



24 DE MARZO 2020

INFORMACION Y RECOMENDACIONES PREVENTIVAS CONTAGIOS

Guía de Actuación Preventiva ante el COVID-19

Tiene como finalidad establecer los aspectos generales básicos sobre la posible actuación ante situaciones creadas por una posible infección debida al coronavirus SARS-CoV-19, en nuestra empresa.

Así mismo, se establecen algunos criterios de actuación general para prevenir la posible infección por este agente, en el ámbito laboral o a resultas del desarrollo de la actividad laboral de nuestra empresa.

Además, indicamos recomendaciones de tipo general e información de cómo y dónde acceder a más información, más específica y de mayor relevancia en relación con esta situación epidemiológica actual.

Los contenidos de esta GUIA son:

Contenido

- 1.- Ámbito de Aplicación y Alcance
- 2.- Medidas Preventivas Básicas
- 3.- Medidas de protección individual en personas con síntomas
- 4.- Medidas organizacionales transitorias (mientras dure la situación actual)
- 5.- Actuación ante la sospecha de un posible CASO de infección por COVID-19
- 6.- Evaluación del Riesgo, según lo establecido en el procedimiento de actuación frente a la exposición al coronavirus (SARS-COV-2), del Ministerio de Sanidad
- 7.- Recomendaciones domiciliarias para el manejo de pacientes con síntomas leves por coronavirus.

ANEXO – I: INFOGRAFÍA SOBRE LAVADO DE MANOS

ANEXO – II: INFOGRAFÍA SOBRE BUENAS PRACTICAS PARA LA PREVENCION DEL CORONAVIRUS

Ámbito de aplicación y alcance

- ❖ Esta Guía es de aplicación en todos los centros de trabajo de la empresa.
- ❖ Se aplicará a todas las personas que actúen en los diferentes puestos de trabajo o en nuestras instalaciones: empleados, visitas, contratados y cualquier otro tercero que acuda o se encuentre en nuestras instalaciones.

Medidas Preventivas Básicas

- ❖ Afectan a todo el personal y puestos referidos en el ámbito de aplicación y son:
 - **Buena Higiene Respiratoria:**
Al toser o estornudar tápese la boca y nariz con la mano con un pañuelo o, de no ser posible, con la manga del antebrazo o la flexura del codo.
 - **Buena Higiene de Manos:**
Después de haber tosido o estornudado y antes de tocarse la boca, la nariz o los ojos, lávese las manos de forma cuidadosa con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón, utilice soluciones desinfectantes con alcohol para limpiárselas.
 - **Buena Higiene Ambiental:**
Incrementar la limpieza de los lugares y superficies de trabajo.
- ❖ Además, se han de contemplar las siguientes acciones:
 - Aumentar y garantizar que los dispensadores jabonosos están siempre operativos en oficinas y lugares de trabajo.
 - Cumplir escrupulosamente las recomendaciones y obligaciones dictadas por las autoridades sanitarias en las zonas comunes:
 - mantenga la distancia mínima de seguridad de al menos 1 metro
 - evite el contacto estrecho con otras personas
 - respete el aforo máximo que garantice la distancia preventiva
 - se ruega encarecidamente no acceder a las salas una vez completo dicho aforo, mientras no abandonen la sala otros usuarios.
 - Distribución de cartelería informativa por las diferentes áreas de trabajo para potenciar las medidas preventivas. (Anexos I y II).
- ❖ Medidas al toser y estornudar:
 - Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable.
 - Tirar inmediatamente el pañuelo.
 - Si no tiene un pañuelo desechable, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado.
 - Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón líquido o solución alcohólica desinfectante (Ver ANEXO – I)

Medidas de protección individual en personas con síntomas

Se aplicarán a los trabajadores que comiencen con síntomas:

- ❖ Aparición de síntomas sin antecedentes de viaje o contacto con afectados: No deben acudir al centro de trabajo, debiendo solicitar atención médica vía telefónica. Y siempre poniendo en conocimiento de la situación tanto a su responsable directo como al Dpto de RRHH:
 - E-mail: inforrh@tgfsl.com; jesus.salvador@tgfsl.com; araceli.perez@tgfsl.com; marcos.pg@tgfsl.com
 - Teléfono Departamento de RR.HH: 600991690 y 600994745
 - Whatsapp: a través de los números de teléfono indicados.

La mayoría de las comunidades autónomas españolas han habilitado teléfonos gratuitos para posibles consultas sobre el coronavirus, intentando con ello, evitar la sobrecarga de las líneas del 112 y del 061, aunque algunas otras mantienen los teléfonos habituales.

Para informar sobre la aparición de síntomas, viajes de procedencia de las zonas de riesgo o preguntar sobre las actuaciones a realizar si ha aparecido alguno de los síntomas, se siguen manteniendo operativos el 112 y el 061. A continuación, se exponen los teléfonos que dichas comunidades autónomas han habilitado para la gestión de llamadas relacionadas con el virus COVID-19:

ANDALUCÍA	955 54 50 60
ARAGÓN	061
ASTURIAS	112
CANTABRIA	112 y 061
CASTILLA LA MANCHA	900 122 112
CASTILLA Y LEÓN	900 222 000
CATALUÑA	061
CEUTA	900 720 692
COMUNIDAD DE MADRID	900 102 112
COMUNIDAD VALENCIANA	900 300 555
EXTREMADURA	112
GALICIA	900 400 116
ISLAS BALEARES	061
CANARIAS	900 11 20 61
LA RIOJA	941 29 83 33
MELILLA	112
MURCIA	900 12 12 12
NAVARRA	948 29 02 90
PAÍS VASCO	900 20 30 50

- ❖ Si los síntomas aparecen durante la jornada laboral:
Se le apartará del puesto y remitiéndole a su domicilio para que active la comunicación de forma telefónica a los números de teléfono anteriores.

4

Medidas organizacionales transitorias (mientras dure la situación actual)

A. Actuaciones ante empresas colaboradoras:

- ❖ Esta Guía ha de darse a conocer a las empresas colaboradoras que realicen actividades en nuestras instalaciones y a los proveedores que nos visiten, como parte de la coordinación de actividades de nuestra compañía.

B. Reuniones internas y externas:

- ❖ Se evitarán las reuniones, salvo las que sean estrictamente necesarias y aprobadas por el máximo responsable del departamento que las organice:
 - Se facilitará e incrementará el uso de la tecnología para realizar reuniones, entre las que son de especial interés las teleconferencias (audioconferencias y videoconferencias).
 - Cuando se celebren reuniones, se deberá de recoger a través del acta de esta o por parte del organizador de ésta, las personas que han participado en ella y un medio de contacto (teléfono o email).

C. Organización de la actividad laboral

- ❖ Siempre que ello sea posible y en función del tipo de actividad y características del puesto de trabajo, se facilitará el teletrabajo, sobre todo en áreas o departamentos de “alta concurrencia” de personas.
- ❖ Se establecerá un procedimiento interno de actuación ante la posible sospecha de algún caso de infección por SARS-CoV-2 en la empresa.

5

Actuación ante la sospecha de un posible CASO de infección por COVID-19

- ❖ Siguiendo lo establecido por las autoridades sanitarias, se deberá de tener en consideración:
 - 1.- Valorar si presenta criterio clínico, es decir, si presenta síntomas compatibles con infección respiratoria aguda, de cualquier gravedad, si tiene fiebre, tos, dificultad respiratoria.
 - 2.- Criterio epidemiológico:
 - a) si tiene historial de viajes a las zonas de riesgo en los 14 días previos al inicio de los síntomas o
 - b) si ha estado en contacto con un caso confirmado o posible de la COVID-19.
- ❖ A partir de lo anterior, se considerará caso de probable investigación, a quienes cumplan con lo establecido en el punto 1 y, al menos, uno de los casos reseñados en el punto 2, o lo que es lo mismo, tener criterio clínico y, al menos uno de los criterios epidemiológicos.
- ❖ En caso de que sea afirmativo, se considerará un caso en investigación y se procederá a realizar los siguientes pasos:

1. Se le aislará del posible contacto con otras personas, en una zona asilada o, si ello no es posible, a una distancia mayor de dos metros del resto de las personas.
2. Las personas que vayan a estar en contacto o acompañen al caso de probable investigación deberán de usar también mascarilla quirúrgica al mismo tiempo.
3. Se llamará por teléfono habilitado en cada Comunidad Autónoma para informar del caso y que nos indiquen las medidas o pautas a seguir.
4. Se informará a Recursos Humanos de la situación planteada.
5. Se seguirán las indicaciones que nos de la autoridad sanitaria.

❖ **Manejo de contactos:** Ante el caso anterior, si se ratificara que es un caso sospechoso, se deberá:

1. Identificar (recoger datos de identificación y localización) a las personas que hayan mantenido contacto con la persona considerada caso en investigación de COVID-19.
2. Identificar también, a las personas del ámbito familiar y extralaboral que hayan podido estar en contacto con el caso de investigación.
3. Notificar dicha información a los Servicios de Salud para su control y posible seguimiento, si lo consideran necesario.

❖ **Limpieza y desinfección:** La limpieza y desinfección de las superficies con las que ha podido estar en contacto el caso en posible investigación, se realizará con un desinfectante incluido en la política de limpieza y desinfección del centro de trabajo. No obstante, dado que estos virus se inactivan tras 5 minutos de contacto con desinfectantes usados por el público en general, se recomienda utilizar lejía diluida en agua y preparada recientemente. El personal de limpieza que realice la misma, usará las prendas de protección individual que se considere en cada situación.

6

Evaluación del Riesgo, según lo establecido en el procedimiento de actuación frente a la exposición al Coronavirus (SARS-COV-2), del Ministerio de Sanidad.

En relación con el procedimiento de actuación del Ministerio de Sanidad en el que se indica que **corresponde a las empresas evaluar el riesgo de exposición**, resaltar que siempre se han de seguir las pautas y recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias.

Esta evaluación se debe realizar teniendo en cuenta la naturaleza de las actividades y mecanismos de transmisión del nuevo coronavirus SARS-Cov-2, que se incluyen en la tabla 1 de dicho procedimiento, y que presenta tres escenarios diferenciados:

1.- EXPOSICIÓN DE RIESGO:

Corresponde a actividades en las que, por su desarrollo laboral, no se puede evitar el contacto (personal sanitario que atiende un caso confirmado, conductor de ambulancia que traslada al paciente, tripulación medios transporte que atiende durante el transporte un caso sintomático procedente de zona de riesgo y situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en reuniones de trabajo con un caso sintomático. Es decir, serían puestos donde por su actividad hay contacto con casos confirmados o en investigación sintomáticos.

Requerimientos: en función de la evaluación específica del riesgo de exposición en cada caso, componentes de EPI de protección biológica y, en ciertas circunstancias, de protección frente aerosoles y salpicaduras.

2.- EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO:

Personal sanitario cuya actividad no incluye contacto estrecho con el caso confirmado (celadores, camilleros...), personal de laboratorio con diagnóstico virológico, personal no sanitario que pudiese estar en contacto con material sanitario o desechos posiblemente contaminados (limpieza, desinfección, funerarias, atención al público ...), ayuda a domicilio de contactos asintomáticos.

Requerimientos: en función de la evaluación específica del riesgo de exposición en cada caso, componentes de EPI de protección biológica.

3.- BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN:

Trabajadores sin atención directa al público o a más de dos metros de distancia, o con medida de protección colectiva que evitan contacto: personal administrativo, conductores de ambulancia, conductores transporte público, personal de seguridad, policías/guardias civiles, personal aduanero, bomberos...

Requerimientos: No es necesario uso de EPI. En algunas circunstancias, por ejemplo, si no hay colaboración de una persona sintomática, se usará protección respiratoria y guantes de protección.

En base a estos tres escenarios, se evaluará la situación de riesgo de exposición viendo si la naturaleza de las actividades que realizan implica contacto con casos confirmados o en investigación sintomático (exposición de riesgos), no incluye contacto estrecho con el caso confirmado (exposición de bajo riesgo) o trabajadores sin atención directa al público, a más de 2 metros de distancia o con medidas de protección colectiva (baja probabilidad de exposición).

Por “contacto estrecho” se entiende:

- Cualquier trabajador que proporciona cuidados a un caso probable o confirmado sintomático (trabajadores sanitarios y otros trabajadores que vayan a tener otro tipo de contacto físico similar).
- Cualquier trabajador que esté en el mismo lugar que un caso probable o confirmado sintomático, a una distancia menor de 2 metros (ej. visitas, reuniones/viajes de trabajo).

Por nuestra propia actividad, en Transportes García de la Fuente, S.L. no hay un riesgo inherente a un posible contacto con la infección, como es el caso de actividades sanitarias, transporte de pacientes e incluso actividades de transporte de viajeros colectivos desde las zonas de riesgo, por lo que las medidas a adoptar serían las recomendaciones que traslada Sanidad y habría que enfocar desde un punto de vista de Salud Pública.

PERSONAL ESPECIALMENTE SENSIBLE FRENTE AL COVID-19

Así mismo, según se establece en el protocolo del Ministerio de Sanidad, debe evitarse la exposición de los trabajadores que, en función de sus características personales o estado biológico conocido, debido a patologías previas, medicación, trastornos inmunitarios, embarazo o lactancia, sean considerados especialmente sensibles a este riesgo.

En relación con la COVID-19, se considerará personal especialmente sensible a las personas que presenten hipertensión, procesos de tipo cardiovascular, diabetes, patologías respiratorias crónicas, patologías de tipo inmunitario y personas en tratamiento de cáncer. A este respecto, se recomienda reubicar a estas personas en puestos con tareas con baja probabilidad de exposición.



Recomendaciones domiciliarias para el manejo de pacientes con síntomas leves por coronavirus.

1.- ¿DÓNDE SE UBICA EL PACIENTE?

La habitación deberá tener buena ventilación con una ventana que dé acceso a la calle evitando las posibles corrientes de aire hacia el resto de la casa.

La estancia permanecerá con la puerta cerrada en todo momento para evitar el contacto con el resto de las estancias de la vivienda.

Dispondrá de un cubo de basura con tapa automática y bolsa en su interior con cierre hermético para alojar cualquier desecho del paciente.

2.- COMUNICACIÓN CON EL RESTO DE LOS FAMILIARES Y PERSONAL SANITARIO

Con el fin de minimizar el contacto del paciente con el resto de los familiares, debe tener un intercomunicador, como el que se utiliza con los bebés. También se puede utilizar un móvil.

3.- CIRCULACIÓN DEL PACIENTE POR EL ENTORNO DOMÉSTICO

Si la situación lo requiere, el paciente circulará por el entorno domiciliario haciendo un uso correcto de la mascarilla. Siempre se tendrá presente la higiene de manos.

Se prestará especial atención a todo objeto con el que el paciente tenga contacto para su posterior limpieza.

Se deberá restringir cualquier visita domiciliaria que no sea imprescindible.

4.- LAVADO DE MANOS Y ASEO PERSONAL

El lavado de manos es una de las medidas principales para evitar el contagio por coronavirus.

Se tiene que realizar:

Antes y después de cada contacto que se tenga con el paciente.

Antes de que el paciente salga de su habitación.

Después de toser o estornudar.

Después de manipular pañuelos.

Antes de comer.

Después de realizar la limpieza de cualquier útil o superficie.

El paciente podrá asearse de forma habitual minimizando el contacto con objetos si el baño no es exclusivo y desechando la ropa en un cubo exclusivo para ello.

Los utensilios de aseo serán de uso individual.

5.- MANEJO Y LIMPIEZA DE RESIDUOS

La toalla tendrá un único uso y se desechará a un cubo específico para el posterior lavado.

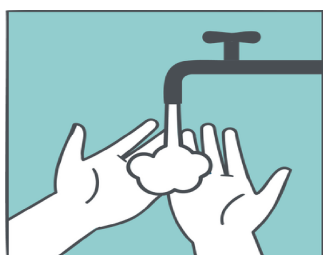
Después de cada uso del baño, se procederá a la limpieza del mismo con lejía de uso doméstico.

La ropa del paciente (incluida la ropa de cama), se trasladará en una bolsa hermética cerrada para su lavado a máquina a una temperatura de 60-90 C con jabón o detergente de uso habitual.

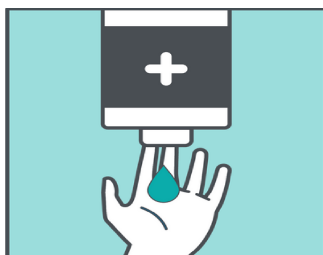
Las superficies que se tocan con frecuencia deberán lavarse con material desechable y lejía con una concentración del 1%

BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)

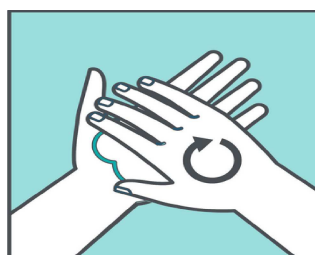
Sigue estos pasos durante el lavado de manos:



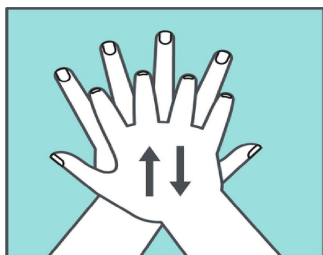
Mójate las manos



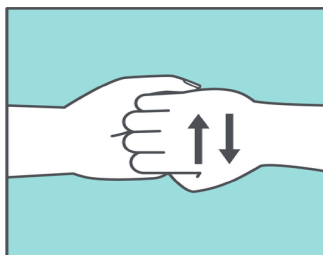
Deposita la cantidad suficiente de jabón en las palmas



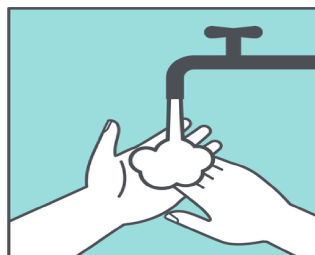
Frótate las palmas de las manos



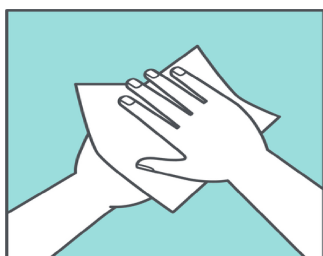
Frótate las palmas con los dedos entrelazados



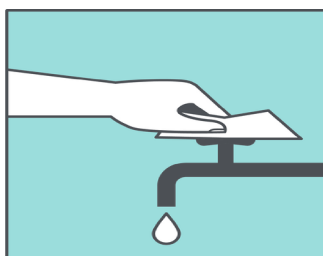
Frótate los dedos de una mano con la palma de la opuesta



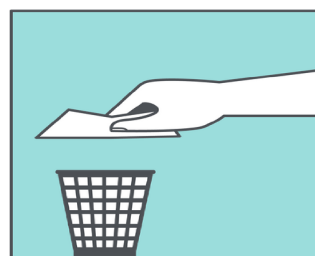
Enjuágate las manos con agua



Sécate las manos con una toalla desechable



Usa la misma toalla para cerrar el grifo



Tira la toalla a la basura

ANEXO – II: INFOGRAFÍA SOBRE BUENAS PRACTICAS PARA LA PREVENCIÓN DEL CORONAVIRUS



BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)



EN CASO DE SUFRIR UNA INFECCIÓN RESPIRATORIA, EVITA EL CONTACTO CERCANO CON OTRAS PERSONAS



EVITA TOCARTE LOS OJOS, NARIZ Y LA BOCA



LAVATE LAS MANOS FRECUENTEMENTE CON AGUA Y JABÓN



AL TOSER O ESTORNUDAR, CÚBRETE LA BOCA Y LA NARIZ CON EL CODO FLEXIONADO O CON UN PAÑUELO DESECHABLE



SI NOTAS SÍNTOMAS DE FIEBRE, TOS O FALTA DE AIRE, CONTACTA CON EL 112/061

REDUCE EL RIESGO DE CONTAGIO