

RECOMENDACIONES GENERALES DE PROTECCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS EN LOS PUESTOS DONDE REALIZAN TAREAS NO ASISTENCIALES

Este documento es aplicable en:

- ✓ Áreas administrativas/Controles
- ✓ Edificios Administrativos
- ✓ Zonas comunes

Se deberán seguir las siguientes indicaciones:

MEDIDAS HIGIÉNICAS	
Lavado de manos	<p>Lavado frecuente de las manos, preferiblemente con agua y jabón (durante 40-60 segundos). Si no hay agua y jabón, use un limpiador de manos a base de alcohol (20-30 segundos), como mínimo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Después de toser o estornudar o sonarse la nariz. - Después de un contacto con alguien que estornuda o tose (Si la persona se encuentra a menos de 2m de distancia). - Después de tocar documentos u otro tipo de materiales o superficies que puedan haber sido tocadas por otras personas. - Después de usar el baño. - Antes de comer. - Al finalizar su jornada de trabajo.
Higiene respiratoria	<p>Cubrir la boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable y tirarlo en un contenedor de basura. Si no se tiene pañuelo de papel debe toser o estornudar sobre su brazo en el ángulo interno del codo, con el propósito de no contaminar las manos. Lavado de manos inmediatamente después.</p> <p>Evitar tocarse ojos, boca o nariz, ya que las manos facilitan la transmisión por contacto directo.</p> <p>Si se toca los ojos, boca o nariz o se cubre al toser con la mano, lávese las manos inmediatamente después.</p> <p>Si sufre un acceso de tos inesperado y se cubre accidentalmente con la mano, evitar tocarse los ojos, boca o nariz.</p>
Orden y limpieza de la zona de trabajo.	Mantenga limpia y ordenada el área personal de trabajo (mesa, teclado, teléfono...)

MEDIDAS DE HIGIENE PERSONAL

- ✓ Mantener la distancia interpersonal (aproximadamente 2 metros).
- ✓ Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- ✓ Aquellos profesionales que utilicen gafas de corrección desinfectarlas de manera frecuente con agua y jabón.
- ✓ Usar la mano no dominante para abrir puertas, etc., ya que es más difícil que con esta mano nos toquemos la cara. Realizar inmediatamente lavado de manos.
- ✓ Procurar evitar los contactos innecesarios con las superficies que se encuentran próximas a usuarios o trabajadores para prevenir la contaminación de las manos limpias.
- ✓ Con el objetivo de facilitar la limpieza de superficies y que resulte más operativa, al finalizar la jornada recoja su puesto de trabajo de papeles y objetos, de forma que la mesa o mostrador quede libre y despejado.
- ✓ Realizar limpieza y desinfección frecuente de la superficie de trabajo y equipos.
- ✓ Ventilar frecuentemente las dependencias.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS

- ✓ La disposición de los puestos de trabajo, la organización de la circulación de personas, la distribución de espacios (mobiliario, pasillos, zona de espera, etc.), y el resto de las condiciones de trabajo presentes en el centro deben modificarse, en la medida necesaria, con el objetivo de garantizar la posibilidad de mantener las distancias de seguridad mínimas exigidas (idealmente 2 metros, mínimo 1 metro).
- ✓ Se recomienda no compartir objetos con usuarios o trabajadores. En caso de que sea necesario, después del intercambio de objetos como, por ejemplo, documentos, bolígrafos, etc., se realizará una desinfección de manos.
- ✓ Evita, en la medida de lo posible, utilizar equipos y dispositivos de otros trabajadores. En caso de que sea necesario, aumenta las medidas de precaución y, si puedes, desinfectalos antes de usarlo. Si no es posible, lávate las manos inmediatamente después de haberlo usado.
- ✓ Limitar el movimiento de los usuarios, evitar que estén en pasillos o zonas comunes esperando a ser atendidos. Indicar que esperen en las zonas indicadas para ello, manteniendo la distancia de seguridad (idealmente 2 metros, mínimo 1 metro) entre ellos.
- ✓ Se debe disponer de dispensadores con solución hidroalcohólica al alcance de la población y el personal y mantener aprovisionamiento suficiente. Se deben indicar a los usuarios/pacientes antes de iniciar cualquier acto administrativo (entrega de documentación, solicitud de documentación...) que realicen higiene de manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica.
- ✓ Se deben realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de cinco minutos.
- ✓ Es recomendable reforzar la limpieza de los filtros de aire y aumentar el nivel de ventilación de los sistemas de climatización para renovar el aire de manera más habitual.
- ✓ Es necesario limpiar el área de trabajo usada por un empleado en cada cambio de turno.

ZONAS COMUNES

- ✓ Se recomienda la colocación de información visual (carteles, folletos, etc.) en lugares estratégicos del centro de trabajo para proporcionar a la población las instrucciones sobre higiene de manos, higiene respiratoria, notas informativas...
- ✓ Distancia entre trabajadores-usuarios y entre usuarios, en sala de espera y en colas de atención, de al menos 2 metros (mínimo 1 metro).
- ✓ No es necesario uso de EPI o protección colectiva si se garantiza dicha distancia mínima con el usuario.
- ✓ En la atención directa a usuarios, se debe mantener una distancia mayor de 2 metros (mínimo 1 metro), recomendándose el uso de cintas u otros obstáculos que garanticen esta distancia.
- ✓ Se deberá disponer de contenedores de residuos, con tapa de apertura con pedal, para la eliminación de los residuos generados (en centros hospitalarios)
- ✓ Se debe revisar al menos diariamente el funcionamiento de dispensadores de jabón, gel desinfectante, papel desechable, etc., procediendo a reparar o sustituir aquellos equipos que presenten averías. Se recomienda disponer de un registro de estas acciones.
- ✓ Realizar limpieza y desinfección frecuente de las instalaciones con especial atención a superficies, pomos de las puertas, sillas de usuarios, camillas, estanterías, teléfonos, equipo informático, mobiliario, etc. Mantener un aprovisionamiento suficiente del material de limpieza para poder acometer las tareas de higienización reforzada a diario.
- ✓ Estos virus se inactivan tras 5 minutos de contacto con desinfectantes de uso por el público en general. Se recomienda la limpieza de superficies con un desinfectante adecuado o con una solución de hipoclorito sódico que contenga 5000 ppm de cloro activo (por ejemplo, un producto con hipoclorito en una concentración de 40-50 gr/litro, se hará una dilución 1:10 en el momento de su utilización), después del uso por el caso posible.
- ✓ Se puede consultar otros desinfectantes de uso posible en el documento técnico del Ministerio de Sanidad "Productos virucidas autorizados en España". Siempre se utilizarán de acuerdo con lo indicado en las Fichas de Datos de Seguridad.
- ✓ También se debe vigilar el funcionamiento y la limpieza de sanitarios y grifos de aseos.

ANEXO I: PROPUESTA DE CARTELERIA PARA APLICAR LAS RECOMENDACIONES GENERALES FRENTE AL CORONAVIRUS

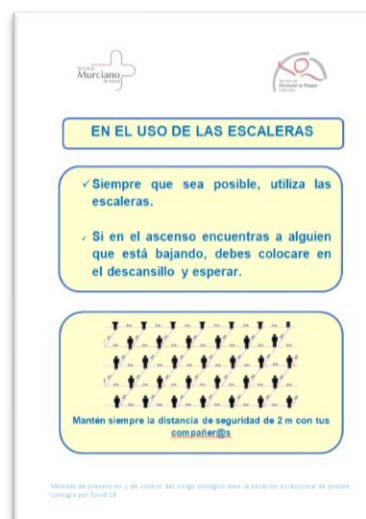
En base al documento “Guía de buenas prácticas para centros de trabajo” del Ministerio Sanidad (11.04.2020), y “Medidas preventivas generales para garantizar la separación entre trabajadores frente a COVID-19” del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (08.04.2020), donde se establecen medidas para la prevención de contagios del COVID-19, se establecen nuevas recomendaciones, que deberán tenerse en cuenta **especialmente para la vuelta paulatina al trabajo.**

El Ministerio de Sanidad recomienda cumplir estrictamente lo establecido en la guía, que contiene un recordatorio de las principales obligaciones previstas en la normativa vigente, junto a sugerencias importantes para prevenir los contagios y lucha contra el COVID-19.

Para facilitar la aplicación de dichas medidas, se proponen los siguientes modelos de cartelería:

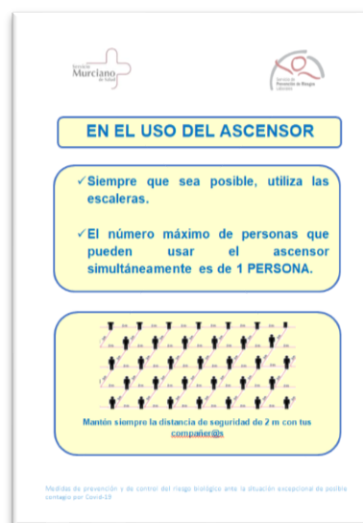
ESCALERAS:

- Para garantizar la separación entre quienes hagan uso de las escaleras, se dará prioridad al sentido de bajada, de modo que quien suba y se encuentre con alguien que baje, tenga que colocarse en un descansillo dejando paso al que baja.
- Se ha elaborado un cartel que lo indica:



ASCENSORES:

- Se indicará el número de máximo de personas que puede hacer uso de los ascensores en las puertas de estos, al menos en planta baja.
- Se colocarán cintas adhesivas en el suelo, en las inmediaciones de las puertas de los ascensores, al menos en la planta baja, donde se suele agrupar más gente, de modo que se garantice la separación de 2m entre los que esperan.
- Se ha elaborado un cartel que lo indica:



ASEOS:

- Se indicará el número máximo de personas que puede permanecer en la zona común (lavabos).
- Se mantendrá abierta la puerta que da acceso a los aseos (lavabos), de modo que pueda verse si el lavabo está ocupado o no, y se evite el tener que tocar la manivela para abrirla.
- Se ha elaborado un cartel que lo indica:



SALÓN DE ACTOS/SALAS DE REUNIÓN:

Se redistribuirán los asientos para garantizar la distancia de seguridad de 2 m.

Se colocarán cintas adhesivas en el suelo, que faciliten la separación entre aquellas personas que esperen fuera para poder entrar.

REGISTRO/ INFORMACIÓN/OTROS:

En el acceso a Registro/Información y otros Servicios con atención al público, se colocarán cintas adhesivas en el suelo, que facilite el distanciamiento entre los que están esperando.

SALAS OFFICE:

- En las Salas office: se ajustará el número aproximado de personas que pueden ocuparla simultáneamente.
- Se ha elaborado un cartel que lo indica



- En los espacios donde se ubiquen máquinas dispensadoras de agua, café ..., se colocarán cintas adhesivas en el suelo de modo que se facilite la separación entre quienes estén esperando.

VIGILANTE:

En el acceso al puesto del Vigilante, se colocará cinta adhesiva en el suelo en todo su perímetro, de modo que se evite el acercamiento a menos de 2m.

Estas medidas podrán modificarse o ampliarse en función de las necesidades que vayan surgiendo, y de la información recibida y en continua actualización.

BIBLIOGRAFÍA:

- Procedimiento de actuación para los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (sars-cov-2) actualizado (Ministerio sanidad).
- Documentos técnicos del Ministerio de Sanidad en relación con la exposición al nuevo coronavirus (covid-19) actualizados.
- Documento técnico Manejo Clínico de pacientes con enfermedad por el nuevo coronavirus (covid-19) actualizado
- Precauciones estándar, por gotas y por contacto. Guía Técnica Exposición Agentes Biológicos- INSST
- Guía de buenas prácticas para centros de trabajo”. Ministerio Sanidad (11.04.2020)
- Medidas preventivas generales para garantizar la separación entre trabajadores frente a COVID-19-INSST- (08.04.2020)