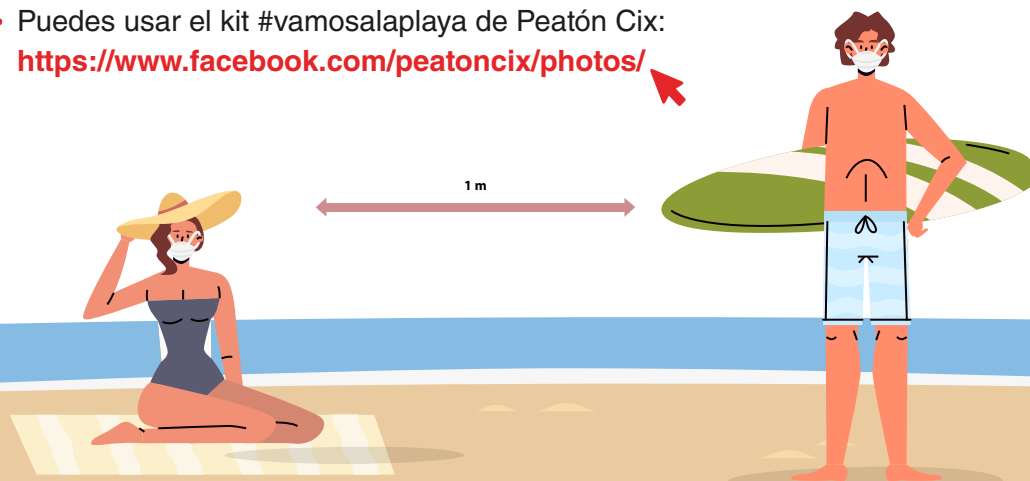
Puedes reportar situaciones que atenten contra el uso de los espacios comunes o infrinjan los compromisos suscritos por tu municipio mediante fotografías o videos.



Si te interesa que las autoridades de tu distrito se suscriban al Pacto puedes contactarte con el equipo de **Lima Cómo Vamos u Ocupa tu Calle** a través de sus redes sociales o por correo: observatorio@limacomovamos.org / hola@ocupatucalle.com

4- Mantener tu seguridad y bienestar en espacios públicos (en la playa)

- Para calcular un metro de distancia, puedes extender tus brazos hacia los costados
- De ser posible, prioriza movilizarte en bicicleta, scooter o caminando.
- Si tú o tus hijos van a estar en contacto con otras niñas y niños, elige juegos que no impliquen contacto físico como “Charadas”, “Simón dice”, “Escondidas”, entre otros.
- ▶ Puedes usar el kit #vamosalaplaya de Peatón Cix: <https://www.facebook.com/peatoncix/photos/>



#PerúTeQuiero



niC Maish



Centro de Empoderamiento
Social Comunitario



De-Mentes



InnovaLab

Innovación en Salud

