

INFORMACIÓN Y MEDIDAS PREVENTIVAS A ADOPTAR EN EMPRESAS QUE NO HAYAN PARALIZADO SU ACTIVIDAD TRAS DECRETARSE EL ESTADO DE ALARMA

Ante la situación de emergencia sanitaria y de salud que vive España, como consecuencia del COVID-19 y con respecto a las empresas **que siguen en actividad al no aparecer en ANEXO**. Relación de equipamientos y actividad cuya apertura al queda suspendida con arreglo a lo dispuesto en el 10.3 del **Real Decreto 463/2020**, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19 se realiza este procedimiento de actuación en el que se informa de varios aspectos importantes como son: la identificación de los **síntomas** del COVID-19 ¿qué trabajadores pertenecen a **grupos vulnerables** el COVID-19? ¿cómo se **transmite**? ¿**qué medidas preventivas debo llevar a cabo en caso no tener obligación** por Real Decreto 463/2020 de **paralizar la actividad**?

1. IDENTIFICACIÓN DEL COVID-19

La variabilidad de los síntomas y la similitud con otras afecciones respiratoria, como la gripe, hace que sea difícil diferenciar un caso de COVID-19 únicamente por sus síntomas. Los síntomas que más se diferencian entre ambas patologías son la congestión nasal y presencia de mucosidad, que aparece en muy pocas ocasiones en el caso del COVID-19 y la dificultad respiratoria, que no es propia de la gripe.

Síntomas	Coronavirus	Gripe	Resfriado
Fiebre	Frecuente	Frecuente	Infrecuente
Fátiga	A veces	Frecuente	A veces
Tos	Frecuente (seca)	Frecuente (seca)	Suave
Estornudos	No	No	Frecuente
Dolor Muscular	A veces	Frecuente	Frecuente
Mocos	Infrecuente	A veces	Frecuente
Congestión	Infrecuente	A veces	Frecuente
Dolor garganta	A veces	A veces	Frecuente
Diarrea	Infrecuente	A veces (niños)	No
Dolor cabeza	A veces	Frecuente	Infrecuente
Dificultad para respirar	A veces	No	No

El diagnóstico definitivo es por tanto competencia de los servicios médicos, que casi diariamente modifican sus protocolos para hacerlos más eficaces.

En caso de haber estado expuesto a personas contagiadas o haber viajado a zonas de riesgo de contagio, deberemos asumir una posibilidad más alta y solicitar por vía telefónica que se nos atienda en nuestra casa hasta descartar el COVID-19, acudiendo a los centros hospitalarios en el momento y con las condiciones indicadas por los servicios médicos.

2. ¿QUÉ TRABAJADORES PERTENECEN A GRUPOS VULNERABLES EL COVID-19?

Los principales grupos vulnerables son:

- los mayores de 60 años
- hipertensión arterial
- diabetes
- enfermedades cardiovasculares
- enfermedades pulmonares crónicas
- cáncer
- inmunodeficiencias
- el embarazo por el principio de precaución

3. ¿CÓMO SE TRANSMITE?

Parece que la transmisión es por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma. Su contagiosidad depende de la cantidad del virus en las vías respiratorias. Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca. Parece poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de uno o dos metros. Con el conocimiento actual, las personas que no presentan síntomas no transmiten la enfermedad.

4. ¿QUÉ MEDIDAS PREVENTIVAS DEBO LLEVAR A CABO EN CASO NO TENER OBLIGACIÓN POR REAL DECRETO 463/2020 DE PARALIZAR LA ACTIVIDAD?

La más importante es instaurar el **TELETRABAJO** siempre que sea posible, ya que así además de proteger a nuestros trabajadores, estaremos contribuyendo a la expansión del mismo.

En caso de NO tener opción a teletrabajo, las medidas preventivas para protegernos del contagio son las siguientes:

Medidas de higiene personal

Es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición. Se recomienda:

- La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. Si las manos están visiblemente limpias la higiene de manos se hará con productos de base alcohólica; si estuvieran sucias o manchadas con fluidos se hará con agua y jabón antiséptico. Prestar especial atención a la zona de las uñas ya que la mayoría de los virus se refugian en esta zona.
- Seca tus manos cuidadosamente ya que el virus se transmite más fácilmente cuando las manos están húmedas.
- Utiliza toallas de papel desechables en lugar de toallas de tela las cuales pueden acumular y transmitir el virus.
- En caso de no tener disponible agua y jabón, utilizar una solución de gel en base alcohólica para desinfectar las manos.
- Evitar la diseminación de gotas del sistema respiratorio causadas por toses y estornudos de personas con síntomas respiratorios. Cubrir la boca y la nariz con un pañuelo de papel desechable y tirarlo en un contenedor de basura con tapa. Ante la ausencia de pañuelos debe toser o estornudar sobre su brazo en ángulo interno del codo, con el propósito de no contaminar las manos. Lávese las manos inmediatamente con agua y jabón o utilizando alcohol en gel.
- Evitar el uso compartido de materiales o equipos de trabajo o de protección, así como utensilios de aseo o usado en la alimentación.

Medidas de higiene en los lugares de trabajo

- Asegurar una correcta limpieza y desinfección de las superficies y los espacios de trabajo. Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente
- Los productos de limpieza y desinfección que contiene alcohol o cloro tienen capacidad suficiente para eliminar el coronavirus. Existe evidencia de que los coronavirus se inactivan en contacto con una solución de hipoclorito sódico (lejía) con una concentración al 0,1%, etanol (alcohol) al 62-71% o peróxido de hidrógeno (agua oxigenada) al 0,5%, en un minuto.
- Individualmente se procederá a limpiar la zona y equipos de trabajo (mesa, ordenador, teclado, ratón, móvil.) La limpieza general se hará siempre en húmedo, desde las zonas más limpias a las más sucias.

- Utilizar solo nuestros Equipos de Trabajo. (Ordenador, móvil ...)
- Se debe evitar, en medida de lo posible, el pago con monedas. En todo caso, es recomendable que los Trabajadores que operen con ellas usen Guantes Desechables.
- Ajustar los sistemas de acondicionamiento ambiental de los centros de trabajo para garantizar el máximo de renovación de aire, se recomienda desactivar la recirculación de aire y desinfectar o sustituir con mayor periodicidad los filtros.

Medidas organizativas

Adoptar medidas organizativas o preventivas que, de manera temporal, eviten situaciones de contacto:

- Adopción del teletrabajo como medida organizativa.
- Restringir los viajes internacionales de los trabajadores a zonas de riesgo declaradas por el Ministerio de Sanidad
- Los trabajadores que comuniquen a la empresa que provienen de zonas de riesgo, se aplicará el protocolo que indique el Ministerio de Sanidad en cada momento.
- Restringir los desplazamientos de trabajadores a aquellos que sean inevitables. Para estos se recuerda que **NO ESTÁ PERMITIDO QUE VIAJEN MÁS DE UN TRABAJADOR EN UN MISMO VEHÍCULO.**
- Evitar puestos de exposición al riesgo de coronavirus a trabajadores especialmente sensibles: embarazadas, patologías previas respiratorias, diabetes, con trastornos inmunitarios y cardiopatías.
- En los centros de trabajo ubicados o cercanos a localidades de especial seguimiento por el nivel de casos declarados, se realizará una valoración individualizada por parte de los servicios sanitarios a los trabajadores que indiquen posible contacto.
- Para trabajadores que comuniquen a la empresa contacto directo con un familiar enfermo con el que convivan, se establecerá una cuarentena domiciliaria de 14 días antes de incorporarse al puesto de trabajo siempre en colaboración con lo que determine la Autoridad Sanitaria correspondiente*.
- Restringir los eventos de empresa que requieran elevadas concentraciones de trabajadores
- Requerir a las empresas concurrentes en el centro de trabajo la comunicación de este procedimiento y la adopción de estas medidas por sus trabajadores para la Coordinación de Actividades Empresariales.

* Conforme al nuevo Real Decreto-ley 6/2020, de 10 de marzo, se prevé la consideración excepcional como situación asimilada a accidente de trabajo de los periodos de aislamiento o contagio de las personas trabajadoras como consecuencia del virus COVID-19

- Adoptar un sistema de registro de las interacciones de los trabajadores, fundamentalmente de aquellos que trabajen en zonas de alto riesgo. De esta forma, se podrá identificar el personal expuesto a situaciones de riesgo en caso de confirmarse algún caso. Este sistema de registro podrá crearse específicamente para este caso o bien utilizar algún otro registro de la empresa que permita conseguir la información de manera rápida y precisa, como por ejemplo, listado de clientes atendidos / visitados por cada trabajador en cada fecha, listado de personal en cada centro de trabajo...

Ejemplo:

Nombre Trabajador	Nombre compañero	Fecha de trabajo	Lugar de trabajo

Medidas de comunicación

- Informar a los trabajadores del presente **procedimiento**.
- **Informar periódicamente a la plantilla** sobre las indicaciones de las Autoridades Sanitarias de forma actualizada.
- Informar y requerir las medidas del presente procedimiento frente a Coronavirus a las empresas externas para garantizar la Coordinación de Actividades Empresariales.
- Aconsejar a los empleados extremar las medidas de precaución sobre el **cuidado en casa de familiares que presenten síntomas**.
- **Difusión** mediante cartelería de las medidas de protección y prevención recomendadas por el Ministerio de Sanidad.

Uso de Equipos de Protección Individual (EPIs)

De acuerdo a lo establecido en el Real Decreto 773/1997, el equipo deberá estar certificado en base al Reglamento (UE) 2016/425 relativo a los equipos de protección individual, lo cual queda evidenciado por el marcado CE de conformidad.

De forma general, la recomendación es utilizar EPI desechables, o si no es así, que puedan desinfectarse después del uso, siguiendo las recomendaciones del fabricante.

La correcta colocación los EPI es fundamental para evitar posibles vías de entrada del agente biológico; igualmente importante es la retirada de los

mismos para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso.

Los EPIS desechables retirados deben colocarse en los contenedores adecuados de desecho y ser tratados como residuos biosanitarios clase III. Si no se puede evitar el uso de EPI reutilizable, estos deben recogerse en contenedores o bolsas adecuadas y descontaminarse usando el método indicado por el fabricante antes de guardarlos. El método debe estar validado como efectivo contra el virus y ser compatible con los materiales del EPI, de manera que se garantiza que no se daña y por tanto su efectividad y protección no resulta comprometida.