



EMESA PREVENCIÓN

Servicio ajeno de prevención de riesgos laborales

www.emesaprevencion.com

**PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA LOS
TRABAJADORES FRENTE A LA
EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS COVID-19**



- Se recomienda realizar teletrabajo siempre que sea posible.
- No acudir al trabajo si se presenta cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19 y contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de la comunidad autónoma.
- No acudir al trabajo si se ha estado en contacto estrecho con una persona con síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos o se ha compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19.
- Los trabajadores de grupos vulnerables no acudirán al trabajo (personas con diabetes, enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión, enfermedad pulmonar crónica, inmunodeficiencia, cáncer en fase de tratamiento activo, embarazo y mayores de 60 años). Deberán contactar con su médico para que acredite que deben permanecer en una situación de aislamiento y se considerará una situación asimilada a accidente de trabajo para la prestación económica de incapacidad temporal.
- Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- Mantener la distancia interpersonal (2 metros) y evitar aglomeraciones. En caso de no poder mantener la distancia de seguridad recomendamos el uso de mascarilla con filtro FFP2.
- Evitar el uso de equipos de otros trabajadores. En caso de que sea necesario, desinfectar antes de usarlos. Si no es posible, lavar las manos inmediatamente después de haberlos usado.
- Lavado de manos frecuentemente y de forma exhaustiva (lavado con agua y jabón o soluciones alcohólicas).
- Cubrirse la boca y la nariz con pañuelos desechables al toser o estornudar y desecharlo en un cubo de basura que cuente con cierre. 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.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Desinfectar los objetos personales con alcohol 70°.

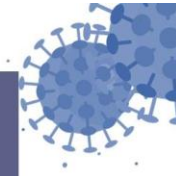
- Durante los desplazamientos al trabajo:

- Mantener distancia interpersonal de 2 metros en el transporte público. Obligatorio el uso de mascarilla higiénica.
- Se recomienda el uso de transporte individual. Extremar las medidas de limpieza del vehículo y evitar que viaje más de una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
- En los desplazamientos a pie, en bicicleta o moto, no es necesario el uso de mascarilla. Guardar la distancia interpersonal cuando se camine por la calle.
- En taxi o VTC, solo debe viajar una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.

-En el centro de trabajo:

- Planificar las tareas y procesos laborales de manera que los trabajadores puedan mantener la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros, tanto en la entrada y salida al centro de trabajo como durante la permanencia en el mismo. Escalonar los horarios lo máximo posible si el espacio de trabajo no permite mantener la distancia interpersonal en los turnos ordinarios, contemplando posibilidades de redistribución de tareas y/o teletrabajo.
- Organizar la entrada al trabajo de forma escalonada para evitar aglomeraciones en el transporte público y en la entrada a los centros de trabajo
- Asegurar la distancia interpersonal en las zonas comunes y evitar aglomeraciones.
- En aquellas empresas o establecimientos abiertos al público, deberán implementarse medidas para minimizar el contacto entre las personas trabajadoras y los clientes o público (fijar un aforo máximo, establecer mecanismos de control en la entrada, facilitar equipos de protección individual).
- No será imprescindible usar mascarilla durante la jornada laboral si el tipo de trabajo no lo requiere y si se mantiene la distancia interpersonal.
- Realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de cinco minutos. 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.
- Reforzar las tareas de limpieza en todas las estancias, con especial incidencia en superficies, especialmente aquellas que se tocan con más frecuencia. Es recomendable el uso de disolución de lejía al 1:50 u otros virucidas autorizados por el Ministerio de Sanidad.

¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate las manos frecuentemente



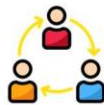
Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado



Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralo tras su uso



Si presentas síntomas respiratorios evita el contacto cercano con otras personas

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)



¿CÓMO DEBO LAVARME LAS MANOS?



40-60"



www.msbs.gob.es