

**CREAMOS EMPRESAS SALUDABLES**

**GESINOR**  
SERVICIO DE PREVENCIÓN



## **MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL DEL CONTAGIO PARA LA VUELTA AL TRABAJO**

Actualización 05 de abril 2020

---

## **MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL DEL CONTAGIO PARA LA VUELTA AL TRABAJO**

Es importante quedarse en casa si se detecta fiebre (>37,5°) u otros síntomas propios del COVID-19 y comunicarlo a la empresa para el posterior control con los posibles contactos.

Si la incorporación al trabajo se hace escalonadamente, es importante proteger a las personas más sensibles. Contacta con el Servicio Médico de Gesinor para asesorarte en la vuelta de estas personas.

Una vez iniciado el turno, es importante comunicar a la empresa posibles síntomas que pudieran presentarse rápidamente. La empresa procederá a una limpieza y desinfección profunda de la zona.

Antes de acceder al lugar de trabajo, el personal puede ser sometido a control de la temperatura corporal al inicio de la jornada.

Los trabajadores deben permanecer a 2m de distancia unos de otros.

Es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo.

### **a- MEDIDAS DE HIGIENE PARA TRABAJADORES/AS**

- La forma más importante de prevenir la enfermedad es el lavado de manos con agua y jabón a fondo y con frecuencia (ANEXO II):
  - Antes y después de establecer contactos con compañeros/as y otras personas
  - Higiene respiratoria (estornudar o toser en el pliegue del codo, uso de pañuelos de papel y su eliminación tirándolo a bolsa o cubo de
  - Saludar sin establecer contacto (no besar, no abrazar, no dar la mano etc)
  - Antes y después del contacto con superficies y materiales de espacios comunes y compartidos
  - Secado de manos con toallitas desechables
- Higiene exhaustiva de superficies, objetos laborales y personales con:
  - Etanol de 70%-95% (ejemplo 70ml alcohol + agua para 0,1 litros)
  - Hipoclorito sódico (lejía) en concentraciones superiores al 0,1% (lejía diluida) (ejemplo: 20ml lejía + agua para 1 litro)
- Evito tocarme los ojos, la nariz y la boca.
- Mantengo al menos 2m de distancia con las demás personas
- Control y registro de temperatura corporal al comienzo de cada turno.
- Lavado de ropa de trabajo a altas temperaturas (60-90°)

**b- DISPOSICIÓN DE MATERIAL EN LA EMPRESA**

- Jabón (antiséptico preferiblemente)
- Papeleras / contenedores de residuos con pedal para apertura segura
- Toallas de papel y pañuelos desechables (evitar el secado de manos con aparatos de aire) - ELEMENTO BÁSICO DE HIGIENE DE MANOS
- Habilitar zonas con pañuelos de papel para higiene respiratoria y recipientes para depositarlos
- Colocación de dispensadores con solución hidroalcohólica (en su defecto etanol 70%-95%), en el punto de acceso a la EMPRESA, en puntos más "significativos" de la misma y en las salas / despachos / etc

**c- LIMPIEZA (INACTIVACIÓN DEL VIRUS) Y DESINFECCIÓN DE LAS SUPERFICES Y ESPACIOS-ANEXO III**

- Utilización de detergentes y desinfectantes CON EFECTO VIRUCIDA
- Productos alternativos para la inactivación del virus:
  - Etanol de 70%-95% (ejemplo 70ml alcohol + agua para 0,1 litros)
  - Hipoclorito sódico (lejía) en concentraciones superiores al 0,1% (lejía diluida) (ejemplo: 20ml lejía + agua para 1 litro)
- Realización de la **limpieza diaria** y la desinfección periódica de las **instalaciones, áreas de trabajo** (oficinas, almacén, taller etc) y áreas comunes (vestuarios, aseos, comedor etc) **de las naves.**
- Limpieza exhaustiva de objetos y superficies comunes (manillas, pasamanos, mandos del puente grúa, carretillas elevadoras...etc) y puestos de trabajo.
- Los accesos y puertas permanecerán calzados para evitar el contacto con las manillas.
- Se debe garantizar la limpieza al **final de cada turno** y la desinfección periódica de los **teclados, pantallas táctiles y ratones** con detergentes adecuados, tanto en oficinas como en los diversos departamentos de fabricación.
- Limpieza y Desinfección diaria de las **fuentes de agua y de los teclados de las máquinas de bebidas y aperitivos.**
- Ventilación de las naves.
- Material DESECHABLE para la limpieza de superficies, el cual una vez utilizado deberá desecharse en contenedor con tapa y ser etiquetado con las advertencias precisas

- Limpieza en húmedo desde las zonas más limpias a las más sucias
- Se desinfectarán las instalaciones entre los distintos turnos.

**d- GESTIÓN DE RESIDUOS**

- Deben introducirse en una bolsa a parte y cerrada herméticamente

**e- VAJILLA Y ROPA (si se diese el caso)**

- Vajilla: Lavado en lavavajillas
- Ropa: Retirada según recomendaciones. Embolsar y cerrar herméticamente dentro del recinto contaminado. No sacudir la ropa. Se recomienda el lavado a una temperatura de entre 60° y 90°

**f- SEÑALIZACIÓN:**

- Colocación de carteles en puntos "estratégicos" de la empresa sobre:
  - Lavado de manos (**ANEXO II**)
  - Lugares habilitados para higiene de manos
  - Importancia sobre la DISTANCIA DE SEGURIDAD: 2 METROS
  - Importancia de evitar la utilización de móviles, etc.
  - Ocupación máxima en cada sala.

**g- MEDIDAS ORGANIZATIVAS A LA VUELTA AL TRABAJO:**

- Se puede solicitar a la empresa un **certificado de movilidad**, en su caso.
- **Transporte:** se recomienda que el desplazamiento de la vivienda al centro de trabajo y viceversa se realice de manera individual y en coche privado, salvo que se acompañe a personas con discapacidad, menores, mayores, tal y como establece el Real Decreto 465/2020. Recomendación (no es obligatorio): salvoconducto.
- Cuando exista un servicio de transporte organizado por la empresa, debe garantizarse que la seguridad de los trabajadores se respeta a lo largo de cada viaje.
- Máxima precaución en los desplazamientos, ya que es muy posible que la fauna se haya acostumbrado a la ausencia de tráfico, representando un riesgo adicional.
- Recomendación: **entrada y salida** escalonada al centro de trabajo (objetivo: respetar distancia de seguridad).

- **Lavado de manos** al entrar y al salir de la Empresa.
- Establecer, si es posible, **una puerta de entrada y otra de salida**, y señalizarlas
- Los **trabajos a turnos**, se puede organizar de 6:00 a 14:00 y de 15:00 a 23:00 H para evitar el encuentro de los trabajadores en el cambio de turno.
- **Ropa de trabajo:** En la medida de lo posible el trabajador acudirá con la ropa de trabajo ya puesta, para evitar pasar por vestuarios, comedores u otras zonas.
- **Zonas de descanso:** Se recomienda que los descansos sean rotatorios en vez de colectivos.
- **Prohibido** utilizar móviles u otros aparatos electrónicos.
- **Organización del trabajo:** Los trabajadores deben permanecer a 2m de distancia unos de otros; deberán evitarse las rotaciones y el trabajo en equipo.
- Limitar al máximo las reuniones numerosas y concentraciones en espacios cerrados donde no se pueda mantener la distancia de seguridad (2m).
- Se debe utilizar **el teletrabajo** en todos los puestos que sea posible; Administración, comercial, técnico, logística/compras, recursos humanos etc.(ANEXO IV)
- Todos **los viajes nacionales e internacionales deben aplazarse** o cancelarse, incluso si ya están acordados u organizado.
- Organizar el trabajo de modo que se **reduzca el número de personas trabajadoras expuestas**, estableciendo reglas para evitar y reducir la frecuencia y el tipo de contacto de persona a persona.
- Evitar reuniones de trabajo en espacios pequeños, proporcionando una distancia mínima de 2m entre personas y fomentar el **uso de videoconferencia**
- **Limitar al máximo** las reuniones numerosas y concentraciones en las zonas **comunes como vestuarios, aseo o comedor de forma que se pueda respetar SIEMPRE la medida de distancia recomendada (2m)**. Colocar carteles de ocupación máxima en cada sala.