CREAMOS EMPRESAS SALUDABLES

GESINOR

SERVICIO DE PREVENCIÓN

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN – COVID-19

Actualización 05 de abril 2020

Este documento elaborado por GESINOR SERVICIO DE PREVENCIÓN establece un Protocolo de Actuación dirigido a la prevención en el ámbito laboral, así como a la actuación ante posible aparición de brotes de CORONAVIRUS (SARS-CoV-2).

Resulta importante señalar que el procedimiento que aquí se detalla está basado en las pautas establecidas por el ISPLN como autoridad sanitaria de los SPRL en el ámbito de las empresas y el Ministerio de Sanidad del Gobierno de España, ambas instituciones declaran que las pautas/recomendaciones se encuentran en permanente revisión y pueden sufrir modificaciones según vaya conociéndose más información epidemiológica de la infección

1- PREMISAS: QUE DEBO SABER ACERCA DEL CORONAVIRUS

2- NATURALEZA DE LAS ACTIVIDADES LABORALES – **EVALUACIÓN DE RIESGOS**

3- MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL DEL CONTAGIO A LA VUELTA DEL TRABAJO

4- IMPORTANCIA DE LOS RIESGOS PSICOSOCIALES EN ESTOS MOMENTOS

5- MEDIDAS DE PROTECCIÓN: USO DE E.P.I.´s

6- FORMACIÓN E INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL COVID-19

7- MEDIDAS DE CAE EN ESTA SITUACION DE ALARMA

8- CLASIFICACIÓN DE CONTACTOS Y SEGUIMIENTO

9- ACTUACIÓN ANTE CASOS EN INVESTIGACIÓN O CONFIRMADOS EN TRABAJADORES/AS EN LA EMPRESA

10- ACTUACIÓN ANTE TRABAJADORES SENSIBLES

1. PREMISAS: QUE DEBO SABER ACERCA DEL CORONAVIRUS

Virus: SARS-CoV-2
Enfermedad: COVID-19
El periodo de incubación medio es de 5-6 días
Aun siendo muy variables el promedio de casos secundarios producidos a partir de un caso es de 2 -3 nuevas personas enfermas.

Cuadro clínico (Enfermedad Covid-19):

- Síntomas principales: Fiebre (87,9%), tos seca (67,7%), disnea (18,6 %).
- Otros: astenia (38,1%), expectoración (33,4%), cefalea (13,6%), dolor de garganta (13,9%), mialgia o artralgia (14,8%), escalofríos (11,4%), náuseas o vómitos (5,0%), congestión nasal (4,8%), diarrea (3,7%), hemoptisis (0,9%) y congestión conjuntival (0,8%)
- El 80% de los casos confirmados tuvieron sintomatología leve a moderada
- Neumonía y complicaciones clínicas (20%)
- El tiempo medio desde el inicio de los síntomas hasta la recuperación es de 2 semanas cuando la enfermedad ha sido leve y 3-6 semanas cuando ha sido grave.
- Se estima que la letalidad oscila entre el 0,3 y 1% de enfermos.

Vulnerabilidad:

- Comorbilidades: hipertensión, enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares, diabetes, cáncer en fase de tratamiento activo, enfermedad respiratoria crónica, enfermedad renal crónica.
- Inmunodeprimidos y personas con tratamiento inmunosupresor (incluidos Aines y corticoides)
- Mayores de 60 años.
- Embarazo: Con los datos actualmente disponibles parece que las embarazadas no son más susceptibles de infectarse por coronavirus que la población general. No hay evidencia suficiente acerca de la transmisión vertical del SARS-CoV-2. La infección perinatal si puede tener efectos adversos sobre el recién nacido.

Vía de transmisión

- Las personas infectadas presentan en su mayoría una alta carga viral que puede explicar su elevada transmisibilidad.
- Gotas respiratorias de más de 5 micras (capaces de transmitirse a distancias de hasta 2 metros)
- Manos y objetos contaminados.
- La pervivencia del virus puede alcanzar hasta las 72 horas en superficies plásticas, a 21-23ºC y humedad relativa del 65%.
- En forma de aerosoles a 21-23ºC y humedad relativa del 65%, la vida media del virus es de 2 horas 40 min. Los aerosoles pueden generarse en la realización de procedimientos médicos invasivos del tracto respiratorio. La presencia de aerosoles infectados tal vez pueda determinar la permanencia del virus en aire de habitaciones con personas enfermas.
- No hay evidencia suficiente acerca de la transmisión vertical del SARS-CoV-2 madre-hijo/a en el embarazo

Limpieza (inactivación del virus)

- Etanol al 95% (productos con base alcohólica)
- hipoclorito sódico en concentraciones superiores al 0.1% (lejía diluida)

Tratamiento

- No existe un tratamiento específico frente al SARS-CoV-2.

2. NATURALEZA DE LAS ACTIVIDADES LABORALES – EVALUACIÓN DE RIESGOS1

En función de la naturaleza de las actividades y los mecanismos de transmisión del coronavirus SARS- CoV-2, podemos establecer los diferentes escenarios de riesgo en los que se pueden encontrar los trabajadores, que se presentan en la Tabla 1.(ANEXO 1)

Entendemos por:

Exposición de riesgo: aquellas situaciones laborales en las que se puede producir un contacto estrecho con un caso probable o confirmado de infección por el SARS-CoV-2, sintomático.

Exposición de bajo riesgo: aquellas situaciones laborales en las que la relación que se pueda tener con un caso probable o confirmado no incluye contacto estrecho.

Baja probabilidad de exposición: trabajadores que no tienen atención directa al público o, si la tienen, se produce a más de dos metros de distancia, o disponen de medidas de protección colectiva que evitan el contacto (mampara de cristal, separación de cabina de ambulancia, etc.).

Por «contacto estrecho» de casos posibles, probables o confirmados
se entiende:

- Cualquier persona que haya proporcionado cuidados mientras el caso presentaba síntomas: trabajadores sanitarios que no han utilizado las medidas de protección adecuadas, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar;

- Convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.

Por tanto, la Evaluación de Riesgo se hará teniendo en cuenta estos criterios.

3. MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y CONTROL DEL CONTAGIO A LA VUELTA DEL TRABAJO

Es importante quedarse en cas si se detecta fiebre (>37,5º) 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 bosa o cubo de
  -Saludar sin establecer contacto (no besar, no abrazar, no dar la mano etc)
  -Antes y después del <u>contacto con superficies y materiales de espacios comunes y compartidos</u>
  -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 lejia + 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 (60-90º)

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 lejia + 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 puestas 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 precias

- 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 60º y 90º

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 u 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.

ANEXO V "INSHT: Orientaciones preventivas frente al covid-19 en el sector industrial"
"Guía de actuación respecto al covid-19 en obras de construcción"

4. IMPORTANCIA DE LOS RIESGOS PSICOSOCIALES EN ESTOS MOMENTOS

Riesgos Psicosociales: En un momento tan excepcional como el presente, todas las personas ven amenazado lo más importante en su existencia: su salud, su vida, su subsistencia económica, su familia, su estilo de vida, etc. Para ello, como empresa que se preocupa por sus trabajadores/as es importante: Conocer el problema, Empatizar con las personas, Protegerlas, Mejorar la Comunicación, etc.

ANEXO VI: "Prevención de Riesgos Psicosociales en esta situación excepcional"

En caso de necesitar apoyo:

LLAMAR A GESINOR AL TELÉFONO 663716738

5. MEDIDAS DE PROTECCIÓN: USO DE E.P.I.´s

Además de los E.P.I.´s habituales en cada puesto de trabajo, es recomendable que las personas trabajadoras de la empresa tengan a su disposición guantes y mascarilla quirúrgica.

En aquellos puestos o situaciones que se requiera la existencia de personal a una distancia interpersonal de menos de 2m, y otras soluciones de organización no han sido posibles, será obligatorio el uso de mascarilla quirúrgica por todos los trabajadores de ese puesto o situación. Del mismo modo, si se requieran operaciones puntuales de acercamiento entre trabajadores a una distancia menor de los dos metros indicados.

Dentro del ámbito sanitario utilizar equipos de protección respiratoria (mascarillas autofiltrantes mínimo tipo FFP2, bien ajustados, al entrar en habitaciones ocupadas por pacientes contagiados. Utilizar igualmente protección respiratoria de tipo FFP3 en aquellas operaciones en las que se puedan generar aerosoles (por ejemplo, intubación respiratoria, aspiración traqueal) y emplear asimismo protección ocular.

Los E.P.I.´s (recomendación: desechables) dispondrán de marcado CE de conformidad y/o deberán estar certificados como productos sanitarios (PS) de acuerdo a los establecido en el Real Decreto 1591/2009, por el que se regulan los mismos.

Es importante formar a los trabajadores sobre la colocación y retirado de estos equipos, teniendo en cuenta que las mascarillas deben quitarse en último lugar.

Ante cualquier duda sobre la idoneidad del E.P.I.´s contacta con el personal técnico de Gesinor.

NOTA: en este apartado no se recoge las indicaciones expresas para el personal sanitario.

6. FORMACIÓN E INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL COVID-19

En la página web de Gesinor existe un enlace a tres cursos on-line de la OMS sobre este tema.
A demás se adjunta enlace a una presentación con más información básica y de interés ANEXO VII

7. MEDIDAS DE CAE PARA ESTE MOMENTO DE ALARMA

- Es importante quedarse en casa si se detecta fiebre (>37,5º) u otros síntomas propios del COVID-19 y comunicarlo a la empresa y/o tu responsable.

- Mantenimiento de la distancia de seguridad (2m) y especialmente las medidas de higiene personal.

- Se recomienda la limitación de entrada de personal ajeno a la empresa, salvo lo estrictamente necesario.

- El acceso a los visitantes debe reducirse en la medida de lo posible. Si es necesario la entrada de visitantes externos (empresa de limpieza, mantenimiento ...), la misma, deberán cumplir con todas las reglas de la empresa, incluidas las de acceso a los locales de la empresa ya mencionadas.

- Es importante habilitar registro de personal ajeno a la entrada de la Empresa

- Para el acceso de proveedores externos, se deben revisar los procedimientos de entrada, tránsito y salida, mediante métodos, rutas y cronogramas predefinidos, para reducir las posibilidades contacto con el personal vigente en los departamentos / oficinas involucrados.

- Si es posible, los conductores de los medios de transporte deben permanecer a bordo de los vehículos. El acceso a las oficinas no les estará permitido por ningún motivo.

- Para proveedores / transportistas y / u otro personal externo, identificar / instalar servicios, como inodoros específicos, estableciendo la prohibición del uso de estos por parte de los empleados. A demás se debe asegurar una limpieza diaria adecuada.

8. CLASIFICACIÓN DE CONTACTOS Y SEGUIMIENTO2

Los contactos se clasifican:

1- **Contacto estrecho de casos posibles, probables o confirmados:**
-Cualquier persona que haya proporcionado cuidados mientras el caso presentaba síntomas: trabajadores sanitarios que no han utilizado las medidas de protección adecuadas, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar;
-Convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.

2- **Contactos casuales:**
-Las personas que hayan estado en el mismo espacio cerrado menos de 15 minutos a una distancia superior a 2 metros, con un caso (enferma/o, con síntomas)

En caso de contacto de cualquier tipo:

LLAMAR A GESINOR AL TELÉFONO 667583450 – Dra. Maria Robles
Y AL TELEFONO 610530856 – Dra. Nuria Melón

O mail : mrobles@gesinor.com o medico@gesinor.com

Seguimiento por parte de Gesinor:

Contacto	
Estrecho	**Casual**
Cuarentena Vigilancia pasiva (Vigilancia activa para personal sanitario sin uso EPI)[1] Recomendaciones higiénicas Notificar contactos a SSL (ISPLN) (848 42 37 50)	Vigilancia pasiva Teletrabajo si posible Restricción movilidad y vida social Medidas de conciliación vida laboral y familiar

SSL: Servicio de Salud Laboral

[2] Recomendaciones del ISPLN para la actuación de los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales ante la pandemia de COVID.19

9. *ACTUACIÓN ANTE CASOS EN INVESTIGACIÓN O CONFIRMADOS EN TRABAJADORES/AS*

La empresa deberá disponer de los recursos materiales para hacer frente a la situación epidemiológica. Ante el posible desabastecimiento las autoridades sanitarias están trabajando para establecer los cauces que faciliten el acceso a los materiales adecuados y suficiente.

Ante cualquier duda:

LLAMAR A GESINOR AL TELÉFONO 667583450 – Dra. Maria Robles
Y AL TELEFONO 610530856 – Dra. Nuria Melón

O mail : mrobles@gesinor.com o medico@gesinor.com

10. *ACTUACIÓN ANTE TRABAJADORES SENSIBLES*

Procedimiento: Adaptación de puesto.

Ante cualquier duda:

LLAMAR A GESINOR AL TELÉFONO 667583450 – Dra. Maria Robles
Y AL TELEFONO 610530856 – Dra. Nuria Melón

O mail : mrobles@gesinor.com o medico@gesinor.com

EN TODO CASO, ME MANTENDRÉ ATENTO/A A LAS INFORMACIONES PROPORCIONADAS REGULARMENTE POR LAS AUTORIDADES SANITARIAS O POR LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD