

¿Qué es el coronavirus?



La enfermedad del coronavirus 2019 (Covid-19) es una afección respiratoria que se puede propagar de persona a persona. El virus que causa el Covid-19 es un nuevo coronavirus que se identificó por primera vez durante la investigación de un brote en Wuhan, China.

OBJETIVO

El objetivo de este protocolo es informar sobre las recomendaciones de medidas preventivas que se deben tomar como consecuencia del COVID-19

ASPECTOS A TENER EN CUENTA

- Recomendación de permanecer en casa en caso de fiebre (más de 37,5°) u otros síntomas de la gripe (secreción nasal, estornudos, tos...), así como a la recomendación de llamar al médico de familia y/o la autoridad sanitaria, así como al servicio de prevención de empresa en caso de que se disponga del mismo.
- Conocimiento y aceptación del hecho de no poder entrar o permanecer en la empresa, así como tener que declarar rápidamente, incluso después de la entrada, cuando se den las condiciones de peligro (síntomas de gripe, temperatura elevada, procedencia de zonas de riesgo o contacto con personas positivas en COVID-19 en los 14 días anteriores, etc.) en las que las disposiciones del Gobierno exigen informar al médico de familia y/o la autoridad sanitaria y permanecer en el domicilio.
- El compromiso de cumplir todas las disposiciones del Gobierno y del empleador al permitir el acceso a la empresa (en particular, mantener la distancia de seguridad, observar las normas de higiene de las manos y mantener un comportamiento correcto en materia de higiene).

El compromiso de informar al empleador de manera rápida y responsable sobre la presencia de cualquier síntoma de gripe durante la realización del trabajo, cuidando de permanecer a la distancia adecuada de las personas presentes.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Lavarse las manos con agua y jabón, o con desinfectante para manos a base de alcohol.
- Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con una mascarilla médica, un pañuelo de papel, la manga, o con la cara interna del codo flexionado. ¿Por qué? Al cubrir la boca y la nariz durante la tos o el estornudo se evita la propagación de gérmenes y virus. Si estornudas o toses cúbrete con las manos, puedes contaminar los objetos o las personas a los que toques.
- Evite el contacto directo. Mantenga una distancia interpersonal de al menos 2 metros con las demás personas, particularmente aquellas que presenten síntomas gripales o de resfriado.
- Se han puesto carteles ilustrativos en todos los centros con diferentes medidas preventivas que se deben tener en cuenta.



RECOMENDACIÓN LAVADO DE MANOS CON AGUA

REYNASA RECAMBIOS

- Mójate las manos con agua.
- Utiliza la cantidad suficiente de jabón.
- Frotate bien las palmas de las manos.
- No te olvides del dorso de ambas manos.
- Presta atención al espacio entre los dedos.
- Frotate el dorso de los dedos.
- Lava los pulgares con un movimiento de rotación.
- Equivalente la vuelta de los dedos.
- Enjuágate con agua.
- Secate las manos con una toallita o un secador.
- Coloca el papel antes de tirarlo.

Preparando la vuelta a la actividad con CALMA
Cuidando a las Empresas | Cuidando a las Personas

ESPACIOS SEGUROS RECEPCIÓN / SALA ESPERA

REYNASA RECAMBIOS

- Evita aglomeraciones. Entra y sal de forma escalonada.
- Distancia mínima (2m) manténla, si no usas mascarilla.
- Evita tocarte la cara especialmente los ojos, la nariz y la boca.
- Lávate las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico, antes y después de usar móvil, tarjetas, etc.
- No vengas acompañado de niños y personas mayores.

¡Recuerda!
Mantén la puerta de acceso abierta, siempre que sea posible, para asegurar la renovación de aire.

Cuidando a las Empresas | Cuidando a las Personas



RECOMENDACIÓN COLOCACIÓN Y RETIRADA DE MASCARILLAS

REYNASA RECAMBIOS

- La mascarilla debe cubrir totalmente la boca y la nariz. Ajusta correctamente.
- Sujétala con la parte de la mano, en su parte exterior, para poder colocarla.
- Coloca, con la otra mano, los elásticos detrás de la cabeza hasta el suelo o detrás de las orejas.
- Ajusta el elástico. El elástico al cruzarse en el cuello, o en las orejas.
- Desecha la mascarilla si la respiración se vuelve difícil.
- Retira la mascarilla tocando solo las cintas de sujeción.

Preparando la vuelta a la actividad con CALMA
Cuidando a las Empresas | Cuidando a las Personas

RECOMENDACIÓN RETIRADA DE GANTES

REYNASA RECAMBIOS

- Coge el guante desde la muñeca tocando sólo la zona exterior.
- Extrae hacia afuera para que el exterior NO toque la piel.
- Desecha y enjuga con la otra mano.
- Introduce el dedo de la mano limpia dentro del guante tocando sólo la parte interna.
- Desecha hacia afuera envolviendo el otro guante.

Preparando la vuelta a la actividad con CALMA
Cuidando a las Empresas | Cuidando a las Personas

LIMPIEZA

Todas las empresas de limpieza que están contratadas están actuando de acuerdo a un protocolo establecido y tienen riguroso cuidado; de igual forma el trabajador lo debe tener en cuenta:

- No acercarse a más de un metro y medio de la persona de limpieza.
- Cuando se acerque para limpiar una superficie de trabajo (mesa, ratón..) no se la puede hacer esperar.
- No se puede entrar en los baños mientras estén limpiándolo.
- Si queremos que incidan sobre alguna superficie en particular, hay que decírselo.



ELEMENTOS A LIMPIAR Y DESINFECTAR

- **Limpieza de todas las superficies** (mesas, sillas, estanterías, teclado, ratón, teléfonos, etc.) se limpiarán con bayeta.
- Se prestará especial atención a los **interruptores de luz, alarmas, pomos de puertas, máquinas de fichar** (a pesar de que se debe fichar desde el móvil), **mandos de aire acondicionado**.
- **Se tendrán en cuenta las zonas comunes:** Pasamanos y barandillas de pasillos y escaleras,
- En los **aseos y vestuarios** se limpiará también con la disolución de lejía haciendo especial hincapié a grifos, pulsadores de descarga de urinarios y WC, pulsadores de jaboneras.
- En los **vehículos de empresa**, será responsabilidad de su conductor y deben mantener limpio los volantes, emisoras, cinturones, palancas de cambio, freno de mano, etc.); cada vehículo tendrá un spray higienizante aeroalcohólico para poder mantener el vehículo limpio de infecciones. Se deberá desinfectar el vehículo tras cada uso.
- El **personal de limpieza** utilizará equipo de protección individual adecuado según su evaluación de riesgos y con marcado CE (guantes desechables EN-374, mascarilla FFP-2).

MEDIDAS EN PERSONAS CON SÍNTOMAS

Estas medidas se aplicarán a todas aquellas personas que muestren SÍNTOMAS de estar contagiados. Los síntomas más comunes incluyen fiebre (más de 37,5°), tos seca, y sensación de falta de aire. En algunos de los casos también puede haber síntomas digestivos como diarrea y dolor abdominal.

Si ocurren antes de comenzar la jornada laboral,

- La persona trabajadora deberá comunicarlo a su responsable directo, no acudir al centro de trabajo y ponerse en contacto con los servicios sanitarios de su Comunidad Autónoma, el trabajador deberá aportar el correspondiente parte médico de baja a la mayor brevedad posible.

Si los síntomas aparecen **durante la jornada laboral**, siguiendo lo establecido por las autoridades sanitarias, se deberá tener en consideración:

- Valorar si presenta criterio clínico, es decir, si presenta síntomas compatibles con infección respiratoria aguda, de cualquier gravedad, si tiene fiebre, tos seca o dificultad respiratoria.

A partir de lo anterior, se considerará caso de probable investigación y se procederá a realizar los siguientes pasos:

- La persona abandonará su puesto de trabajo, por indicación de la empresa, proporcionándole ésta los medios necesarios para no extender el virus, derivándole a su domicilio, evitando el contacto con otras personas trabajadoras del centro. Se informará a los Delegados de Prevención.
- En caso de personal de subcontrata, se informará a los responsables de la empresa afectada y al responsable de la empresa contratista, que deberá ponerlo en conocimiento del resto de empresas intervinientes, de haberlas, y, en su caso, del Comité de Seguridad y Salud y/o la representación legal de los trabajadores. En ambos casos la persona trabajadora se pondrá en contacto con las Autoridades Sanitarias (Comunidad Autónoma correspondiente) a través del teléfono habilitado al efecto.

DURANTE LA JORNADA

- En la medida de lo posible, se distribuirá el trabajo para mantener la distancia de seguridad (2 metros). La planificación de las actividades tendrá en cuenta la distribución de equipos de trabajo para minimizar la coincidencia de trabajadores de diferentes operaciones, actividades o áreas, en la medida en que sea posible.
- Se organizarán los vehículos de trabajo de tal modo que se disponga de la mayor separación posible entre los operarios.

- Se pedirá a todas las personas del centro de trabajo, en la medida de lo posible, que guarden las distancias aconsejadas por las autoridades sanitarias, durante la ejecución de los trabajos y en todo el recinto. Se coordinarán los mismos para distribuirlos en diferentes áreas.
- Siempre que las circunstancias de trabajo así lo requieran, la empresa facilitará a las personas trabajadoras los equipos de protección individual adicionales que resulten necesarios de acuerdo con los procedimientos que se establezcan por la autoridad sanitaria.
- Se reducirán los viajes durante la jornada laboral en la medida de lo posible. Se restringirán las visitas al centro de trabajo.
- Se facilitará e incrementará el uso de la tecnología para realizar reuniones, entre las que son de especial interés las teleconferencias (audioconferencias y videoconferencias).
- De ser necesario impartir instrucciones a los representantes o responsables de las empresas concurrentes, se procurará hacerlo con el menor número de personas y siempre que sea posible al aire libre o utilizando sistemas de videoconferencia.
- Se evitará el acceso de personal ajeno a la organización que no sea esencial para el desarrollo de la actividad.

ZONAS COMUNES

se establecerán medidas de organización para evitar aglomeraciones en espacios comunes, tales como comedores, zonas de fumadores y vestuarios, por ejemplo, estableciendo turnos para su utilización manteniendo en todo caso la distancia entre personas.

- El acceso a los espacios comunes está supeditado a la ventilación continua de los locales, al mantenimiento de la distancia de seguridad de dos metros entre las personas que los ocupan o en su defecto el uso de mascarillas.
- Se recomienda hacer uso de vasos para coger agua de los enfriadores de agua para no acercar la boca al grifo (porque hay demasiado contacto con las manos y potencialmente con la saliva).
- Se guardarán mientras dure el estado de emergencia las cafeteras comunes en las oficinas.

EN ZONA DE VESTUARIOS

- Se limitará todo lo que sea posible el número de usuarios al mismo tiempo
- Se limitará el contacto entre los trabajadores durante los cambios de turno

REUNIONES Y FORMACIONES

- Se evitarán las reuniones, salvo las que sean estrictamente necesarias. En todo caso se guardará la distancia de seguridad:
- Como se ha señalado, se facilitará e incrementará el uso de la tecnología para realizar reuniones, entre las que son de especial interés las teleconferencias (audio conferencias y videoconferencias).
- Los movimientos dentro del recinto de la empresa deben limitarse al mínimo y de acuerdo con las indicaciones de la empresa.
- No hay eventos / No hay formación en el aula - Se suspenden y cancelan todos los eventos internos y las actividades de formación en el aula, incluso los obligatorios, aunque ya estén organizados; sigue siendo posible, si la organización de la empresa lo permite, llevar a cabo la formación a distancia, incluso para los trabajadores en teletrabajo.

MEDIDAS PERSONALES

- Deben limpiarse las manos frecuentemente con agua, jabón, durante 40 segundos.
- Se colaborará en mantener limpios los aseos y las zonas comunes
- Se evitará beber de los grifos o fuentes directamente. Se deberá utilizar recipientes individuales o vasos desechables.
- No compartir vasos, botellas y cubiertos con los compañeros.
- No agruparse formando corrillos.
- No abandonar el centro durante la jornada laboral.
- Respetar el aforo de las instalaciones de almuerzo y de descanso.

ACTUALIZACIÓN DEL PROTOCOLO

El protocolo de actuación deberá aplicarse durante la fase de recuperación y actualizarse/retirarse en función de la evolución de la situación y las directrices de las autoridades.