

**PLAN DE PREVENCIÓN ANTE
LA ALERTA SANITARIA
POR EL COVID-19
(MODELO)**

Actualitzado: 16 de marzo de 2020
**Departamento de Vigilancia de la Salud
REMELCAT, S.L.**

ÍNDICE.....	¡Error! Marcador no definido.
INTRODUCCIÓN.....	3
CONTEXTO.....	3
MEDIDAS PREVENTIVAS.....	3
Medidas ambientales.....	3
Medidas de higiene personal.....	3
Medidas individuales.....	4
Medidas organizativas.....	5
EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL.....	6
ACTUACIÓN ANTE UN CASO POSIBLE, POSITIU O CONFIRMADO.....	6
PERSONAL ESPECIALMENTE SENSIBLE ANTE EL COVID-19.....	7

INTRODUCCIÓN.

La aparición de esta nueva alerta sanitaria provocada por el virus COVID-19 implica la necesaria colaboración de todos los agentes sociales (administración ciudadanos, empresarios y trabajadores) con el objetivo de prevenir y minimizar su propagación.

El protocolo o **Plan de Prevención ante el COVID-19** es una manera de dar respuesta a la obligación de todo empresario de evitar o minimizar los riesgos a los cuales puede estar sometido un trabajador. Entendiendo que cualquier empresa puede estar en riesgo, sea cual sea su sector, fuera adecuado establecer los criterios por los cuales la empresa se guiará para evitar o reducir la posible infección por esta gente, en el ámbito laboral o a consecuencia de la actividad laboral de la empresa.

CONTEXTO.

La alerta sanitaria ante la cual nos encontramos coloca a las empresas en un nuevo escenario desconocido a la vez que incierto.

Una vez decretado el Estado de Alarma por parte del Gobierno Español con el mantenimiento de la actividad empresarial, hay que continuar protegiendo a los trabajadores ante este nuevo riesgo de salud pública al cual están sometidos.

Solo con la conciencia colectiva lograremos el objetivo que nos proponemos: eliminar y reducir el riesgo de contagio por COVID-19. Por lo tanto, este protocolo será de aplicación a todos y cada uno de los centros de trabajo así como a todas las personas que actúen en los diferentes lugares de trabajo o a las instalaciones: trabajadores, visitas, contratados y cualquier persona que acceda.

MEDIDAS PREVENTIVAS.

Medidas ambientales.

- Reforzar la **limpieza** de zonas comunes.
- **Ventilación** frecuente de las salas y espacios comunes.
- Hacer limpieza con los **productos habituales**. Productos como la lejía inactivan el virus depositado en la superficie pasados cinco minutos de haber entrado en contacto con el producto.
- Eliminar, en lo posible, los objetos que sean difíciles de limpiar.

- Reorganizar los lugares de trabajo de forma que exista la **distancia prudencial** de más de un metro entre personas sea entre compañeros. Si se hace atención al público, mantener esta distancia con los clientes.
- Evitar **aglomeraciones** en los espacios comunes (comedores, aulas...). Mantener la distancia de seguridad superior a un metro entre personas. Instaurar nuevos turnos por comida para asegurar que se mantiene esta medida.

Medidas de higiene personal.

- Reforzar las **medidas higiénicas** habituales ante dolencias que se transmiten por vía respiratoria mediante indicaciones orales y escritas. Colgar carteles informativos en las zonas comunes.
- Establecer la obligación en todo el mundo que entre a las instalaciones a que se **laven las manos** (con agua y jabón o preparados con alcohol).
- Proporcionar **cajas de pañuelos** de papel desechable y contenedores para su eliminación a los diferentes lugares de trabajo.
- **Evitar compartir** enseres de comer, vasos o cualquier elemento sin haberlos limpiado previamente.

Las **medidas higiénicas habituales** a reforzar y se tienen que comunicar a todos los trabajadores son:

- Cuando toséis o estornudáis, tapaos la boca y la nariz con un pañuelo desechable, y tiradlo al cubo de la basura enseguida. Si no tenéis pañuelo, toséis o estornudáis a la parte superior de la manga o a la zona de flexión del codo.
- Lavaos las manos con frecuencia con agua y jabón durante más de 30 según, o uno con preparado con alcohol, y enjugáoslas bueno (sobre todo después de tocar superficies comunes, como por ejemplo barandillas, manecillas de puertas, teclados y ratones de ordenador, teléfonos, elementos de sujeción en el transporte público y después de estornudar y mocaros).
- Ventiláis a menudo los espacios cerrados abriendo las ventanas.
- Evitáis el contacto próximo con personas enfermas de la gripe o con síntomas similares, y no compartís comer ni enseres (cubiertos, vasos, servilletas, pañuelos...) y otros objetos sin limpiarlos debidamente.
- Quedaos a casa si creéis que estáis enfermos y trucáis en vuestro Centro de Atención Primaria, al CatSalut Responde: (061) o al 112. Por consultas o dudas se han habilitado el 010 y el 012.

Medidas individuales.

Atención a la aparición de síntomas (**fiebre, tos seca y sensación de carencia de aire**). Los trabajadores que tengan cualquier de estos síntomas y/o han viajado a zonas “sensibles” o hayan estado en contacto estrecho con un caso positivo, tendrán que permanecer en casa y confinarse durante 14 días.

Si son clientes, se les tiene que prohibir la entrada.

Redactar el procedimiento/instrucciones a seguir en caso de que alguien refiera algún síntoma estando en vuestras instalaciones: mantenerlo en una sala separado del resto, colocarle una mascarilla si se tiene y llamar al 061. Ellos os indicarán los pasos a seguir.

Medidas organizativas.

En la medida de lo posible, organizar el trabajo de forma que se reduzca el número de personas trabajadoras expuestas, estableciendo reglas para evitar o reducir la frecuencia y el tipo de contacto persona a persona. Hay que mantener una distancia superior al metro entre los diferentes lugares de trabajo.

En función de la actividad de la empresa se pueden añadir medidas como anular reuniones en salas cerradas o charlas que puedan hacerse de manera no presencial.

Esta información habrá que transmitirla a las empresas colaboradoras que realicen tareas a las instalaciones de la empresa y a los proveedores, como parte de la **coordinación de actividades**.

1. Restricciones de acceso.

Si accede personal externo a las instalaciones (personal de limpieza, instaladores,...), habrá que transmitirles también esta información. Se puede valorar que firmen un documento donde declaren que no tienen ni han tenido ningún síntoma en los días previos ni han estado de viaje a alguna “zona sensible”.

2. Paralización de la actividad.

Las empresas pueden adoptar medidas organizativas que, de manera temporal, eviten situaciones en las cuales haya **contacto social** sin necesidad de parar su actividad.

Dada la situación marcada por el Gobierno a fecha 16/03/2020 hay que priorizar el teletrabajo. Evidentemente, no será posible para todas. Por lo tanto, hará falta:

- ✓ Identificar qué lugares de trabajo pueden realizar sus tareas por vía telemática desde casa y en qué porcentaje.

- ✓ Valorar los casos en particular. Con aquellos que no puedan asumir el 100% de sus tareas mediante el teletrabajo, habrá que llegar a un acuerdo de la manera en la cual se recuperarán las horas no trabajadas.
- ✓ En los casos en que no sea posible hacer teletrabajo, habrá que decidir ante qué situación se parará la actividad total del centro (p.ej. ante un caso positivo de algún trabajador).

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL.

Tal como nos marcan las directrices del Ministerio de Sanidad, la población sana no necesita ponerse ninguna mascarilla.

Las **mascarillas** ayudan a prevenir la transmisión del virus, por lo tanto, solo las tienen que llevar aquellas personas que han sido clasificadas como casos positivos/probables o en investigación.

Únicamente el **personal sanitario** que entre en contacto estrecho con pacientes con patologías así como el personal de las farmacias o centros odontológicos se les recomienda que usen mascarillas como refuerzo de las medidas de prevención.

Podéis proveeros de **mascarillas quirúrgicas** pero para usarlas solo cuando una persona refiera un posible contacto con un caso positivo (este tipo de mascarilla no protege al trabajador que la lleva puesta, solo sirve para evitar posibles contagios en caso de estar infectado y no presentar síntomas). En 15 minutos son inefectivas porque se han humedecido. Habrá que eliminarlas en un cubo separado.

Determinados sectores (alimentación, laboratorios...) trabajan habitualmente con **guantes**. Mantened los EPIs recomendados en las evaluaciones de riesgo. De momento, no hay que añadir ninguno más.

La prevención más efectiva es el **lavado de manos** y el evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos. Son las manos las que facilitan la transmisión.

ACTUACIÓN ANTE UN CASO POSIBLE, POSITIVO O CONFIRMADO

En la empresa se pueden dar dos situaciones: la comunicación telefónica por parte de un trabajador que ha sido clasificado como positivo o el inicio de los síntomas mientras desarrolla sus tareas en el centro de trabajo.

Ante la presencia de un trabajador con **tos, fiebre y sensación de falta de aire** que se encuentra en su casa habrá que restringirle la entrada a la empresa. Tendrá que llamar al teléfono 112 o 061 y seguir las indicaciones del personal sanitario. Ellos establecerán los

criterios a seguir en función de si ha viajado o ha estado en contacto con posibles infectados. Durante mínimo 14 días tendrá que permanecer de baja médica.

Si el trabajador que presenta estos síntomas se encuentra a la empresa, habrá que mantenerlo dentro de una sala aislado o alejado del resto de personal hasta que se pose en contacto con el personal sanitario del 061 o 112 y se establezcan los criterios a seguir. En caso de que se tenga mascareta FFP2, colocar una. El resto de personal que entre en contacto tendrá que mantener la distancia de más de 2 metros y reforzar las medidas higiénicas.

Habrà que realizar una **limpieza profunda** posterior en las zonas con las cuales haya estado en contacto.

Las actuaciones de confinamiento o ingreso ante casos posibles positivos o confirmados serán marcadas por el Departamento de Epidemiología de la Generalitat.

Las actuaciones a seguir por parte de la empresa a partir de este momento, quedan establecidas en el *Protocolo de Actuación ante confirmación de casos positivos/probables o en investigación*.

PERSONAL ESPECIALMENTE SENSIBLE FRENTE AL COVID-19

Según se establece en el protocolo del Ministerio de Sanidad¹, debe evitarse la exposición de los trabajadores sanitarios y no sanitarios que, en función de sus características personales o estado biológico conocido, debido a patologías previas, medicación, trastornos inmunitarios, embarazo o lactancia sean consideradas especialmente sensibles a este riesgo.

En relación con el COVID-19, se considerará especialmente sensible a las personas que presentan hipertensión, procesos de tipo cardiovascular, diabetes, patologías respiratorias crónicas, patologías de tipo inmunitario y personas en tratamiento de cáncer.

A este respecto, se recomienda reubicar a estas personas en puestos con tareas con baja probabilidad de exposición.

¹ Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus.

HIGIENE DE LES MANS

TÈCNICA DEL RENTAT DE MANS AMB SABÓ

De 40 a 60 segons



1 Un cop s'han mullat les mans amb aigua, aplicar-hi sabó.



2 Friccionar un palmell amb l'altre.



3 Friccionar el palmell de la mà dreta sobre el dors de l'esquerra i viceversa.



4 Friccionar un palmell amb l'altre amb els dits entrelaçats.



5 Friccionar el dors dels dits contra el palmell oposat amb els dits travats.



6 Friccionar per rotació els dits de la mà esquerra tancada al voltant del dit polze dret i viceversa.



7 Friccionar per rotació les puntes dels dits juntes sobre el palmell de la mà contrària i viceversa.



8 Esbandir-se les mans.



9 Eixugar-se les mans amb una tovallola de paper.



10 Utilitzar el mateix paper per tancar l'aixeta.