



## **PLAN DE CONTINGENCIA, CONTINUIDAD Y VUELTA A LA ACTIVIDAD FRENTE A (CORONAVIRUS) COVID-19**

**EMPRESA:**  
**CONSULTORES CANARIOS DE INFORMATICA S.A.**

**CENTRO DE TRABAJO:**  
**CONSULTORES CANARIOS DE INFORMATICA- C\_1**  
**CALLE MIRAFLORES, 8**

Actuación	Nombre	Fecha	Firma
ELABORADO POR:	Alfredo Orán Rodríguez	01-09-2020	
REVISADO POR: *	María Josefa Dunjó Fernández	5-10-2020	
APROBADO POR: *	José Manuel Solá Quesada	5-10-2020	

(\*) Este documento ha sido elaborado por Preving Consultores, S.L.U., como Servicio de Prevención de Riesgos Laborales, en base a la información y documentación proporcionada por la empresa. La revisión, aprobación e implantación de este documento es responsabilidad de la empresa. La empresa garantizará el derecho de Información, consulta y participación del personal trabajador respecto al contenido de este documento.

**CONTROL DE CAMBIOS**

REV.	Fecha	Comentarios
01	01-09-2020	Documento original

**Notas sobre la utilización del documento**

El texto de aquellos documentos citados que contengan enlaces (hipervínculos) se señalará con el **color azul**.

El documento se debe actualizar de forma continua en función de nueva información. De ahí la importancia de considerar la **fecha de la edición del documento** indicado en el encabezado de página.

La información contenida en este documento se limita exclusivamente al ámbito de la prevención de riesgos laborales.

El servicio de prevención de riesgos laborales a través de sus canales de contacto habituales está a su disposición para asesorarle en la implantación de este plan de contingencias.

**ÍNDICE**

1.	INTRODUCCIÓN	5
2.	OBJETIVO	6
3.	ÁMBITO DE APLICACIÓN	7
4.	COMISIÓN DE SEGUIMIENTO	8
4.1.	COMPOSICIÓN	8
4.2.	FUNCIONES	9
5.	EVALUACIÓN DEL RIESGO Y PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA	10
5.1.	EVITAR EL RIESGO	10
5.2.	EVALUACIÓN DEL RIESGO DE EXPOSICIÓN	10
5.3.	AUTOEVALUACIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO EN MODALIDAD A DISTANCIA (TRABAJO REMOTO)	14
5.4.	PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA (MEDIDAS PREVENTIVAS)	14
5.5.	CONTROL	14
6.	PROTOCOLO GENERAL DE ACTUACIÓN	15
6.1.	ESCENARIO 1: CONTENCIÓN	15
6.2.	ESCENARIO 2: MITIGACIÓN	16
6.3.	ESCENARIO 3: GENERALIZACIÓN	17
7.	PROCEDIMIENTOS DE ACTUACIÓN ESPECÍFICOS	17
7.1.	CONFIRMACIÓN DE INFECCIÓN POR COVID-19	18
7.2.	SOSPECHA DE INFECCIÓN POR COVID-19	18
7.3.	CONTACTOS ESTRECHOS CON CASOS POSIBLES, PROBABLES O CONFIRMADOS DE COVID-19	19
7.4.	PROTECCIÓN ESPECÍFICA DE COLECTIVOS VULNERABLES	20
7.5.	COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES	21
8.	PLAN DE CONTINUIDAD	26
8.1.	REORDENAR LA ACTIVIDAD	26
8.2.	PUESTA EN MARCHA DE LA ACTIVIDAD	28
8.3.	MEDIDAS ORGANIZATIVAS	30
8.4.	MEDIDAS COLECTIVAS	32
8.5.	MEDIDAS INDIVIDUALES	33
8.6.	FORMACIÓN E INFORMACIÓN	34
9.	DEBERES Y OBLIGACIONES. CONSULTA Y PARTICIPACIÓN	36

10.	NORMATIVA DE REFERENCIA	38
10.1.	DISPOSICIONES LEGALES	38
10.2.	DOCUMENTACIÓN TÉCNICA	38
11.	ANEXOS	40
1.	Registro de acciones	40
2.	Equipos de protección.	41
3.	Señalización y cartelería.	45
4.	Antes de ir al trabajo, movilidad a centros y gestión de entradas y salidas	48
5.	Medidas preventivas generales para garantizar la separación entre personal trabajador frente a COVID-19	50
6.	Medidas higiénicas, de limpieza y desinfección	56
7.	Gestión de los residuos en el centro de trabajo	60
8.	Cuestionario de análisis para la empresa por reincorporación al trabajo-COVID-19	61
9.	Teléfonos de información	64
10.	Preguntas y respuestas generales sobre COVID-19	65
11.	Recomendaciones para cuidar la salud	66
12.	Recomendaciones para personas con condiciones de salud crónicas	67
13.	Bienestar emocional	69
14.	Consejos para el día a día.	70

## 1. INTRODUCCIÓN

Los coronavirus son una familia de virus que causan infección en los seres humanos y en una variedad de animales. Se trata de una enfermedad zoonótica, lo que significa que pueden transmitirse de los animales al hombre. Los coronavirus que afectan al ser humano (HCoV) pueden producir cuadros clínicos que van desde el resfriado común con patrón estacional en invierno hasta otros más graves como los producidos por los virus del Síndrome Respiratorio Agudo Grave (por sus siglas en inglés, SARS) y del Síndrome Respiratorio de Oriente Próximo (MERS-CoV)

El 31 de enero de 2020 la Organización Mundial de la Salud (OMS en adelante) declaró la Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional (ESPII) por el nuevo coronavirus 2019, El 11 de febrero del 2020, la Organización Mundial de la Salud anunció el nombre oficial de la enfermedad que está causando el brote del nuevo coronavirus 2019 y que se identificó por primera vez en Wuhan, China. El nuevo coronavirus ha sido bautizado como SARS-CoV-2 y la enfermedad que desencadena se denomina COVID-19. El 11 de marzo de 2020 la OMS declara la COVID-19 como pandemia. En España, el 14 de marzo de 2020, el Consejo de Ministros aprobó el 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, desde el 22 de junio de 2020 estamos en Nueva normalidad. Hasta el momento, se desconoce la fuente de infección y hay incertidumbre respecto a la gravedad y a la capacidad de transmisión. Por similitud con otros coronavirus conocidos se piensa que el SARS-CoV-2 se transmite principalmente por las gotas respiratorias de más de 5 micras y por el contacto directo con las secreciones de personas infectadas. Se están valorando otras posibles vías de transmisión. El periodo de incubación de la enfermedad se ha estimado entre 2 y 14 días. La evidencia sobre la transmisión del virus antes del comienzo de los síntomas no se ha podido verificar hasta la fecha.

Los síntomas descritos del COVID-19 son similares a los de la gripe común: fiebre y fatiga, acompañados de tos seca y, en muchos casos, de disnea (dificultad para respirar). También lo son la secreción y goteo nasal, dolor de garganta y de cabeza, fiebre, así como, escalofríos y malestar general. No obstante, los síntomas varían en cada individuo y puede haber personas infectadas que incluso no presenten síntomas. Como sucede con la gripe, los síntomas más graves se dan en personas mayores y en sujetos inmunodeprimidos y con enfermedades crónicas como la diabetes, algunos tipos de cáncer o afecciones pulmonares. Actualmente no existe un tratamiento específico frente al COVID-19, por lo que la mejor forma de prevenir la enfermedad es evitar la exposición al virus.

Las recomendaciones de la autoridad sanitaria indican la necesidad que las empresas creen un *plan de contingencias* para garantizar el normal funcionamiento de estas durante el tiempo que dure la crisis. Y recomiendan medidas preventivas, que son publicadas y actualizadas periódicamente por el Ministerio de Sanidad y que se pueden consultar en su página web: <https://www.mscbs.gob.es/>

## 2. OBJETIVO

En cumplimiento del deber de protección establecido en la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, la empresa debe garantizar la seguridad y la salud del personal a su servicio en todos los aspectos relacionados con el trabajo, integrando la actividad preventiva y adoptando cuantas medidas sean necesarias para su protección.

En este contexto, el presente plan de contingencia constituye un compendio de las medidas que la empresa ha implantado y/o tiene previsto adoptar para afrontar la alerta sanitaria provocada por el COVID-19, en función de la evolución del actual escenario y en coherencia con la información publicada por el Ministerio de Sanidad y el resto de las autoridades competentes. Este documento formará parte de **Plan de Prevención de Riesgos Laborales** de la empresa, desarrollará y complementará la **Evaluación de Riesgos** y la **Planificación de la Actividad Preventiva** de CONSULTORES CANARIOS DE INFORMATICA S.A. (en adelante la empresa).

En este plan de contingencias se describen los pasos básicos que debe seguir la empresa con el asesoramiento y apoyo de Preving Consultores, S.L.U. (en adelante servicio de prevención de riesgos laborales) para reducir el riesgo de exposición de las personas trabajadoras al Covid19.

PASO 1: Evitar el riesgo. Adopción de medidas generales para evitar la exposición y/o propagación.

PASO 2: Evaluación del riesgo de exposición de forma que permita clasificar a las personas trabajadoras en 3 niveles (exposición de riesgo, exposición de bajo riesgo y baja probabilidad de exposición) y de esta forma graduar las medidas preventivas en función del riesgo evaluado.

PASO 3: Planificación de la actividad preventiva según los 3 niveles de riesgo descritos anteriormente, con medidas preventivas jerarquizadas: Medidas de tipo organizativo, De protección colectiva, De protección individual, Formación e información

PASO 4: Medidas de control. En cuanto a las medidas enfocadas a la prevención de la infección (desinfección) e identificación y medidas a tomar ante personal que pueda ser calificado como caso posible, probable o confirmado o como contacto estrecho de persona sintomática, la empresa deberá atenerse a las instrucciones de las Autoridades Sanitarias competentes en la materia. Para ello deberá implementar un procedimiento que garantice la información en todo momento de las medidas que se determinen en tal sentido.

### **3. ÁMBITO DE APLICACIÓN**

El plan de contingencia PRL frente al coronavirus será de aplicación al conjunto del personal trabajador que preste sus servicios tanto dentro del centro de trabajo CONSULTORES CANARIOS DE INFORMATICA- C\_1 con dirección CALLE MIRAFLORES, 8, así como las particularidades del personal trabajador que realicen actividades fuera de este centro. También será de aplicación al personal del centro de trabajo que desarrolla su actividad en trabajo a distancia (trabajo remoto).

La descripción de los lugares de trabajo y descanso, así como la descripción detallada de los puestos de trabajo y procesos de trabajo de la empresa se recogen en el Plan de Prevención de Riesgos Laborales de la empresa.

Con independencia de lo anterior, en el desempeño de sus actividades la empresa implantará las medidas necesarias para prevenir contagios entre su personal, sus clientes y personal de sus clientes y que éstos adopten medidas de actuación ante la alerta sanitaria por el COVID-19 a través de la coordinación de actividades empresariales.

## 4. COMISIÓN DE SEGUIMIENTO

Atendiendo a los principios establecidos en la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, el desarrollo de aquellas actividades de prevención que garanticen un mayor nivel de protección de la seguridad y salud de los trabajadores, incluidas las recomendadas en este plan y derivadas de la situación excepcional que está aconteciendo en la sociedad, será responsabilidad de la empresa.

Para ello, y durante el desarrollo e implantación del presente Plan, emplea los recursos, tanto económicos y materiales como humanos, que considere necesarios para tal fin. En este sentido se podrá contar con la organización/modalidad preventiva habitual o cualquier otro recurso que considere oportuno.

En cumplimiento de su deber de protección, la empresa constituirá una comisión de seguimiento del COVID-19, encargada de llevar a cabo un análisis permanente de la situación, centralizar la información y coordinar la implantación de las medidas necesarias para evitar y/o prevenir y controlar eventuales contagios.

### 4.1. COMPOSICIÓN

La comisión de seguimiento del COVID-19 estará integrada por el número de personas que determine y nombre la dirección de la empresa en cada momento.

Cuando la comisión de seguimiento lo considere necesario podrá solicitar la participación de personas expertas en la materia, pertenecientes a la propia empresa o ajenas a la misma, que serán requeridas para intervenir exclusivamente en las reuniones a las que sean convocadas. Se recomienda llevar un [registro](#) de las acciones que se tomen.

NOMBRE Y APELLIDOS	CARGO	OBSERVACIONES
María-José Dunjó	Responsable de RR.HH	
Isabel Reverón	Responsable de Administración	
Alexis Montenegro	Responsable de Administración	

## 4.2. FUNCIONES

Las funciones de la comisión de seguimiento del COVID-19 son las siguientes:

- Analizar la evolución de la alerta provocada por el COVID-19, sobre la base de la información publicada por el Ministerio de Sanidad y el resto de las autoridades competentes.
- Coordinar la implantación de las medidas organizativas necesarias para prevenir y/o, en su caso, afrontar contagios en el entorno laboral.
- Adoptar medidas de protección específica dirigidas al personal que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, sea considerado “especialmente sensible” a los riesgos derivados del COVID-19.
- Promover la adquisición y puesta a disposición de los materiales higiénicos y los equipos de protección que se consideren necesarios en función del nivel de exposición al COVID-19 existente en cada caso.
- Implantar medidas técnicas de protección colectiva, dirigidas a asegurar la limpieza y eventual desinfección de edificios, superficies y objetos y, en la medida de lo posible, elevar los niveles de ventilación para reforzar la efectiva renovación del aire de los distintos centros de trabajo.
- Colaborar en el desarrollo de una estrategia de comunicación dirigida a mantener puntualmente informado al personal trabajador a través de los canales oficiales y mediante la elaboración de materiales específicos si fuera necesario.

## 5. EVALUACIÓN DEL RIESGO Y PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA

### 5.1. EVITAR EL RIESGO

Para evitar el riesgo exposición y/o propagación se deberán adoptar las medidas generales contempladas en el [punto 8](#) de este documento.

### 5.2. EVALUACIÓN DEL RIESGO DE EXPOSICIÓN

De acuerdo con lo dispuesto en el [Procedimiento para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2 \(COVID-19\)](#) elaborado por el Ministerio de Sanidad, en función de la naturaleza de las actividades llevadas a cabo y los mecanismos de transmisión del COVID-19, se establecen los siguientes niveles de riesgo (Tabla 1. Escenarios de riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2 en el entorno laboral):

- **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 COVID-19, 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:** personal que no tiene atención directa al público o, si la tiene, se produce a más de 1,5 metros de distancia, o disponen de medidas de protección colectiva que evitan el contacto (mampara de cristal, etc.)

Se clasifica como **contacto estrecho:**

- Cualquier persona que haya proporcionado cuidados a un caso: personal sanitario o sociosanitario que no han utilizado las medidas de protección adecuadas, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar.
- Cualquier persona que haya estado en el mismo lugar que un caso, a una distancia menor de 2 metros (ej. convivientes, visitas) y durante más de 15 minutos.
- Se considera contacto estrecho en un avión, tren u otro medio de transporte de largo recorrido (y siempre que sea posible el acceso a la identificación de los viajeros) a cualquier persona situada en un radio de dos asientos alrededor de un caso y a la tripulación o personal equivalente que haya tenido contacto con dicho caso.

Una persona trabajadora puede verse ubicada en uno o más escenarios en función de las actividades que desarrolle. A veces el trabajo se realiza en las condiciones que corresponden a un solo escenario de exposición, pero en otras la persona trabajadora

puede realizar tareas diferentes, y cada una de ellas podría encuadrarse en distintos escenarios. A cada uno de los escenarios le corresponden, a su vez, distintas medidas de prevención y protección.

**Tabla 1. Escenarios de riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2 en el entorno laboral**

EXPOSICIÓN DE RIESGO	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN
<p>Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende a una persona sintomática.</p> <p>Técnicos de transporte sanitario, si hay contacto directo con la persona sintomática trasladada.</p> <p>Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en el trabajo con una persona sintomática.</p>	<p>Personal sanitario cuya actividad laboral no incluye contacto estrecho con una persona sintomática, por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Acompañantes para el traslado, celadores, camilleros, trabajadores de limpieza.</li> </ul> <p>Personal de laboratorio responsable de las pruebas de diagnóstico virológico.</p> <p>Personal no sanitario que tenga contacto con material sanitario, fómites o desechos posiblemente contaminados.</p> <p>Ayuda a domicilio de contactos asintomáticos.</p>	<p>Trabajadores sin atención directa al público, o a más de 1,5 metro de distancia, o con medidas de protección colectiva que evitan el contacto, por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Personal administrativo.</li> <li>– Técnicos de transporte sanitario con barrera colectiva, sin contacto directo con el paciente.</li> <li>– Conductores de transportes públicos con barrera colectiva.</li> <li>– Personal de seguridad.</li> </ul>
REQUERIMIENTOS		
<p>En función de la evaluación específica del riesgo de exposición de cada caso: componentes de EPI de protección biológica y, en ciertas circunstancias, de protección frente a aerosoles y frente a salpicaduras.</p>	<p>En función de la evaluación específica del riesgo de cada caso: componentes de EPI de protección biológica.</p>	<p><b>Mascarilla obligatoria en el entorno laboral.</b></p> <p>En ciertas situaciones (falta de cooperación de una persona sintomática):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— protección respiratoria,</li> <li>— guantes de protección.</li> </ul>

Teniendo en cuenta la naturaleza de las actividades desarrolladas y/o, en su caso, las medidas adoptadas para evitar eventuales contactos, con carácter general el personal de la empresa se considera incluido en un escenario de: baja probabilidad de exposición.

En orden a las acciones preventivas que deben llevar a cabo la empresa frente al COVID-19, desde el punto de vista laboral hay que distinguir entre las correspondientes a aquellos puestos de trabajo con actividades que, por su propia naturaleza, la exposición al SARS-CoV-2 pueda constituir un riesgo profesional, de aquellos otros en los que su presencia en los centros de trabajo constituye una situación excepcional, derivada de la infección del personal trabajador por otras vías distintas de la profesional.

#### **A. Evaluación de riesgos en puestos de trabajo que no implican riesgo de exposición profesional al SARS-CoV-2 (COVID-19)**

Este grupo abarca a todas las personas trabajadoras que, en función de la actividad en la que prestan servicios, no resulta de aplicación el Real Decreto 664/1997, sobre la protección del personal trabajador contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo, y que, además, se encuentran en una situación de riesgo por posible exposición al SARS-CoV-2.

En estos puestos en los que sólo excepcionalmente se podría producir el contagio de personal trabajador en la empresa, el empresariado debe adoptar obligatoriamente aquellas medidas preventivas que, en lo posible, eviten o disminuyan este riesgo, y que han sido acordadas y recomendadas por las Autoridades Sanitarias.

La evaluación de riesgos de estos puestos se contempla en la tabla Listado de puestos de trabajo con indicación del escenario de riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2 en el entorno laboral de puestos de trabajo con indicación de situaciones de exposición y las medidas preventivas en el [punto 8](#).

Tabla. Listado de puestos de trabajo con indicación del escenario de riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2 en el entorno laboral.

PUESTO	ESCENARIO DE RIESGO	EQUIPOS DE PROTECCIÓN
AUXILIAR ADMINISTRATIVO/A	1	1
COMERCIAL/ MARKETING	1	1
DIRECTOR/A	1	1
PERSONAL TÉCNICO DE MANTENIMIENTO Y SOPORTE	1	1
CONSULTORES	1	1
DESARROLLADORES DE SOFTWARE	1	1

#### **NOTAS.**

Escenarios de riesgos: 1. Baja probabilidad de exposición, 2. Exposición de bajo riesgo, 3. Exposición de riesgo.

Equipos de protección: 1. Protección respiratoria, 2. Guantes, 3. Ropa de protección. 4. Protección ocular. 5. No necesita: en caso de no poder garantizar la distancia interpersonal de aproximadamente 1,5 metros disponer de mascarilla higiénica o quirúrgica y guantes.

**B. Evaluación de riesgos en puestos de trabajo en los que existe riesgo de exposición profesional al SARS-CoV-2 (COVID-19)**

Este grupo abarca a todas las personas trabajadoras que, en función de la actividad en la que prestan servicios, resulta de aplicación el Real Decreto 664/1997, y que, además, se encuentran en una situación de riesgo por posible exposición al SARS-CoV-2.

**No existen puestos de trabajo con riesgo de exposición profesional al SARS-CoV2 (COVID19)**

### **5.3. AUTOEVALUACIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO EN MODALIDAD A DISTANCIA (TRABAJO REMOTO)**

El Real Decreto-ley 8/2020, de 17 de marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19 en su artículo 5. **Carácter preferente del trabajo remoto** contempla:

Que las medidas excepcionales de naturaleza laboral que se establecen en la presente norma tienen como objetivos prioritarios garantizar que la actividad empresarial y las relaciones de trabajo se reanuden con normalidad tras la situación de excepcionalidad sanitaria.

En particular, se establecerán sistemas de organización que permitan mantener la actividad por mecanismos alternativos, particularmente por medio del trabajo a distancia, debiendo la empresa adoptar las medidas oportunas si ello es técnica y razonablemente posible y si el esfuerzo de adaptación necesario resulta proporcionado. Estas medidas alternativas, particularmente el trabajo a distancia, deberán ser prioritarias frente a la cesación temporal o reducción de la actividad.

Con el objetivo de facilitar el ejercicio de la modalidad de trabajo a distancia en aquellos sectores, empresas o puestos de trabajo en las que no estuviera prevista hasta el momento, se entenderá cumplida la obligación de efectuar la evaluación de riesgos, en los términos previstos en el artículo 16 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, con carácter excepcional, a través de **una autoevaluación realizada voluntariamente por la propia persona trabajadora**.

Ver [documento](#) Información sobre prevención de riesgos laborales y trabajo remoto. Autoevaluación voluntaria de trabajo remoto.

### **5.4. PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA (MEDIDAS PREVENTIVAS)**

Las medidas preventivas generales a adoptar en los escenarios de riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2 en el entorno laboral se recogen en el [punto 8](#). La información sobre los equipos de protección se recoge en el [anexo](#) Equipos de protección.

### **5.5. CONTROL**

- Establecer los mecanismos que aseguren la actualización de la evaluación de riesgos, especialmente en lo referente a la clasificación del personal trabajador según el nivel de riesgo y la aplicación de las medidas preventivas correspondientes, informando de cualquier cambio en la realización de tareas del personal trabajadora al servicio de prevención de riesgos laborales.

- Actualizar y difundir si fuese necesario las medidas de emergencia de los centros de trabajo, teniendo en cuenta la situación actual.
- Establecer un procedimiento específico para el mantenimiento de las comunicaciones entre los diferentes niveles jerárquicos de la empresa en la situación actual.
- Utilizar listados de control en centros de trabajo para identificar posibles incidencias y adoptar las medidas preventivas necesarias. Ver [anexo](#) Cuestionario de análisis para la empresa por reincorporación al trabajo-COVID-19

## 6. PROTOCOLO GENERAL DE ACTUACIÓN

Sobre la base de la información publicada por el Ministerio de Sanidad y el resto de las autoridades competentes, el presente protocolo recoge las actuaciones necesarias para afrontar la epidemia sanitaria por el COVID-19 diferenciando tres posibles escenarios, en consonancia con los distintos niveles de alerta previstos en España en función de la procedencia y el modo de transmisión de los contagios.

ESCENARIO 1 CONTENCIÓN	ESCENARIO 2 MITIGACIÓN	ESCENARIO 3 GENERALIZACIÓN
Sin medidas específicas y en ausencia de casos confirmados	Medidas específicas y casos dentro de un riesgo razonable	Medidas específicas y casos más allá de un riesgo razonable

Las actuaciones descritas en cada uno de los escenarios no generarán derecho alguno, ni constituyen una lista cerrada, pudiéndose aplicar inmediata o progresivamente, con alcance general o particular, en todo o en parte, y de manera independiente a la eventual adopción de medidas adicionales no expresamente incluidas en aquellos, en estrecha coordinación con el Ministerio de Sanidad y el resto de autoridades competentes, teniendo en cuenta la evolución de la epidemia y su incidencia en la empresa.

### 6.1. ESCENARIO 1: CONTENCIÓN

#### A) DESCRIPCIÓN

Sin adopción de medidas específicas por las autoridades competentes y en ausencia de casos de contagio confirmados en el personal trabajador de la empresa.

#### B) ACTUACIONES

- Información sobre medidas higiénicas (lavado frecuente de manos, contacto social, ventilación, etc.).
- Puesta a disposición de material higiénico y, en su caso, adopción de pautas de cuidado específicas.
- Refuerzo de la limpieza y eventual desinfección de centros de trabajo, superficies y objetos.
- Medidas de incremento de la ventilación natural y forzada, dirigidas a elevar los niveles de renovación del aire en el interior de los edificios.
- Restricción de viajes a las zonas más afectadas.
- Valoración por parte del servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales de las situaciones del personal considerado “especialmente sensible” y eventual adopción de medidas preventivas adicionales.
- De forma extraordinaria, implantación del trabajo remoto siempre que sea posible desde el propio domicilio en los 14 días siguientes al regreso de las zonas más afectadas por parte del personal trabajador de la empresa y/o los familiares con quienes convivan, cuando dicho regreso se haya producido en los 15 días anteriores (previa justificación documental y/o declaración responsable) y con independencia de la inexistencia de síntomas.

## 6.2. ESCENARIO 2: MITIGACIÓN

### A) DESCRIPCIÓN

Con adopción de medidas específicas por las autoridades competentes, habiéndose confirmado casos de contagio entre el personal trabajador de la empresa, hasta el porcentaje considerado como riesgo razonable, en coordinación con los responsables de Salud Pública.

### B) ACTUACIONES

- Ampliación de los programas de trabajo remoto vigentes siempre que sea posible a todos los días de la semana.
- Excepcionalmente, implantación de programas de trabajo remoto en aquellos Departamentos, Servicios y Áreas cuya actividad resulte compatible con esta modalidad de prestación laboral.
- Establecimiento de turnos en aquellos Departamentos, Servicios y Áreas cuya prestación sea esencialmente presencial, garantizando en todo caso medidas eficaces de protección de la seguridad y salud del personal afectado.
- Suspensión siempre que sea posible de desplazamientos fuera de los centros por motivos laborales.
- Limitación de reuniones de trabajo, promoviendo el uso de medios técnicos de comunicación a distancia y el correo electrónico.
- Anulación de jornadas o cursos de formación programados en los centros de la empresa.

### 6.3. ESCENARIO 3: GENERALIZACIÓN

#### A) DESCRIPCIÓN

Con adopción de medidas específicas por las autoridades competentes, habiéndose confirmado casos de contagio masivo y descontrolado entre el personal de la empresa que superen el porcentaje considerado como riesgo razonable, en coordinación con los responsables de Salud Pública.

#### B) ACTUACIONES

- Cese temporal de la actividad laboral presencial y atención de servicios esenciales a distancia.
- Establecimiento de turnos en aquellos Departamentos, Servicios y Áreas cuya prestación sea esencialmente presencial y su funcionamiento resulte imprescindible, promoviendo de forma prioritaria su cobertura voluntaria, garantizando en todo caso medidas eficaces de protección de la seguridad y salud del personal afectado.

## 7. PROCEDIMIENTOS DE ACTUACIÓN ESPECÍFICOS

En paralelo al protocolo general de actuación, la empresa ha establecido procedimientos específicos dirigidos a atender las diferentes situaciones que puedan afectar al personal trabajador, en función de la evolución de la alerta sanitaria por el COVID-19.

A estos efectos, deberán tenerse en cuenta las siguientes consideraciones generales:

- El acceso a la información médica de carácter personal se limitará al personal sanitario del servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales, que informará a la empresa únicamente de las conclusiones que se deriven de las actuaciones llevadas a cabo, a fin de que pueda desarrollar correctamente sus funciones en materia preventiva.
- El diagnóstico, el tratamiento médico y la emisión de los correspondientes partes médicos de baja, confirmación y alta corresponden al respectivo Sistema Público de Salud. En ningún caso, tales actuaciones se desarrollarán por servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales ni por los servicios médicos de la mutua.
- Con independencia de lo anterior, el servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales colaborará con el Sistema Público de Salud, en particular, en la gestión de los procesos de incapacidad temporal, el estudio y manejo de contactos y la protección del personal especialmente sensible.
- La definición del caso y las áreas de transmisión pueden cambiar en función de la evolución de la epidemia, resultando fundamental a estos efectos tener en cuenta siempre la última información oficial disponible en la web del Ministerio de Sanidad.

### 7.1. CONFIRMACIÓN DE INFECCIÓN POR COVID-19

Se considera **caso confirmado con infección activa**: - Persona que cumple criterio clínico de caso sospechoso y con PCR positiva. - Persona que cumple criterio clínico de caso sospechoso, con PCR negativa y resultado positivo a IgM por serología de alto rendimiento (no por test rápidos). - Persona asintomática con PCR positiva con Ig G negativa o no realizada. Se **considera caso confirmado con infección resuelta**: · Persona asintomática con serología Ig G positiva independientemente del resultado de la PCR (PCR positiva, PCR negativa o no realizada).

El personal de la empresa al que se le haya confirmado su infección por COVID-19 deberá:

- Informar a la persona responsable de prevención de riesgos laborales en la empresa, para hacer posible su registro a efectos de seguimiento, así como, en su caso, la coordinación con el Sistema Público de Salud, a través del servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales según el [procedimiento establecido](#) por éste, en relación con la gestión de los procesos de incapacidad temporal y el estudio y manejo de contactos.
- Contactar con el servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales según el procedimiento establecido por éste que, cuando sea necesario, a la vista de la información aportada, acreditará la indicación de incapacidad temporal cumplimentando y remitiendo a los Servicios de Atención Primaria el modelo de informe establecido por el Ministerio de Sanidad en cada momento.
- La empresa deberá informar asegurando la confidencialidad de los datos de la persona con confirmación de infección por Covid-19 como positivo a todos los posibles contactos de esta persona a nivel interno y en caso de haber estado en prestando servicios en centros de trabajo ajenos a la empresa, se procederá a informar a los responsables o personas de contacto de esos centros ajenos a la empresa.

### 7.2. SOSPECHA DE INFECCIÓN POR COVID-19

Según la definición de caso actual, se considerarán **casos sospechosos**: cualquier persona con un cuadro clínico de infección respiratoria aguda de aparición súbita de cualquier gravedad que cursa, entre otros, con fiebre, tos o sensación de falta de aire. Otros síntomas como la odinofagia, anosmia, ageusia, dolores musculares, diarreas, dolor torácico o cefaleas, entre otros, pueden ser considerados también síntomas de sospecha de infección por SARS-CoV-2 según criterio clínico.

Las personas que pudieran encontrarse en este grupo deberán tener en cuenta lo siguiente:

- Si se encontraran en un centro de trabajo de la empresa, deberán evitar al máximo su contacto con otras personas e informar inmediatamente al servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales según el procedimiento establecido por éste para recibir atención necesaria y, en su caso, ser derivadas al Sistema Público de Salud.
- Si se encontraran fuera de los centros de trabajo de la empresa, deberán evitar al máximo su contacto con otras personas (autoaislamiento domiciliario) y contactar con el Sistema Público de Salud de la comunidad autónoma donde se encuentre, siguiendo las instrucciones que, en su caso, le sean remitidas. Consultar anexo Listado de teléfonos de información.
- En ambos casos deberán contactar con el servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales según el [procedimiento establecido](#) por éste que, a la vista de la información aportada, acreditará la indicación de incapacidad temporal cumplimentando y remitiendo a los Servicios de Atención Primaria el modelo establecido por el Ministerio de Sanidad en cada momento.

Cuando en estos casos, tras realizar el correspondiente test diagnóstico, el Sistema Público de Salud confirme la infección por COVID-19, el personal trabajador de la empresa afectado deberá informar inmediatamente a la persona responsable de prevención de riesgos laborales en la empresa, que procederá en los términos descritos en el [punto 7.1.](#)

### **7.3. CONTACTOS ESTRECHOS CON CASOS POSIBLES, PROBABLES O CONFIRMADOS DE COVID-19**

Se considerarán “contactos estrechos” de casos posibles (con infección respiratoria aguda leve), probables (los resultados de laboratorio no son concluyentes) o confirmados los siguientes:

- Cualquier persona que haya proporcionado cuidados a un caso: personal sanitario o sociosanitario que no han utilizado las medidas de protección adecuadas, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar.
- Cualquier persona que haya estado en el mismo lugar que un caso, a una distancia menor de 2 metros (ej. convivientes, visitas) y durante más de 15 minutos.
- Se considera contacto estrecho en un avión, tren u otro medio de transporte de largo recorrido (y siempre que sea posible el acceso a la identificación de los viajeros) a cualquier persona situada en un radio de dos asientos alrededor de un caso y a la tripulación o personal equivalente que haya tenido contacto con dicho caso

Las personas que pudieran encontrarse en este grupo deberán contactar con el servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales según el [procedimiento establecido](#) por éste que, a la vista de la información aportada, acreditará la indicación de incapacidad temporal cumplimentando y remitiendo a los Servicios de Atención Primaria el modelo de informe establecido por el Ministerio de Sanidad en cada momento.

En estos casos, el servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales informará de la necesidad de realizar cuarentena domiciliar durante 14 días, extremando las de higiene personal y con vigilancia pasiva de aparición de síntomas (fiebre, tos y/o sensación de falta de aire) atendiendo, en caso de que estos aparezcan, el procedimiento descrito en el [punto 7.2.](#)

Las autoridades sanitarias no llevan a cabo un seguimiento activo de estos contactos, que no obstante deberán ser comunicados inmediatamente al Sistema Público de Salud de la comunidad autónoma donde se encuentre la persona trabajadora a efectos de valorar situaciones individuales que requieran otro tipo de recomendación. Consultar [anexo](#) Listado de teléfonos de información.

#### **7.4. PROTECCIÓN ESPECÍFICA DE COLECTIVOS VULNERABLES**

Con carácter general, la empresa adoptará medidas de protección específica dirigidas a las personas que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, sean consideradas “especialmente sensibles” a los riesgos derivados del COVID-19.

Con la evidencia científica disponible a fecha 2 de junio de 2020 (Información científica-técnica sobre el COVID-19, del Ministerio de Sanidad; ECDC; CDC), el Ministerio de Sanidad ha definido como grupos vulnerables para COVID-19 las personas con:

- enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión,
- enfermedad pulmonar crónica,
- diabetes,
- insuficiencia renal crónica,
- inmunodepresión,
- cáncer en fase de tratamiento activo, enfermedad hepática crónica severa,
- obesidad mórbida (IMC>40),
- embarazo y
- mayores de 60 años.

Las personas que pudieran encontrarse en este grupo deberán contactar con el servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales según el [procedimiento establecido](#) por éste, que procederá a evaluar su presencia en relación a la infección por COVID-19 y establecerá de forma individualizada la naturaleza de su “especial sensibilidad”, emitiendo informe sobre las medidas de prevención, adaptación y protección específicas, teniendo en cuenta la existencia o inexistencia de unas condiciones que permitan realizar el trabajo sin elevar el riesgo propio de la condición de salud de la persona trabajadora.

Cuando no exista posibilidad de adaptación del puesto de trabajo, protección adecuada que evite el contagio o reubicación en otro puesto exento de riesgo de exposición de las personas consideradas “especialmente sensibles” al COVID-19, el servicio sanitario del

servicio de prevención de riesgos laborales acreditará la indicación de incapacidad temporal cumplimentando y remitiendo a los Servicios de Atención Primaria el modelo de informe establecido por el Ministerio de Sanidad en cada momento.

## **7.5. COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES**

### **A. Concurrencia en el centro de trabajo de la empresa de personal trabajador de otras empresas.**

Deberá eliminarse la presencia de contratatas, clientes, visitas, y cualesquiera otras personas no imprescindibles para el mantenimiento de la actividad.

Se propiciará un intercambio de información en cuanto a las normas de prevención de la infección similar al que se realiza habitualmente para el trabajo habitual. Deberán proporcionar a las contratatas y visitas las normas existentes en dicho centro para el control de la infección, y recabar de las contratatas las que vayan a aplicar sus propios trabajadores.

Se establecerán pautas de coordinación con Contratatas y ETT's en cuanto a las medidas adoptadas y evaluación del riesgo del personal afectado.

Se dispondrán medidas para mantener una distancia de al menos 1,5 metros entre las personas en todas las situaciones, tanto si se trata de personas trabajadoras, como si se trata de clientes o usuarios.

Con carácter general se definirá una zona de espera para personal externo a la empresa, si el espacio no permite mantener la distancia interpersonal de 1,5 metros, la espera será en el exterior del centro de trabajo.

La zona de recepción por ser me mayor probabilidad de contacto, y con más concentración de personal a la entrada y salida, se informará mediante [cartelería](#) sobre las medidas preventivas a tener en cuenta en el centro, así como de las medidas de higiene personal, con el objeto de prevenir los contactos.

Colocar bandejas o similares para intercambiar documentación que dificulten los contactos directos.

Eliminar o reducir los trámites administrativos (firmas de entrada y salida) que faciliten que no haya que intercambiar papel o bolígrafos

Todo el personal externo deberá adoptar las medidas preventivas establecidas en el centro de trabajo que se indican a continuación:

### **Procedimientos de entrada, tránsito y salida de proveedores externos**

Para el acceso de los proveedores externos, se deberán identificar los procedimientos de entrada, tránsito y salida, utilizando métodos, rutas y plazos predefinidos, a fin de reducir las oportunidades de contacto con el personal de la empresa implicados.

### **Utilización de aseos por personal externo a la empresa**

Para los proveedores/transportadores y/u otro personal externo, siempre que sea posible, se ubicarán /instalarán aseos dedicados, se prohibirá el uso de los aseos del personal trabajador de la empresa y se garantizará una limpieza diaria adecuada.

### **Reducción del acceso de los visitantes y contratistas**

El acceso a los visitantes deberá eliminarse o reducirse en la medida de lo posible. Si se requiere la entrada de visitantes externos o contratistas (empresa de limpieza, mantenimiento, etc.), éstos deberán someterse a todas las normas de la empresa, incluidas las relativas al acceso a los locales de la empresa según modelo Información a Contratistas por la gestión del Coronavirus para CAE.

### **Contratistas y proveedores**

Las normas del presente plan de contingencias se extienden a los contratistas que pueden ejecutar actividades permanentes y temporales dentro de los centros de trabajo de la empresa, así como a proveedores y subcontratas que presten servicios en las mismas.

## **B. Concurrencia de personal trabajador de la empresa en centros de trabajo de otras empresas**

Antes de los desplazamientos a los lugares donde se realicen trabajos, bien sea en centros de empresas clientes, en la vía pública, en el campo..., deberá asegurarse de que el trabajo puede realizarse manteniendo las condiciones de alejamiento e higiene de manos descritas, y que durante y al acabar el trabajo los trabajadores pueden lavarse las manos las veces que sea necesario.

Deberán solicitarse al titular del centro de trabajo las normas existentes en dicho centro para el control de la infección, y proporcionar las que vayan a aplicar el personal trabajador de la empresa que se desplaza.

Si en alguna ocasión no se dispone en el centro de trabajo de posibilidad de lavarse (trabajos en el campo o en la vía pública), y es absolutamente imprescindible mantener los trabajos, antes de la visita deberá proporcionarse al personal trabajador algún tipo de hidrogel desinfectante y guantes en número suficiente.

Debe advertirse al interlocutor de la empresa donde se vayan a desarrollar los trabajos que debe minimizar el nº de personas que acompañen a personal trabajador durante las visitas, a ser posible a una o dos personas como máximo.

Cuando se realicen **desplazamientos fuera del centro de trabajo** a otras empresas el **personal trabajador con carácter general deberá ser informado** de las siguientes medidas preventivas a adoptar:

- Mantener la distancia mínima de seguridad de 1,5 metros con todo el personal.
- Utilizar mascarilla obligatoria en el entorno laboral.
- Cumplir las medidas preventivas establecidas en el centro.
- Realizar las medidas de higiene personal al entrar y salir del centro de trabajo.
- No compartir herramientas o utensilios, o bien higienizarlos tras cada utilización cuando no sea posible.
- Si con posterioridad a la visita al centro de trabajo el titular nos comunica un caso probable o confirmado, Informar al trabajador y seguir los protocolos establecidos para la situación de contacto con caso confirmado.

## Información a Contratistas por la gestión del Coronavirus para CAE.

Debido a la situación actual vinculada a la propagación del Covid-19, para acceder al centro de trabajo, en aplicación al Plan de Contingencias establecido al efecto y en consonancia con las recomendaciones de las autoridades sanitarias, le informamos sobre la necesidad de, previamente al acceso, leer las siguientes indicaciones y firmar la declaración que se acompaña:

- NO haber tenido contacto en los últimos 14 días con personas con infección confirmada por la COVID-19 o en espera de resultados de la prueba de confirmación, en caso de proceder de fuera de España haber cumplido con las disposiciones normativas vigentes;
- NO tener síntomas de la COVID-19.
- NO tener fiebre (más de 37,5 °C) ni haberla tenido en las últimas 24 horas.

Si, por el contrario, se encuentra en alguna de las situaciones descritas anteriormente o tiene sospechas de poder encontrarse, NO podrá acceder a las instalaciones de la empresa.

Si no ha habido ninguna de las circunstancias anteriores, durante su estancia en los centros de trabajo de la empresa deberá mantener una buena higiene de manos e higiene respiratoria, esto es:

- Taparse la boca y nariz al toser o estornudar con pañuelos desechables o con la manga interior de la camisa.
- Lavarse las manos después del contacto con las secreciones respiratorias y con frecuencia con agua y jabón durante al menos 40 segundos. Usar un desinfectante para manos a base de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.
- Evitar en lo posible el contacto de las manos con los ojos, la nariz y la boca.

Dn/Dña. \_\_\_\_\_ persona trabajadora de la empresa \_\_\_\_\_ con DNI/NIF \_\_\_\_\_ ha recibido, leído, comprendido el contenido de este documento, comprometiéndose a cumplir las indicaciones anteriores, confirmando que no se dan ninguna de las circunstancias del primer apartado y se compromete, en caso de cambiar dicha situación o tener sospecha de haber cambiado, a informar de inmediato a su superior jerárquico directo y a la persona responsable de la prevención de riesgos laborales en la empresa antes de realizar un nuevo acceso.

Los datos facilitados se incorporan al tratamiento de la que es responsable la empresa, cuya finalidad es salvaguardar, además de su propia salud, la del resto del personal trabajador del centro de trabajo, para que se puedan adoptar las medidas oportunas. Finalidad basada en el cumplimiento de una obligación legal. Sus datos personales se mantendrán en tanto se mantenga la relación laboral, así como por los plazos establecidos en normativa aplicable para atender posibles responsabilidades. Puede ejercitar sus derechos de acceso, rectificación, supresión y portabilidad de sus datos, de limitación y oposición a su tratamiento, así como a no ser objeto de decisiones basadas únicamente en el tratamiento automatizado de sus datos, cuando procedan, ante la empresa.

Acuso recibo de la información facilitada en \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 202\_

Fdo.: \_\_\_\_\_

Para mayor información sobre este tema pueden consultar las recomendaciones del Ministerio de Sanidad de España: [www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)

Se adjuntan medidas preventivas a adoptar en los centros de trabajo de la empresa.

**MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE AL CORONAVIRUS (COVID-19)**

1. Previamente a su entrada:
  - Se podrá tomar la temperatura de la persona trabajadora y confirmar que tiene menos de 37,5°C o, en caso contrario no podrá acceder. Se debe tener en cuenta el [Comunicado de la AEPD en relación con la toma de datos de temperatura por parte de comercios, centros de trabajo y otros establecimientos](#).
  - Se deberá lavar las manos con gel desinfectante o en su caso con agua y jabón.
  - Verificar que lleva consigo los equipos de protección necesarios. Mascarilla obligatoria.
  
2. Durante los trabajos se deberán extremar las medidas de higiene:
  - Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o gel desinfectante ubicados en las diferentes áreas de la planta.
  - Cubrirse la nariz y boca con el antebrazo o pañuelo desechable al estornudar y toser, tirándolo a la basura después de su uso.
  - Evitar tocarse los ojos, nariz y boca
  - No compartir objetos personales (bolígrafos, teléfonos móviles, etc.)
  
3. Prohibido contacto directo con cualquier persona del centro de trabajo (apretón de manos, abrazos, etc.), intentando mantener una distancia de al menos 1,5 metros, incluyendo las reuniones (disposición en zig-zag). En caso de tener que tocar/manipular equipos, instalaciones (incluidos pomos de puertas, barandillas...) utilizará guantes.
  
4. En la medida de lo posible, evitar el intercambio de documentación física, utilizando alternativas telemáticas.

## 8. PLAN DE CONTINUIDAD

Con objeto de minimizar el impacto de un eventual escenario de aislamiento y contención en la propagación del COVID-19, la empresa asegurará la continuidad en el ejercicio de sus actividades implantando de forma extraordinaria el trabajo remoto en todos aquellos Departamentos, Servicios y Áreas cuya actividad resulte compatible con esta modalidad de prestación laboral.

Asimismo, para facilitar que, una vez finalizada la alerta sanitaria, la empresa recupere la normalidad en su funcionamiento lo antes posible, resulta fundamental mantener la capacidad de respuesta adaptando sus actividades a las pautas y recomendaciones emitidas por las autoridades competentes para limitar contagios en el entorno laboral y académico, sobre la base de la evaluación del riesgo de exposición llevada a cabo en función de la naturaleza de dichas actividades y los mecanismos de transmisión del COVID-19.

### 8.1. REORDENAR LA ACTIVIDAD

1. **Identificar el estado de los recursos humanos**, del personal disponible, del estado de sus puestos de trabajo y sus actividades prioritarias. Se recomienda:

- Identificar los recursos humanos disponibles y sus particularidades para poder adaptar la actividad en caso necesario. Es recomendable **recordar las funciones a realizar según los puestos de trabajo** e identificar los cambios y necesidades que se tengan que afrontar, mediante un análisis del proceso productivo.
- Detectar **situaciones especiales de incorporación y reincorporación**: Cabe destacar la incorporación y reincorporación de personal por motivos de cobertura de los servicios considerados esenciales y/o necesarios, que debe conocer los posibles riesgos de contagio, cuestión de máxima prioridad cuando se pretende evitar la dispersión del virus. Se debe prever, en la medida de lo posible, la formación/información que recibirán para evitar la exposición al contagio.
- Si el personal trabajador presenta cualquier **sintomatología** (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19 no debe acudir al trabajo y tiene que contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de la comunidad autónoma o del centro de atención primaria al que pertenezca y seguir sus instrucciones. No debe acudir al puesto de trabajo hasta que confirmen que no hay riesgo para el propio personal trabajador o para los demás.
- Si el personal trabajador ha estado en **contacto estrecho** o ha compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19, tampoco debe acudir al puesto de trabajo, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 14 días. Durante ese periodo debes realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad. Consultar [punto 7.3.](#)

2. **Identificar los servicios esenciales** en el lugar de trabajo o negocio que dan continuidad a la actividad. Se recomienda:
  - Identificar los servicios esenciales y los puestos de trabajo prioritarios que garantizan la **continuidad de la actividad**.
  - Tener en cuenta el **impacto de la modificación, reducción o interrupción de los distintos servicios** mientras dure el escenario actual en la actividad y en el control de las **situaciones de riesgo laboral**.
3. Identificar el estado de los **recursos materiales** y de las **condiciones de seguridad** del centro de trabajo. Se recomienda:
  - Revisar la existencia de **equipos de protección** y de equipos de protección **colectiva** necesarios en el centro de trabajo para el personal trabajador antes de iniciar la actividad.
  - Revisar la **existencia de los materiales** necesarios para cumplir con las **recomendaciones higiénicas y de distanciamiento**.
4. Identificar las **interacciones con personal externo y con clientes**. Se recomienda:
  - Reestablecer las **comunicaciones** con los colaboradores.
  - Limitar estas interacciones respetando en todo caso las distancias de seguridad.
5. Revisar los **protocolos de compras y de gestión**. En particular:
  - Verifica los canales de compra, suministro, uso, información y mantenimiento de los **equipos de protección**.
  - Puede que sea necesario establecer **protocolos de gestión de residuos**, y **habilitar zonas específicas** para eliminar los equipos de protección susceptibles de estar contaminados, a través de papeleras de pedal y la gestión del residuo posteriormente. Consultar [anexo](#) Gestión de los residuos en el centro de trabajo.
6. Tener en cuenta **la distancia al lugar de trabajo**.
  - En la medida de lo posible fomentar medios de transporte seguros desde el punto de vista de prevención del contagio de COVID-19, en todo caso adaptados a las normativas estatales durante el estado de alarma.
  - Consultar [anexo](#) Antes de ir al trabajo, movilidad a centros y gestión de entradas y salidas.
7. Preparar la **información y comunicaciones** que se va a dar al personal trabajador. Se recomienda:

- Prever las **formas de comunicación** de la información, de los protocolos y decisiones que afecten al personal trabajador y a su seguridad.
  - Aportar **información** sobre las medidas de prevención para promover la salud y el bienestar de todos.
  - Tener en cuenta el necesario **apoyo emocional** que habrá que reforzar junto a la conciencia de prevención y responsabilidad social.
8. Preparar la **colaboración de todos** los componentes de la empresa para garantizar una **vigilancia** colectiva que permita la **correcta ejecución** de las medidas higiénicas y de seguridad. Conviene, además, designar a personas concretas con responsabilidad y poder de decisión que vigilen este cumplimiento.

## 8.2. PUESTA EN MARCHA DE LA ACTIVIDAD

1. **Limpieza exhaustiva** de todas las instalaciones.
2. **Adaptación de la actividad a los escenarios de riesgo y estatales** que se produzcan. Se producirá una concurrencia progresiva de personas en el trayecto al centro de trabajo y en el propio centro en las entradas y salidas por lo que habrá que ir adaptando las condiciones materiales y organizativas a las nuevas situaciones. Consultar [punto 8.3](#).
3. Riesgos habituales de la actividad.
  - 
  - Recuperar la **evaluación de riesgos** y la **planificación de actividades preventivas**, con estos documentos se podrán recordar los riesgos habituales del centro de trabajo y las medidas de prevención y protección que hay que adoptar para eliminarlos o disminuirlos.
  - Revisión de los equipos e instalaciones que pudieran haber visto afectada su seguridad tras un periodo de inactividad.
  - Como consecuencia de las limitaciones establecidas o de los cambios en la actividad de las empresas derivados de la pandemia, es posible que se plantee la realización de **tareas poco habituales** para el personal. Esto puede suponer la exposición del personal trabajador a riesgos no contemplados en su puesto, con tareas, que incluso pueden no ser propias de su puesto de trabajo, y que, en consecuencia, no han sido evaluadas. Se deberá poner en conocimiento del Servicio de Prevención de riesgos laborales las nuevas tareas que desempeñará el personal trabajador antes de realizarlas, con el fin de garantizar que se hagan en condiciones seguras.
4. Insistir en la correcta ejecución de las **recomendaciones en materia de higiene**. Consultar [anexo](#) Medidas higiénicas de limpieza y desinfección.
5. En cuanto a la **vigilancia de la salud** revisa los periodos de caducidad de los reconocimientos médicos realizados y habla con tu servicio de prevención para valorar la posibilidad de una prórroga.

6. Tener en cuenta los siguientes **aspectos psicosociales** que ayudarán al control de las situaciones de estrés y otros daños asociados:

- **Reordenar la actividad** habitual adaptándola a los sucesivos escenarios de riesgo.
- Es importante generar un **entorno de confianza**. La mejor manera es elaborar un plan de trabajo conforme con el riesgo del puesto de trabajo.
- Recopilar y **distribuir la información** que está disponible al personal trabajador.
- Crear **transparencia**, comunícate e informa a los trabajadores las instrucciones de protección dictadas por la autoridad sanitaria.
- **Definir bien las tareas de trabajo** y distribuir los **equipos de protección** adecuados y conocer su uso correcto.
- Generar **solidaridad**, rotar los descansos del personal trabajador (en la jornada de trabajo y descansos semanales), **repartir las cargas del trabajo** al personal trabajador.
- Fomentar el **equipo de trabajo** definiendo el objetivo de empresa por el que trabajo en este momento.
- Instruir en el manejo de las **relaciones personales y habilidades** en la comunicación personal.
- Atender a las dificultades en el **manejo de la responsabilidad** de su puesto de trabajo.
- Antes y después de la jornada **atender las propuestas y necesidades de cada trabajador**. Preguntar por cómo han descansado y proporcionar consejos.
- Proporcionar **canales de apoyo** que ofrezcan las administraciones y entidades especializadas.
- **Dar las gracias y reconocer el trabajo desarrollado en las difíciles circunstancias**.

De acuerdo con lo expuesto, en cumplimiento de su deber de protección, la empresa garantizará la seguridad y la salud del personal trabajador en todos los aspectos relacionados con el trabajo, adoptando las medidas necesarias para protegerlo adecuadamente de aquellos riesgos con los que inevitablemente será preciso convivir cuando se relajen las medidas de aislamiento y contención que hubieran sido impuestas.

Las medidas descritas a continuación no constituyen una lista cerrada, correspondiendo a la comisión de seguimiento del COVID-19 la coordinación de su eventual implantación, que podrá llevarse a cabo inmediata o progresivamente, con alcance general o particular, en todo o en parte, y de manera independiente a la eventual puesta en marcha cualquier otro tipo de iniciativa, en estrecha coordinación con las autoridades competentes, en función de la evolución de la epidemia y su incidencia en la empresa.

### 8.3. MEDIDAS ORGANIZATIVAS

- Desarrollar planes específicos para afrontar **eventuales escenarios de aumento de las bajas laborales** del personal y/o posible incremento del riesgo de transmisión en los centros de trabajo, agilizando los procesos de movilidad, el establecimiento de turnos, la redistribución de tareas y/o la promoción del trabajo remoto, en caso necesario. Permitir la vuelta escalonada por niveles de prioridad en la actividad, y según la existencia de personal perteneciente a los colectivos vulnerables, intentando mantener o combinar la actividad presencial con el trabajo a distancia mientras sea posible. Flexibilizar los horarios de entrada y salida para evitar la concurrencia de personas, en la medida de lo posible.
  
- Garantizar en todo momento el mantenimiento de una **distancia interpersonal** de aproximadamente 1,5 metros:
  - Aprobar procedimientos de actuación para minimizar el contacto estrecho, tanto entre el personal de la empresa (accesos y salidas, ascensores, salas de reunión, salas de formación, cafeterías, etc.), como con respecto al público que pueda concurrir en sus centros de trabajo.
  - Minimizar contacto entre las personas trabajadoras, aumentando las distancias entre ellas, incluso modificando la disposición de los puestos de trabajo si fuese necesario.
  - Analizar la distribución y organización espacial (por ejemplo, la circulación de personas y distribución de espacios como mobiliario, estanterías, etc.), así como de procesos de trabajo, tales como el trabajo en recintos y espacios cerrados, etc., para garantizar la distancia interpersonal. Además, evitar concurrencia en espacios confinados o lugares cerrados donde no pueda asegurarse la separación mínima.
  - Habilitar zonas de recepción de mercancías que respeten las distancias de seguridad.
  - Limita las reuniones presenciales y en todo caso mantén la distancia interpersonal de 1,5 metros, así como las medidas higiénicas sociales.
  - En todas las actividades respetar las nuevas distancias de seguridad interpersonal de aproximadamente 1,5 metros.
  
- Adoptar medidas específicas en **espacios con atención directa al público**:
  - Definición de aforos máximos, habilitación de mecanismos de control y organización de accesos e información sobre la obligatoriedad de cooperar en el cumplimiento de dichas medidas.
  - Instalación de mamparas protectoras transparentes para mostradores, zonas de atención a empresas concurrentes, público, etc..., a modo de barrera que garantice la separación física necesaria para minimizar la posibilidad de contagio.

- Señalización del pavimento para evitar la invasión de las áreas más próximas a los puestos de atención al público y establecimiento de líneas de separación que eviten la acumulación de las personas que se encuentren en espera.
- 
- Contar con **aprovisionamiento** suficiente de material de protección, especialmente **guantes, mascarillas y soluciones hidroalcohólicas**, para el personal cuando así lo indique el servicio de prevención de riesgos laborales y, muy concretamente, el más expuesto.
- Estudiar la designación de una persona de la Dirección o persona trabajadora para realizar la **coordinación de las actividades excepcionales de prevención durante la crisis del Covid-19**, que sea punto de referencia para el conjunto del personal trabajador de la empresa. Esta persona podrá ser alguna de las que componen la Comisión de Seguimiento o cualquier otra que estime la organización, no siendo necesario un nombramiento por escrito. Es importante la información y participación de las personas trabajadoras.
- **Registrar las acciones:** se recomienda llevar a cabo un libro o agenda de registro de acciones que se tomen, especificando la fecha, la hora, las personas responsables, etc., y guardar toda la documentación que pueda generarse: partes de limpieza, controles externos de mantenimiento, albaranes de servicios, bajas laborales, etc. Ver [anexo](#) Registro de acciones.
- Establecer **sistemas de trabajo a distancia** siempre que sea posible, organizar e implantar medidas para que se trabaje desde casa.
- Adoptar medidas específicas en lo que respecta a los **horarios de trabajo** para:
  - Asegurar la conciliación laboral y familiar añadiendo flexibilidad en las horas de comienzo y fin de la jornada.
  - Evitar aglomeraciones de personas en las entradas y salidas.
  - Reducir el número de personas trabajadoras al mismo tiempo en los lugares de trabajo estableciendo horarios y turnos especiales.
- Organizar el **uso de instalaciones comunes** (comedores, áreas de descanso y salas de reuniones, etc.), evitando aglomeraciones, estableciendo turnos de uso si fuera necesario.
- Garantizar que el **personal sensible** y todo personal que muestre síntomas como fiebre, tos, dificultad respiratoria, dolor de garganta u otros similares, no acuda a trabajar permaneciendo en sus domicilios. Esta garantía puede conseguirse con formación, información y el compromiso de las personas trabajadoras.

- Eliminar **viajes no esenciales y reuniones presenciales**, si no fuese posible, revisar y analizar la necesidad de éstas y, en caso de considerarse necesarias, ver la posibilidad de realizarlas de forma telemática.
  
- Eliminar o reducir salvo para casos imprescindibles:
  - El uso de ascensores e instalaciones auxiliares no esenciales.
  - La manipulación de mecanismos de apertura de puertas y teclados de uso común (mantener las puertas abiertas y limitar el uso de máquinas dispensadoras).
  - El uso de pasamanos en escaleras.
  
- Coordinarse con **Contratas y ETT's** en cuanto a las medidas adoptadas y evaluación del riesgo del personal afectado. Consultar [punto 7.5](#).
  
- Revisar los **procedimientos de trabajo** para reducir la duración, frecuencia e intensidad de la exposición al riesgo, identificando operaciones esenciales y eliminando, retrasando el resto de las operaciones. Automatizar, si fuera posible, los procesos para sustituir al personal trabajador y por lo tanto reducir su exposición.

Consultar [anexo](#) Antes de ir al trabajo, movilidad a centros y gestión de entradas y salidas y [anexo](#) Medidas preventivas generales para garantizar la separación entre personal trabajador frente a COVID-19.

#### 8.4. MEDIDAS COLECTIVAS

- Facilitar los medios necesarios para que el personal pueda **adoptar medidas de higiene personal** adecuadas:
  - Instalación de cartelería y señalización sobre recomendaciones higiénicas (lavado de manos, tos y estornudos, distancia interpersonal, etc.) y, en su caso, uso de equipos de protección (colocación, retirada y gestión de los residuos generados).
  - Puesta a disposición y de fácil acceso a agua y jabón, soluciones hidroalcohólicas (geles desinfectantes) y pañuelos desechables.
  - Dotación de papeleras con tapa y apertura de pedal equipadas con doble bolsa que pueda cerrarse para la adecuada gestión de los residuos tales como los equipos de protección y el resto del material desechable utilizado.
  - Facilitar tiempo para la correcta higiene de manos.
  - Donde sea posible se pondrán alfombrillas desinfectantes a la entrada del centro de trabajo.

Consultar [anexo](#) Señalización y cartelería y [anexo](#) Gestión de los residuos en el centro de trabajo.

- Incrementar la **ventilación natural y mecánica** de los espacios de trabajo, programando la apertura diaria de las ventanas y aumentando el volumen de renovación de aire en las instalaciones de aire primario de aquellos edificios en los que resulte técnicamente posible.
- **Limpieza reforzada** y exhaustiva de los centros y los puestos de trabajo, así como en el interior de los vehículos y cualesquiera otros elementos utilizados en el desarrollo de la actividad laboral, como pueden ser:
  - Desinfección periódica de espacios de trabajo tales como: equipos, mesas, teclados, etc... y al finalizar la jornada laboral.
  - Higiene de las superficies de contacto frecuente (pomos de puertas, barandillas, botones de ascensores, interruptores etc.), asegurando su limpieza diaria.

Consultar [anexo](#) Medidas higiénicas, de limpieza y desinfección.

- Proteger con **material desechable** de auriculares telefónicos, micrófonos y demás elementos de trabajo de uso compartido y alto potencial contagioso y/o, en su caso, limpieza exhaustiva de los mismos con material desechable previa y posterior a cada utilización.
- Usar **material de trabajo diferenciado**, evitando compartir auriculares, bolígrafos y demás elementos, asegurando en caso contrario una limpieza exhaustiva con material desechable previa y posterior a cada uso.
- Emplear **controles telemáticos** para sustituir al control presencial humano.

#### 8.5. MEDIDAS INDIVIDUALES

- Reforzar las medidas de **higiene personal** en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición.
- Cuando el personal trabajador se incorpore al puesto de trabajo **ventilar** la zona (despacho o similar) durante un mínimo de 10 minutos.
- Antes de incorporarse al puesto de trabajo el personal trabajador deberá **lavarse las manos** (sin anillos, pulseras, relojes, etc.) de acuerdo a las recomendaciones elaboradas por el Ministerio de Sanidad. **Desinfectar** teclado, ratón, auricular del teléfono y similares con material desechable (no bayetas).
- Una vez **finalice la jornada** de trabajo el personal trabajador deberá lavarse las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico.
- Poner a disposición mascarillas higiénicas UNE 0064-01 o UNE 0065 o mascarillas quirúrgicas UNE EN 14683.

- Mantener, almacenar, usar y eliminar correctamente los equipos de protección conforme a las instrucciones del fabricante/suministrador, y observando los criterios de limpieza que se establezcan por las autoridades sanitarias en cada momento.
- Seguir empleando cuando sea necesario los equipos de protección necesarios para el desarrollo del trabajo habitual.
- El uso de mascarilla será obligatorio en **el entorno laboral**.

## 8.6. FORMACIÓN E INFORMACIÓN

- Se debe garantizar que todo el personal trabajador cuenta con una información y formación específica y actualizada sobre las medidas específicas que se implanten.
- Proporciona **canales de formación de información** en relación con estas medidas, el uso correcto de equipos de protección, medidas de prevención de factores psicosociales de forma prioritaria en estos momentos.
- Colocar en los centros de trabajo **carteles y señalización** que fomenten las medidas de higiene y prevención. En el anexo de señalización de este plan se recogen las diferentes señalizaciones y carteles que se pueden utilizar. La señalización con la información a colocar en el centro de trabajo hará referencia a los modos de transmisión del SARS-CoV-2 y las medidas de prevención, uso obligado de uso de Equipos de protección, limitación del aforo de los establecimientos y señalización de distancias interpersonales superiores a 1,5 metros.
- Es importante remarcar la importancia de ir **adaptando la información y la formación** en función de las medidas que vaya actualizando el Ministerio de Sanidad, con este fin, se realizará un seguimiento continuo de las mismas.
- Se informará al personal trabajador de las siguientes recomendaciones:
  - Cumple con todas las medidas de prevención que te indique tu empleador.
  - Uso obligatorio de la mascarilla en el entorno laboral.
  - Mantén la distancia interpersonal (mínimo 1,5 metros).
  - Evita el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
  - Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica. Es especialmente importante lavarse después de toser o estornudar o después de tocar superficies potencialmente contaminadas. Trata de que cada lavado dure al menos 40 segundos.

- Evita, en la medida de lo posible, utilizar equipos y dispositivos de otros trabajadores. En caso de que sea necesario, aumentar las medidas de precaución y, si puedes, desinfectarlos antes de usarlo. Si no es posible, recuerda lavarte las manos antes y después de su utilización.
  - Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y deséchalo a continuación a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no dispones de pañuelos emplea la parte interna del codo para no contaminar las manos.
  - Evita tocarte los ojos, la nariz o la boca.
  - Facilita el trabajo al personal de limpieza cuando abandones tu puesto, despejando lo máximo posible.
  - Tira cualquier desecho de higiene personal -especialmente, los pañuelos desechables- de forma inmediata a las papeleras o contenedores habilitados.
  - Si empiezas a notar síntomas, avisa a tus compañeros y superiores, extrema las precauciones tanto de distanciamiento social como de higiene mientras estés en el puesto de trabajo y contacta de inmediato con el servicio sanitario del servicio de prevención de riesgos laborales, tu médico de atención primaria o con el teléfono de atención al COVID-19 de tu comunidad autónoma.
  - Recordatorio sobre las instrucciones relativas al uso correcto y mantenimiento de todos los EQUIPOS DE PROTECCIÓN.
- Formar al personal trabajador sobre las **medidas de prevención generales y específicas** relacionadas con el Covid19.
  - Formar al personal trabajador en el **uso de equipos de protección**, especialmente en su colocación y retirada.
  - Recordar si fuese necesario varias veces en la jornada, personalmente, mediante medios telemáticos o por megafonía, la necesidad de reducir al máximo el contacto manos/cara y de lavarse frecuentemente las manos.

Consultar anexos de [Recomendaciones para personas con condiciones de salud crónicas](#), [Bienestar emocional](#), [Recomendaciones para cuidar la salud](#), [Consejos para el día a día](#) y [Preguntas y respuestas generales sobre COVID-19](#).

## **9. DEBERES Y OBLIGACIONES. CONSULTA Y PARTICIPACIÓN**

Mientras se mantenga activa la alerta sanitaria por el COVID-19, la empresa actuará de manera uniforme, rigurosa y transparente, teniendo en cuenta en todo caso las siguientes consideraciones:

- El personal trabajador tiene derechos de consulta y participación en todos los aspectos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo. No obstante, en las empresas que cuenten con representantes del personal trabajador, estas consultas se llevarán a cabo con dichos representantes.
- El empresario deberá consultar al personal trabajador, con la debida antelación, sobre la adopción de las decisiones relativas, entre otras, a:
  - La planificación y la organización del trabajo en la empresa y la introducción de nuevas tecnologías.
  - La organización y desarrollo de las actividades de protección de la salud y prevención de los riesgos profesionales en la empresa.
  - La designación del personal trabajador encargado de las medidas de emergencia.
  - Cualquier otra acción que pueda tener efectos sustanciales sobre la seguridad y la salud del personal trabajador.
- En estas circunstancias de riesgo por contagio COVID-19 el personal trabajador tiene derecho a ser informado directamente de los riesgos para su salud y seguridad y de las medidas preventivas adoptadas, incluidas las previstas para hacer frente a situaciones de emergencia.
- Con objeto de controlar la expansión de la epidemia en la empresa resulta imprescindible la colaboración del conjunto de su personal trabajador, que deberá aplicar en todo momento medidas higiénicas y trasladar a la persona responsable de prevención de riesgos laborales dentro de la empresa cualquier información relativa a eventuales contagios.
- La empresa adoptará inmediatamente las medidas que recomienden en cada caso las autoridades competentes, garantizando su implantación conforme a los principios de proporcionalidad, precaución y protección de la seguridad y la salud de las personas.
- La empresa mantendrá puntualmente informado al personal trabajador de todas las medidas adoptadas en función de la evolución de la situación epidemiológica, teniendo en cuenta en todo caso las recomendaciones del Ministerio de Sanidad y el resto de las autoridades competentes.

- Con carácter general, la empresa entregará información precisa y transparente a los representantes del personal trabajador cuando existan en la organización, en relación con las medidas adoptadas para afrontar la alerta sanitaria por el COVID-19.
- La empresa informará al personal de forma fehaciente, actualizada y habitual de las recomendaciones sanitarias que deben seguir de forma individual atendiendo a la naturaleza de sus tareas, y el nivel de riesgos de su puesto de trabajo.
- En cumplimiento de sus obligaciones preventivas y de acuerdo con los escenarios descritos en el [punto 6](#), la empresa establecerá los medios de coordinación necesarios para garantizar la protección y prevención del contagio por coronavirus del personal de las empresas externas contratadas por la empresa, cuya prestación implique su presencia estable en las instalaciones de la empresa.
- Los periodos de aislamiento preventivo a los que eventualmente se vea sometido el personal de la empresa como consecuencia del COVID-19 serán considerados como situación de incapacidad temporal derivada de enfermedad común (Real Decreto-ley 6/2020 y Criterio 4/2020, Dirección General de Ordenación de la Seguridad Social).
- La empresa debe realizar una vigilancia y seguimiento de la ejecución correcta de las medidas higiénicas y de seguridad dentro de la empresa.
- Los servicios de prevención de riesgos laborales (SPRL) están llamados a cooperar con las autoridades sanitarias, adaptando su actividad y recomendaciones con el objetivo general de limitar los contagios de SARS-CoV-2. Dado que el contacto con el virus puede afectar a entornos sanitarios y no sanitarios, corresponde a las empresas evaluar el riesgo de exposición en que se pueden encontrar las personas trabajadoras en cada una de las tareas diferenciadas que realizan y seguir las recomendaciones que sobre el particular emita el servicio de prevención, siguiendo las pautas y recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias.
- En cuanto a las actuaciones de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social en relación con las medidas a adoptar por las empresas para prevenir la infección de sus trabajadores/as por el virus SARS-CoV-2, indicar que, no procede la utilización por los funcionarios de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social de la facultad de paralizar trabajos, tareas o actividades por riesgo grave e inminente, si se aprecia la existencia de riesgo de exposición y de contagio por incumplimiento de las medidas preventivas acordadas por el Ministerio de Sanidad. Dicha facultad se podrá utilizar en el caso de que se constatare la existencia, exclusivamente, de riesgos laborales graves e inminentes por los incumplimientos de la normativa de prevención de riesgos laborales, considerados aisladamente y no en concurrencia con incumplimientos de las medidas preventivas sanitarias.

## 10. NORMATIVA DE REFERENCIA

### 10.1. DISPOSICIONES LEGALES

- Ley Orgánica 3/1986, de 14 de abril, de Medidas Especiales en Materia de Salud Pública.
- Ley 14/1986, de 25 de abril, General de Sanidad.
- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- Ley 33/2011, de 4 de octubre, General de Salud Pública.
- Real Decreto-Ley 6/2020, de 10 de marzo, por el que se adoptan determinadas Medidas Urgentes en el Ámbito Económico y para la Protección de la Salud Pública.
- Real Decreto-Ley 8/2020, de 17 de marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19.
- Real Decreto-Ley 10/2020, de 29 de marzo, por el que se regula un permiso retribuido recuperable para las personas trabajadoras por cuenta ajena que no presten servicios esenciales, con el fin de reducir la movilidad de la población en el contexto de la lucha contra el COVID-19.
- Real Decreto-ley 13/2020, de 7 de abril, por el que se adoptan determinadas medidas urgentes en materia de empleo agrario.
- Real Decreto-ley 15/2020, de 21 de abril, de medidas urgentes complementarias para apoyar la economía y el empleo.
- Real Decreto-ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- CORRECCIÓN de errores del Acuerdo del Gobierno de Canarias de 27 de agosto de 2020, por el que se aprueba la actualización de determinadas medidas de prevención establecidas mediante Acuerdo del Gobierno de 19 de junio de 2020, para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, una vez superada la Fase III del Plan para la transición hacia una nueva normalidad, finalizada la vigencia de las medidas propias del estado de alarma.

### 10.2. DOCUMENTACIÓN TÉCNICA

#### A. Documentos de preparación y respuesta al brote

- [Estrategia de diagnóstico, vigilancia y control en la fase de transición de la pandemia e indicadores](#)
- [Interpretación de las pruebas diagnósticas frente a SARS-CoV-2](#)
- [Información científico-técnica, enfermedad por coronavirus, COVID-19](#)
- [Declaración del brote de SARS-CoV-2 como una Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional \(ESPI\) por parte de la OMS 31.01.2020](#)

**B. Procedimientos y medidas para la prevención y el control de la infección**

- Recomendaciones de operación y mantenimiento de los sistemas de climatización y ventilación de edificios y locales para la prevención de la propagación del SARS-CoV-2
- Recomendaciones sobre el uso de mascarillas en la comunidad en el contexto del covid-19
- Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-COV-2 (COVID-19)
- Nota interpretativa de los escenarios de riesgo de exposición
- Instrucciones sobre la realización de pruebas diagnósticas para la detección del COVID-19 en el ámbito de las empresas
- Medidas Higiénicas para la prevención de contagios
- Listado de virucidas autorizados en España para uso ambiental (PT2), industria alimentaria (PT4) e higiene humana (PT1)
- Coronavirus y agua de consumo
- Limpieza y desinfección de mascarillas higiénicas reutilizables

**C. Criterios Operativos**

- Criterio 4/2020 sobre la aplicación del artículo quinto del Real Decreto-ley 6/2020, de 10 de marzo, por el que se adoptan determinadas medidas urgentes en el ámbito económico y para la protección de la salud pública.
- Criterio Operativo nº 102/2020 Sobre medidas y actuaciones de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social relativas a situaciones derivadas del Coronavirus
- Actuaciones inspectoras por denuncias de riesgo grave e inminente para la seguridad y salud de los trabajadores del 30 de marzo de 2020 del Organismo Estatal de Inspección de Trabajo y Seguridad Social
- Plan para la Transición hacia una nueva normalidad
- Comunicado de la AEPD en relación con la toma de datos de temperatura por parte de comercios, centros de trabajo y otros establecimientos.

**D. Servicio de Prevención de Riesgos laborales**

- <https://www.preving.com/prevencion-coronavirus/>



## 2. Equipos de protección.

La forma óptima de prevenir la transmisión es usar una combinación de todas las medidas preventivas, no solo Equipos de Protección. La aplicación de una combinación de medidas de control puede proporcionar un grado adicional de protección.

La información sobre Equipos de Protección, elaborada con el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, se recoge en Procedimiento para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2 (COVID-19) en los anexos II y III. El Anexo III plantea alternativas y estrategias para la optimización del uso de mascarillas, ropa de protección y guantes.

### Mascarillas quirúrgicas

[Mascarillas tipo producto sanitario como legalizarlas; también llamadas quirúrgicas](#)  
[Proceso de fabricación habitual de mascarillas quirúrgicas como Producto Sanitario](#)

### Mascarillas higiénicas. Especificación UNE Mascarillas higiénicas no reutilizables

[Especificación UNE 0064-1 son las especificaciones de las mascarillas para adultos](#)

### Especificación UNE Mascarillas higiénicas reutilizables

[Especificación UNE Mascarillas higiénicas reutilizables](#)

## Uso correcto de mascarillas

Realiza un uso correcto de mascarillas siempre asociado a las medidas de prevención y a las medidas para reducir la transmisión comunitaria:



Si tienes síntomas, quédate en casa y aislate en tu habitación



Mantén al menos 1,5 metros de distancia entre personas



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usa pañuelos desechables



### Haz un uso correcto para no generar más riesgo:

- Lávate las manos antes** de ponerla
- Durante todo el tiempo la mascarilla debe **cubrir la boca, nariz y barbilla**. Es importante que se ajuste a tu cara.
- Evita tocar la mascarilla** mientras la llevas puesta
- Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 horas. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra. **No reutilices las mascarillas** a no ser que se indique que son reutilizables.
- Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás**, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos.
- Las mascarillas reutilizables se deben lavar conforme a las **instrucciones del fabricante**.

20 junio 2020  
 Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
[@saridagob](https://twitter.com/saridagob)



## Cómo ponerse y quitarse adecuadamente un respirador desechable

LÁVESE BIEN LAS MANOS ANTES DE PONERSE Y QUITARSE EL RESPIRADOR.

Si ha usado con anterioridad un respirador que le ha ajustado bien, use el mismo tamaño, modelo y la misma marca.

Revise si el respirador está en buenas condiciones. Si el respirador parece estar dañado, NO LO USE. Reemplácelo con uno nuevo.

Evite que haya vello facial, hebras de cabello, joyas, lentes, prendas de vestir o cualquier otra cosa entre el respirador y su cara o que esté previniendo la colocación adecuada del respirador.

Siga las instrucciones que vienen con el respirador.<sup>1</sup>

### Colocación del respirador



Coloque el respirador en la palma de su mano con la parte que se coloca sobre la nariz tocando los dedos.



Agarre el respirador en la palma de la mano (con la mano ahuecada), dejando que las bandas caigan sobre la mano. Sostenga el respirador debajo de la barbilla con la parte que se coloca sobre la nariz mirando hacia arriba.



La banda superior (en respiradores de banda única o doble banda) se coloca sobre la cabeza, descansando en el área superior de la parte de atrás de la cabeza. La banda inferior se coloca alrededor del cuello y debajo de las orejas. ¡No cruce las bandas una sobre la otra!



Coloque la punta de los dedos de ambas manos en la parte superior del gancho de metal que cubre la nariz (si tiene gancho). Deslice hacia abajo la punta de los dedos por ambos lados del gancho de metal que cubre la nariz para moldear el área y que tome la forma de la nariz.

### Revisión del ajuste<sup>2</sup>



Coloque ambas manos sobre el respirador y aspire un poco de aire para revisar si el respirador se ajusta localmente a su cara.



Con las manos todavía tapando completamente el respirador, bote el aire por la nariz y la boca. Si siente que el aire se filtra, no hay un ajuste adecuado.



Si el aire se filtra alrededor de la nariz, reajuste la pieza de la nariz según lo indicado. Si el aire se filtra por los lados de la mascarilla, reajuste las bandas a la largo de la cabeza hasta que obtenga un ajuste adecuado.



Si no puede obtener un ajuste y sello adecuado, pida ayuda o pruébese otro tamaño o modelo.

### Para quitarse el respirador



¡NO TOQUE la parte de adelante del respirador! ¡Puede estar contaminada!



Quítese el respirador halando la banda inferior sobre la parte de atrás de la cabeza sin tocar el respirador y haciendo lo mismo con la banda superior.

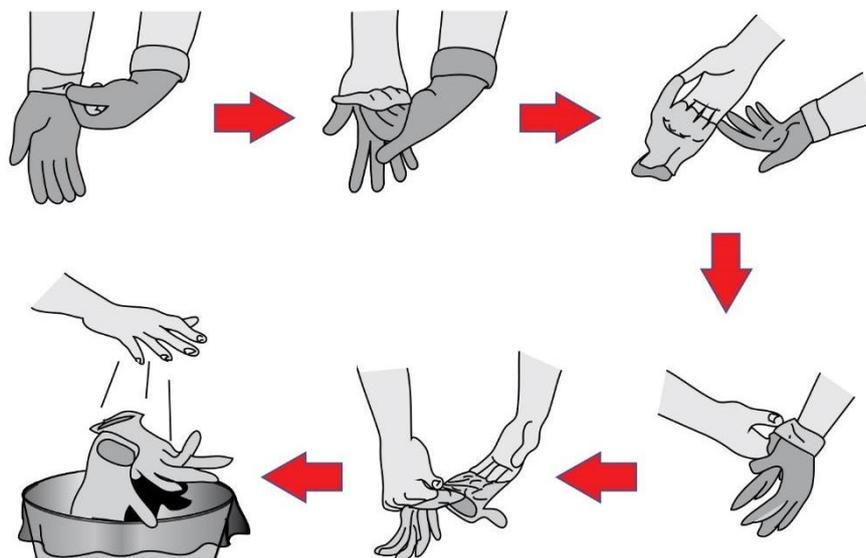


Bote el respirador en el recipiente de desechos. ¡LÁVESE LAS MANOS!

## Guantes

### Díptico Guantes de uso dual (EPI y PS)

#### Cómo quitarse unos guantes



## ¿Debo utilizar guantes cuando salgo a la calle para protegerme del coronavirus?



**NO**, cuando salimos a la calle, la limpieza adecuada y frecuente de manos es más eficaz que el uso de guantes, porque:



✓ Utilizar guantes durante mucho tiempo hace que **se ensucien y puedan contaminarse.**



✓ Te puedes infectar **si te tocas la cara con unos guantes** que estén contaminados.



✓ **Quitarse los guantes sin contaminarse** las manos **no es sencillo**, requiere de una técnica específica. Se recomienda el lavado de manos después de su uso.



**SÍ**, es conveniente usar guantes de usar y tirar en los comercios para elegir frutas y verduras como se venía haciendo hasta ahora.



En el **ámbito laboral** se deberán seguir las recomendaciones específicas de Salud laboral

**Un uso incorrecto de los guantes puede generar una sensación de falsa protección y poner en mayor riesgo de infección a quien los lleva, contribuyendo así a la transmisión.**

26 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:

[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)

@sanidadgob

#ESTE  
VIRUS  
LO  
PARAMOS  
UNIDOS



### 3. Señalización y cartelería.

#### Cartelería: ¿Qué puedo hacer para protegerme de la COVID-19?

Colocar en los accesos al centro de trabajo

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



**Lávate las manos** frecuentemente y meticulosamente



**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**



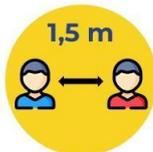
**Utiliza mascarilla higiénica** cuando no sea posible mantener la distancia de seguridad o en el transporte público



**Limpia con regularidad** las superficies que más se tocan



**Usa pañuelos desechables** para eliminar secreciones respiratorias y tíralos tras su uso



Mantén al menos **1,5 metros de distancia** entre personas



**Si presentas síntomas, aíslate en tu habitación** y consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad

**Cartelería: Higiene de manos.**

Colocar en los lugares donde esté el material para el lavado de manos.

# Higiene de manos

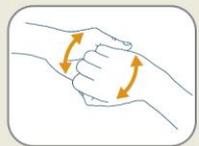
## Cómo limpiarse las manos con un desinfectante alcohólico



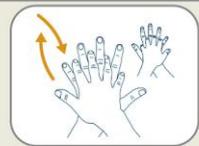
Deposite en la palma de la mano una cantidad de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



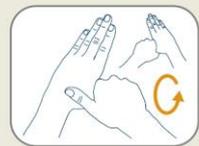

Frótese las palmas de las manos entre sí.



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



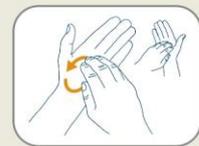
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodeándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



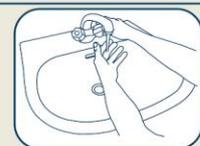
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.

## ¿Cuándo tengo que lavarme las manos?

- ☑ Antes de comer
- ☑ Antes, durante y después de preparar alimentos
- ☑ Antes y después de estar en contacto con una persona enferma
- ☑ Después de sonarse, toser o estornudar
- ☑ Después de ir al lavabo
- ☑ Después de haber tocado juguetes de los niños o de haber viajado en transporte público



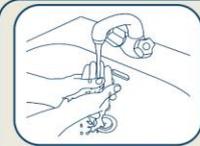
## Cómo lavarse las manos con agua y jabón



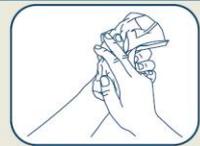
Mójese las manos con agua.



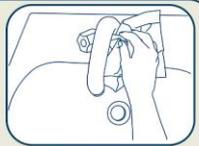
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



Enjuáguese las manos con agua.



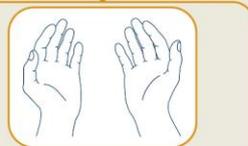
Séquelas con una toalla de un solo uso.



Utilice la toalla para cerrar el grifo.



20-30 Segundos



Una vez secas, sus manos son seguras.



40-60 Segundos



Sus manos son seguras.

**Señalización aforo máximo de personas**



**Señalización de uso obligatorio de equipos de protección**



**Señalización suelo**



**Otra señalización**



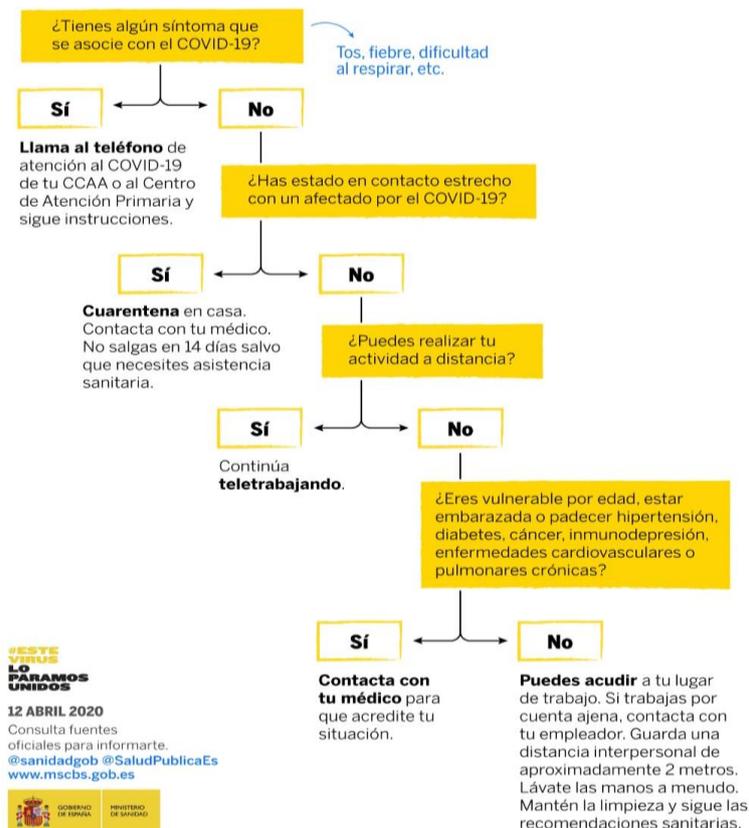
#### 4. Antes de ir al trabajo, movilidad a centros y gestión de entradas y salidas

##### A. Antes de ir al trabajo

Si el personal trabajador presenta cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19 no debe acudir al trabajo y tienes que contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de su comunidad autónoma o con su centro de atención primaria y seguir sus instrucciones. No debe acudir a su puesto de trabajo hasta que confirmen que no hay riesgo para la persona trabajadora o para los demás. Consultar el **decálogo de cómo actuar en caso de síntomas** [aquí](#).

Si la persona trabajadora ha estado en **contacto estrecho** (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 1,5 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o ha compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19, tampoco debe acudir a su puesto de trabajo, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 14 días. Durante ese periodo debe realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad.

Si la persona trabajadora es **vulnerable** por edad, por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores (como, por ejemplo, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión) no tendrá que acudir al centro de trabajo. En caso de que no pueda realizar sus tareas a distancia, deberá contactar con el servicio médico del servicio de prevención para que acredite, en su caso, que efectivamente la persona trabajadora debe permanecer en una situación de aislamiento a efectos laborales.



## B. Gestión de entradas y salidas

Las tareas y procesos laborales deben planificarse de forma escalonada para que el personal trabajador pueda mantener la distancia interpersonal de 1,5 metros, tanto en la entrada y salida al centro de trabajo como durante la permanencia en el mismo.

Se colocará dispensador de gel hidroalcohólico en la entrada para la desinfección de las manos antes de acceder al centro de trabajo y antes de hacer uso de los sistemas de control de acceso (sistemas de fichaje, tornos...).

Debe señalizarse el uso obligatorio de gel hidroalcohólico, utilización de mascarillas y cartel de cómo limpiarse las manos con un gel alcohólico.

## C. Medidas de control de acceso

Estas medidas no son obligatorias, para su implantación se recomienda que se haga con el consentimiento de los representantes del personal trabajador y que se definan las personas concretas que la llevarán a cabo y a quien de la empresa informarán.

- **Posibilidades de mediciones de temperatura corporal a distancia en las incorporaciones a los centros.** Como una medida complementaria, no obligatoria ni absoluta, dado que no es precisa ni concluyente (termómetro sin contacto, escáneres

térmicos). Se debe tener en cuenta el [Comunicado de la AEPD en relación con la toma de datos de temperatura por parte de comercios, centros de trabajo y otros establecimientos](#).

- **Realización previa y periódica de test rápidos a los trabajadores** (valoración del estado inmunológico). Esta medida es también complementaria, y exige el mantenimiento de las normas de higiene y alejamiento, ya que el hecho de salir negativo en esa prueba indica que no la persona no está infectada en ese justo instante, pero puede infectarse a los cinco minutos siguientes...
- **Valoración de presencia de síntomas generales o específicos** (cuestionario autoaplicado: presenta fiebre, tos o dificultad respiratoria) o en caso temperatura superior a 37,5°C o presencia de síntomas (fiebre, tos o dificultad respiratoria) se actuará como se indica en el apartado de medidas ante la “sospecha” de un posible caso.

## 5. Medidas preventivas generales para garantizar la separación entre personal trabajador frente a COVID-19

### A. Medidas que garanticen una separación de 1,5 metros entre personas y Aforo máximo

Hay que asegurar que la **distancia interpersonal de 1,5 metros** está garantizada entre el personal trabajador y de éste con los clientes en las zonas del centro de trabajo y, en cualquier caso, deben evitarse aglomeraciones.

Se deberá calcular el **aforo máximo** permitido en cada uno de los espacios del centro de trabajo, teniendo en cuenta las dimensiones de cada una de ellas, la ubicación y dimensión del mobiliario, equipos de trabajo, etc. y la distribución y dimensiones de los puestos de trabajo. Esto deberá aplicarse, también, a las áreas de uso común (entrada/salida, vestuarios, aseos, comedores, pasillos, etc.) y a aquellas circunstancias en que sea necesario que personas ajenas a la organización accedan espacios de ésta.

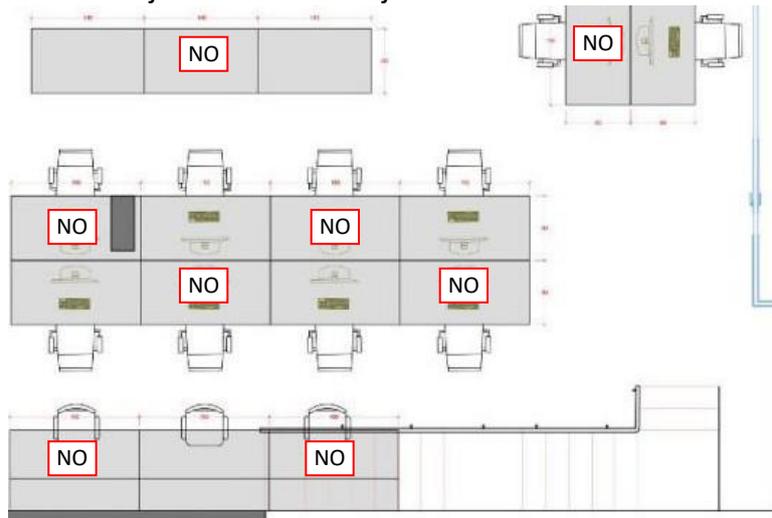
Como referencia el aforo máximo será igual a la superficie de la sala en metros cuadrados partida por 1,77 (ejemplo: el aforo máximo de una sala de 100 m<sup>2</sup> sería  $(100/1,77=56,50)$ , redondeando a número entero 56 personas). Se recomienda señalar el aforo máximo de cada espacio.

#### 1. Zonas de trabajo

Se entiende por zonas de trabajo aquellas áreas del centro de trabajo en las que el personal trabajador permanece mientras desarrolla su actividad laboral. Cabría diferenciar las siguientes situaciones en función de las características del puesto de trabajo y las medidas organizativas que podrían adoptarse en cada caso:

### ▪ Puestos de trabajo estático

Cuando el tipo de actividad que realice el personal trabajador lo permita, podrá acotarse y señalarse (con pintura, cintas o pegatinas, elementos de balizamiento, mobiliario, etc.) el área o espacio concreto que este ocupa durante la ejecución de sus tareas. A partir de los límites del área que se haya acotado para cada puesto de trabajo, se establecerá una distancia de 1,5 metros en todos los sentidos de manera que se mantenga esta distancia con otro personal y/o vías de circulación desde cualquiera de los puntos en los que pueda situarse el personal trabajador durante la ejecución de sus tareas.



Ejemplo distribución de puestos de trabajo estáticos.

A tal efecto, podría ser necesario realizar determinados ajustes como, por ejemplo:

- Reubicación de los puestos de trabajo y/o mobiliario.
- Disminución del número de personas presentes por turno a las estrictamente necesarias.
- Mayor número de turnos, pero con menor número de personas.
- Reasignación de tareas.
- Modificación de la velocidad de la producción.

### ▪ Puestos de trabajo dinámico

Cuando la actividad que realice el personal trabajador no permita acotar y señalar un área o espacio concreto, porque la ejecución de sus tareas requiere continuos desplazamientos dentro de una misma zona o a distintas zonas del centro de trabajo, se valorará la adopción de medidas organizativas como las siguientes:

- Minimizar el número de personas que accedan a una misma zona al mismo tiempo.
- Organizar y planificar, con suficiente antelación, las actividades que deban realizarse en dichas zonas espaciándolas en el tiempo y en el espacio, en la medida de lo posible, para minimizar la concurrencia.

- Asignar zonas específicas a cada persona, de manera que este sea responsable de llevar a cabo todas las tareas o actividades en la misma.
- Asignar horarios específicos para cada actividad y persona.

Además de lo anterior, se establecerán **vías de circulación interiores** (dentro de la zona de trabajo), definiendo y señalizando los itinerarios a seguir (preferiblemente de sentido único para evitar cruces de personas) con el objeto de mantener la distancia interpersonal recomendada tanto entre aquellos que estén transitando por dichas vías como con aquellos que se encuentren situados en sus puestos de trabajo.

## 2. Zonas comunes

Al igual que en las zonas de trabajo, en las zonas de uso común (aseos, pasillos, acceso a las instalaciones, etc.), se deberá **limitar el aforo** según las dimensiones de cada espacio, la ubicación del mobiliario y la previsible ubicación de los trabajadores en dichos espacios con el fin de que pueda respetarse la distancia interpersonal de 1,5 metros. A continuación, se enumeran algunas medidas organizativas que podrían adoptarse para lograr este objetivo:

- Establecer horarios de entrada y salida al centro de trabajo que permitan un acceso escalonado, reduciendo así la posible concurrencia en el propio acceso, zonas de fichaje, pasillos, escaleras, etc. Adicionalmente, se podría señalar en el exterior las ubicaciones adecuadas en las que deberían situarse aquellos que estén esperando para acceder al centro de trabajo para mantener entre ellos una distancia interpersonal de 1,5 metros.
- Cuando sea posible, utilizar puertas de entrada y de salida independientes y evitar cruces, en todo caso.
- Promover un uso escalonado de zonas comunes (comedores, áreas de descanso, etc.) garantizando que pueda mantenerse una distancia interpersonal de 1,5 metros. En el interior de estas zonas, para facilitar la identificación de la distancia interpersonal, se podrán utilizar señalizaciones.
- Cuando las dimensiones de alguna zona común (Por ejemplo: aseos, ascensores, etc.) sean reducidas, hacer un uso individual de dichas zonas. Para evitar que otra persona trabajadora acceda a estos espacios cuando estén ocupados, podrá utilizarse una señal que le indique que hay una persona en su interior y que debe esperar a 1,5 metros de la puerta.
- Cuando sea posible, priorizar la utilización de las escaleras en lugar del ascensor.
- En las vías de circulación como pasillos que puedan existir en el centro de trabajo, siempre que el ancho de ésta lo permita, definir sentidos de circulación separados, al

menos, por la distancia interpersonal de 1,5 metros y señalizarlos, longitudinal y transversalmente, con pintura, cintas o pegatinas (antideslizantes y resistentes al desgaste y limpieza), elementos de balizamiento, etc.

- Si las dimensiones de la vía no permiten adoptar la medida anterior, establecer un sentido único para cada vía de circulación siempre que exista una vía para recorrer el mismo itinerario en sentido contrario.
- Cuando ninguna de las medidas anteriores sea posible, se informará al personal trabajador de la importancia de mantener las distancias de seguridad y de evitar cruces cuando utilicen dichas vías.

Así, en pasillos o vías estrechas donde no pueda asegurarse la distancia interpersonal de 1,5 metros ni instalar los elementos de separación física, se pueden utilizar indicaciones para señalar qué sentido tiene preferencia, de forma tal que hasta que la persona con preferencia no haya recorrido dicho pasillo o zona, la persona que desea recorrerlo en sentido contrario tendrá que esperar (de forma similar a la norma de tráfico para puentes o zonas de vía estrecha).

- **Aseos**

Colocar las siguientes indicaciones:

Evita aglomeraciones. Entra y sal de forma escalonada.

Evita tocarte la cara especialmente los ojos, la nariz y la boca.

Lávate las manos al entrar / salir del inodoro, con agua y jabón o gel hidroalcohólico.

Sécate las manos con papel desechable y cierra el grifo con él antes de tirarlo.

Mantén la puerta abierta, siempre que sea posible para asegurar la renovación de aire.

¡Recuerda! Mantén limpio el baño y el resto de las zonas comunes.

- **Comedores, salas de café.**

No abrir el de comedor de empresa, o si esto no es posible, tomar medidas para asegurar que se respetan distancias y se minimiza el riesgo de contagio por contacto con fómites.

Se deberá regular el uso de las salas, estableciendo el aforo de las mismas que permita guardar las obligaciones generales y en especial la distancia de 1,5 metros.

Para asegurar esto, podrán adoptarse medidas como:

Se puede aumentar los turnos de comida, el número de pausas, alternar las mismas, etc. para que durante las mismas coincida el menor número posible de personas. Esto puede conllevar el ajuste temporal de su duración.

- Designar personas que controlen que se respete el aforo máximo de las salas en esos horarios.
- Retirar las sillas en no suficiente para asegurar con las que quedan que se respetan los 1,5 metros de distancia.
- En las máquinas de vending y café, colocar carteles que recuerden el lavado de manos antes y después de pulsar los botones.
- La limpieza de botoneras de máquinas de vending y café, mesas, manetas, debe ser extremada, idealmente tras cada turno de comida y antes del siguiente.

Colocar las siguientes indicaciones:

- Evita aglomeraciones. Entra y sal de forma escalonada.
- Distancia mínima interpersonal de 1,5 metros.
- Mantén protegidos los alimentos con film o *tuppers*.
- Mantén limpia la zona de comedor que hayas utilizado y objetos de uso común.
- Evita tocarte la cara especialmente los ojos, la nariz y la boca.
- Lávate las manos al entrar / salir del comedor con agua y jabón o gel hidroalcohólico.
- Sécate las manos con papel desechable y cierra el grifo con él antes de tirarlo.
- Deja la puerta abierta una vez hayas terminado para asegurar la renovación de aire.

#### ▪ **Salas de reuniones/formación**

Organizar la distribución de la sala o aula de manera que se pueda mantener la distancia interpersonal mínima de 1,5 metros.

Colocar las siguientes indicaciones:

- Evita aglomeraciones. Entra y sal de forma escalonada.
- Distancia mínima interpersonal de 1,5 m.
- Evita tocarte la cara especialmente los ojos, la nariz y la boca.
- Lávate las manos al entrar / salir de la sala con agua y jabón o gel hidroalcohólico.
- Sécate las manos con papel desechable y cierra el grifo con él antes de tirarlo.

#### **B. Medidas que separen al personal trabajador mediante barreras físicas**

Estas medidas se adoptarán cuando las anteriormente recomendadas para garantizar la distancia de 1,5 metros entre personal no sean viables o no resulten eficaces.

Como ejemplos de **barreras** que podrían ser utilizadas cabe citar **mamparas de materiales transparentes** (plástico duro rígido, metacrilato, cristal o, en defecto de los anteriores, plástico duro flexible –generalmente suministrado en rollos-) para no obstaculizar la visibilidad de los trabajadores.

Los **materiales** serán resistentes a rotura por impacto y fáciles de limpiar y desinfectar.

Asimismo, las medidas para evitar el contagio persona-persona que se hayan adoptado deberán ser puestas en conocimiento del personal trabajador y otras personas que accedan al centro de trabajo.

Cuando sea posible, esta información se trasladará, además de verbalmente, utilizando señales estandarizadas. No obstante, debe tenerse en cuenta que en la mayor parte de los casos estas señales estandarizadas no existen, por lo que el empresario podrá utilizar pictogramas, carteles, notas informativas, claras y concisas y se asegurará de que la información llega adecuadamente a todas las personas afectadas.

Todas las medidas que se adopten deberán ser aplicadas a todo el personal trabajador que desarrolle habitualmente su actividad en el mismo centro de trabajo, independientemente de si son personal propio o perteneciente a empresas subcontratadas.

A la hora de adoptar las medidas recomendadas para garantizar la separación entre personas se debe tener en cuenta que, en la medida de lo posible, las vías de evacuación establecidas en la empresa para casos de emergencias no deben ser modificadas.

En el caso de que, en aras de evitar contagios, no exista otra posibilidad que alterar estas vías de evacuación, se determinarán unas nuevas y se comunicarán al personal trabajador lo antes posible.

En cualquier caso, las vías de evacuación no pueden verse obstruidas por ninguno de los elementos de separación física citados.



Ejemplo de separación física de puestos de trabajo.

## **6. Medidas higiénicas, de limpieza y desinfección**

### **A. Lugares y zonas de trabajo**

Limpiar y desinfectar todas las superficies y mobiliario del centro de trabajo si ha estado cerrado durante un tiempo de la crisis sanitaria.

Reforzar la limpieza y desinfección de lugares, mobiliario y equipos de trabajo, asegurando una correcta limpieza de las superficies y de los espacios, tratando de que se realice **al menos una limpieza diaria** de todas las superficies o tantas veces como pueda establecer la autoridad sanitaria, haciendo hincapié en aquellas de contacto frecuente como pomos y manecillas de puertas, armarios, ventanas, cajones; barandillas, pasamanos, interruptores, botones, teléfono, mandos a distancia, superficies que se tocan de mesas, sillas y otro mobiliario, grifos de agua, utensilios de oficina, etc.

Limpiar el área de trabajo usada por una persona trabajadora en cada cambio de turno.

Ventilar frecuentemente los distintos espacios del centro de trabajo, en especial zonas comunes, salas de reuniones, etc. Como mínimo, de forma diaria y por espacio de 5 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.

Disponer de dispensadores con solución hidroalcohólica desinfectante o en su defecto agua y jabón.

Disponer de cajas de pañuelos desechables y contenedores para su eliminación (cubo de basura con tapa y pedal).

### **B. Limpieza de equipos de trabajo y otros objetos**

Limpiar al menos una limpieza diaria de equipos de trabajo (mesas, sillas, móvil, ordenadores, teclados, ratón, mandos de máquinas, herramientas, etc.) con solución viricida (solución hidroalcohólica) y papel desechable.

Limpiar con frecuencia los objetos de uso personal se limpiarán con los productos indicados por cada fabricante.

Para equipos de trabajo y otros objetos, cuando el material lo permita, se usará un paño limpio con solución hidroalcohólica. En su defecto, se podrá usar alcohol común (concentración de 96%) diluido de la siguiente manera: 70 ml de alcohol con 30 ml de agua. No hace falta aclarar.

### C. Productos de limpieza y productos biocidas

Los detergentes habituales son suficientes, aunque también se pueden contemplar la incorporación de lejía u otros productos desinfectantes a las rutinas de limpieza, siempre en condiciones de seguridad.

Si se **utiliza lejía** como desinfectante, se debe diluir como sigue: mezclar 20 ml de lejía con 980 ml de agua (obteniendo un litro), o su equivalente, por ejemplo: 10 ml de lejía con 490 ml de agua (obteniendo 500ml). Debe utilizarse en el mismo día de la preparación.

Si se **utiliza un desinfectante comercial** respete las indicaciones de la etiqueta.

Si se **utilizan biocidas**, entre los que se encuentran los desinfectantes viricidas, que son productos necesarios para el control de los organismos nocivos para la salud humana, éstos pueden implicar riesgos para las personas debido a sus propiedades intrínsecas y un uso no adecuado. Su comercialización y uso se encuentra regulado por el Reglamento (UE) nº 528/2012 además de por la normativa nacional.

Todos los biocidas comercializados deben contener sustancias activas que, a su vez, hayan sido aprobadas con anterioridad o bien estén en periodo de evaluación en la Unión Europea. En función de los datos de eficacia presentados y del uso que se contempla, un producto biocida desinfectante puede autorizarse como bactericida, fungicida y/o viricida.

El Ministerio de Sanidad en su página web tiene publicada la lista de productos actualmente evaluados y registrados para los que se ha demostrado su eficacia viricida. Este listado se actualiza periódicamente, en función de la aprobación de nuevos productos: [Listado de virucidas autorizados en España para uso ambiental \(PT2\), industria alimentaria \(PT4\) e higiene humana \(PT1\)](#)

El Ministerio de Sanidad informa que actualmente, **no existe ningún producto virucida que esté autorizado para su uso por nebulización sobre las personas**. Por tanto, esta técnica de aplicación que se anuncia en los denominados túneles desinfectantes de ningún modo puede ser utilizada sobre personas. Un uso inadecuado de biocidas introduce un doble riesgo, posibles daños para la salud humana y dar una falsa sensación de seguridad.

En el caso de que para la desinfección se utilicen productos viricidas cuya aplicación requiera de personal profesional especializado, las empresas que realizan estos tratamientos deberán ser empresas de servicios que estén expresamente registradas para ello en el [Registro Oficial de Establecimientos y Servicios Biocidas](#) de las Comunidades Autónomas.

Si se utilizan **aparatos generadores de ozono** al igual que otros biocidas hay que tener en cuenta las indicaciones del Ministerio de Sanidad de 27 de abril de 2020:

- No se puede aplicar en presencia de personas [y/o animales]].
- Los aplicadores deben contar con los equipos de protección adecuados.
- Al ser una sustancia química peligrosa, puede producir efectos adversos. En el inventario de clasificación de la ECHA (Agencia Europea de Sustancias y Mezclas Químicas) se notifica la clasificación de esta sustancia como peligrosa por vía respiratoria, irritación de piel y daño ocular.
- Se deberá ventilar adecuadamente el lugar desinfectado antes de su uso.
- Puede reaccionar con sustancias inflamables y puede producir reacciones químicas peligrosas al contacto con otros productos químicos.

#### **D. Medidas de seguridad**

Seguir siempre las instrucciones del fabricante. No usar alcohol puro, usar soluciones hidroalcohólicas alrededor del 70%.

No usar soluciones desinfectantes, geles hidroalcohólicos o toallitas con alcohol en una superficie caliente.

No usar solución desinfectante directamente sobre una superficie, aplicarla en una bayeta y limpiarla con ella después.

No rociar alcohol directamente sobre componentes electrónicos. Atención el alcohol puede reaccionar con oxidantes.

Las toallitas o los pañuelos desechables con alcohol después de la limpieza se deben tirar en un contenedor de basura específico sin otros materiales.

Tirar el envase vacío de desinfectante / alcohol por separado y cerrado.

Almacenar estos productos siempre cerrados, lejos de fuentes calientes (radiadores, calefacción ...), siguiendo las instrucciones del fabricante.



## **7. Gestión de los residuos en el centro de trabajo**

La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos.

Se recomienda que los pañuelos desechables que el personal emplee para el secado de manos o para el cumplimiento de la “etiqueta respiratoria” sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, a ser posible, accionados por pedal.

Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas).

En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos u otros productos usados. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura, con cierre, para su depósito en la fracción resto.

## 8. Cuestionario de análisis para la empresa por reincorporación al trabajo-COVID-19

		ASPECTOS A CONSIDERAR	SI	NO	Recomendaciones
Información al personal	Información sobre desplazamiento al trabajo	¿Ha facilitado a su personal el modelo de declaración responsable para facilitar los trayectos necesarios entre el lugar de residencia y de trabajo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Cada persona trabajadora por cuenta ajena que se desplacen a trabajar a los centros de la empresa deberá llevar un Modelo de Declaración firmado y sellado por la empresa para poder desplazarse.
		¿Ha difundido criterios sobre cómo guardar la distancia interpersonal de seguridad, en función del modo de desplazamiento?: Bicicleta, caminando, ... Furgoneta Turismo, taxi o VTC Autobús, en transporte público o autobús de la empresa, metro o tren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Priorizar el transporte individual o las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 1,5 metros. Establecer medidas de limpieza del vehículo y evitar que viaje más de una persona por cada fila de asientos. Establecer criterios sobre la distancia interpersonal entre compañeros de viaje. Promover el uso obligatorio de mascarilla higiénica, no médica, si vas en transporte público.
	Antes de acudir al trabajo	¿Ha comunicado a su personal la sintomatología y situaciones de contacto, que determinan que no se debe acudir al trabajo y solicitar consulta médica?:  Tener síntomas como tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Información al personal sobre qué tienen que hacer si se ven afectados por estas situaciones: Contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de la comunidad autónoma o con su centro de atención primaria y seguir sus instrucciones.  <b>No acudir al puesto de trabajo</b> hasta que le confirmen que no hay riesgo para él o para los demás.
Condiciones de trabajo	En el centro de trabajo	Haber estado en contacto estrecho con personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas, a una distancia menor de 1,5 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	En caso de que no pueda realizar sus tareas a distancia, deberá contactar con su médico para que acredite, en su caso, que efectivamente debe permanecer en una situación de aislamiento a efectos laborales y, si así fuese, se considerará una situación asimilada a accidente de trabajo para la prestación económica de incapacidad temporal.
		Haber compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		¿Su servicio de prevención ha evaluado para cada puesto de trabajo el riesgo de exposición al coronavirus (SARS-COV-2) y ha establecido el nivel de exposición?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Seguir el "Procedimiento de actuación para los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales frente a la Exposición al Coronavirus (SARS-COV-2)" Ver su nota interpretativa.
		En su caso, se identifican tareas o situaciones que determinan un nivel de exposición diferenciado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Según el nivel de exposición pueden ser necesarios: EPI frente a protección biológica y, en ciertas circunstancias, frente a aerosoles y salpicaduras. EPI de protección biológica, protección respiratoria y guantes de protección.
		¿Ha determinado las posibilidades de redistribución de tareas y/o trabajo remoto si fuera necesario?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		En caso de haber optado por el trabajo remoto, ¿ha proporcionado a su personal un cuestionario de autoevaluación del puesto de trabajo en domicilio?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	En caso de optar por el trabajo remoto, ponemos a su disposición la <a href="#">Guía para el trabajo a distancia</a> .
		¿Ha identificado las actividades y trabajos a desarrollar que requieren el uso de equipos de protección individual? Y se especifica los requerimientos de los mismos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Puede acceder a un ejemplo de modelo de autoevaluación para el trabajo a distancia <a href="#">aquí</a> .

		¿Ha establecido qué stock necesita de equipos de protección individual?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		¿Ha identificado la necesidad de escalonar los horarios para facilitar la distancia interpersonal en el centro de trabajo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Escalonar los horarios lo máximo posible para facilitar la distancia interpersonal en el centro de trabajo
		¿Ha establecido criterios para que durante la realización de las tareas y procesos laborales el personal trabajador pueda mantener la distancia de aproximadamente 1,5 metros entre personas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<p>Mantener una distancia interpersonal de 1,5 metros aproximadamente.</p> <p>Si es necesario, establecer filas de acceso con separación para mantener la distancia.</p> <p>Evitar aglomeraciones de personal en zonas comunes y en su caso, con clientes o público.</p> <p>Organizar la entrada y la salida del trabajo de forma escalonada.</p> <p>Todas las personas, incluidas las que esperan, deben guardar la distancia interpersonal.</p> <p>Se recomienda facilitar el trabajo remoto y el uso de teléfono o videoconferencia, especialmente si el centro de trabajo no cuenta con espacios donde el personal trabajador pueda respetar la distancia interpersonal.</p>
		¿Ha comprobado que tanto en la entrada y salida al centro de trabajo como durante la permanencia en el mismo puede mantenerse la distancia interpersonal de aproximadamente 1,5 metros?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		¿Ha establecido las medidas necesarias para evitar la realización de actividades que implican aglomeraciones de personas? (aseos, vestuarios, comedores...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		¿Cuenta con los medios necesarios para minimizar el contacto entre las personas trabajadoras y clientes o público que accede a las instalaciones de la empresa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		¿Ha determinado e informado al personal sobre el número de personas (aforo) que puede permanecer a la vez en el misma área del centro de trabajo, para cumplir con el requisito de distancia interpersonal?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		En su caso, ¿se han habilitado mecanismos de control de acceso en las entradas para respetar en todo momento las distancias de seguridad interpersonal?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Con dicio nes de trab ajo	M ed id as o r g a n iz a t i v a s	¿Ha valorado la necesidad de efectuar un plan de continuidad, ante un posible aumento de las bajas laborales del personal o por un escenario de incremento del riesgo de transmisión en el lugar de trabajo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	El proceso para elaborar un plan de continuidad o contingencia. El mismo debe considerar el riesgo de exposición al virus y las medidas de protección a aplicar en cada caso, así como aquellos aspectos que pueden incidir en el desarrollo de los procesos de la empresa.
		¿Se ha establecido un protocolo de actuación en caso de que una persona trabajadora manifieste síntomas en su puesto de trabajo, para protegerla y proteger al resto de la plantilla que ha mantenido contacto con el afectado?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Para realizar un protocolo de actuación siga las recomendaciones del "Procedimiento para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2 (COVID19) del Ministerio de Sanidad".
		¿Ha determinado con la vigilancia de la salud de su sistema de prevención, el sistema de atención de comunicaciones de personal especialmente sensible?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Las personas trabajadoras especialmente sensibles al coronavirus según los criterios de Sanidad, deben solicitar la valoración del servicio de vigilancia de la salud, para que valore la vulnerabilidad al riesgo y emita informe, en su caso, que acredite al SPS la indicación de IT, pudiendo ser calificados a los SPS como situaciones asimiladas al AT a los exclusivos efectos de la prestación económica de IT.

		¿Ha informado a su personal sobre la forma de comunicar al servicio sanitario del servicio de prevención los casos posibles, probables, confirmados o contactos estrechos con posibles afectados?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Potenciar la información y formación del personal mediante el uso de carteles, señalización, manuales, etc. También hacia el exterior del centro, y en accesos.
		¿Se informa al personal de forma fehaciente y actualizada de las recomendaciones sanitarias que debe seguirse de forma individual?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		¿Se han dispuesto los productos de limpieza, sanitarios y EPI necesarios para poder acometer y mantener la actividad y limpieza requerida?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Con carácter general, se tendrá a disposición del personal: jabón, solución hidroalcohólica, pañuelos desechables y cubo de basura con tapa y pedal. Con carácter general, se tendrá a disposición del personal: jabón, solución hidroalcohólica, pañuelos desechables y cubo de basura con tapa y pedal. Asimismo, se dispondrá de lejía o <a href="#">productos autorizados por el Ministerio de Sanidad</a> para desinfectar.
		¿Se ha determinado el stock de EPI, material de limpieza y de productos sanitarios, necesarios para poder acometer la reposición y mantener la actividad y limpieza requerida?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	El material de protección es más imprescindible, si cabe, en el caso de personal de limpieza y de personal que está de cara al público, en el que además se deberá valorar la disposición de mamparas separadoras.
Coord inació n de Activi dades Empre sarial es	En cas o de que per son al aje no a su em pre sa pre ste ser vici os en alg uno de sus cen tros de tra baj o	¿Se ha informado por escrito a las empresas con las que se comparte centro de trabajo sobre?:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Establecer los diferentes escenarios de exposición al coronavirus SARS- CoV-2, en la actividad que va a desarrollarse en el centro concurrente. Y facilitar la información a todas las empresas por escrito.  En caso de contagio de un trabajador de las empresas concurrentes, este debe ser comunicado a las demás empresas. Para que se apliquen los protocolos de análisis de los contactos y de los de actuación establecidos por la autoridad sanitaria.  Vigilar que las empresas informan a sus trabajadores de los riesgos existentes a la exposición al coronavirus SARS-CoV-2 y se aplican las medidas establecidas
		Los diferentes escenarios de exposición al riesgo de coronavirus SARS-CoV-2.			
		Las medidas preventivas e instrucciones operativas a aplicar.			
		El protocolo de comunicación en caso de que se produzca una exposición al SARS-CoV-2 del personal que comparte centro de trabajo.			
		¿Se vigila el cumplimiento de las medidas adoptadas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		¿Ha establecido medios para comprobar que el personal que accede a su empresa ha sido informado, formado y cuenta con los EPI y los medios necesarios para evitar el riesgo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		En su caso, ¿ha informado a su personal de las actividades de concurrencia y medidas preventivas a aplicar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Otras condic iones	Me dida s de higi ene	¿Se han establecido pautas para reforzar la ventilación periódica en las instalaciones, de forma diaria y de forma adicional con ventilación natural por espacio de más de cinco minutos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Limpiar los filtros de aire y aumentar el nivel de ventilación de los sistemas de climatización, renovar el aire más habitualmente.
		¿Se ha informado sobre los aspectos requeridos en la limpieza de las estancias, con especial incidencia en superficies, especialmente aquellas que se tocan con más frecuencia como ventanas o pomos de puertas, los aparatos de uso habitual por los empleados, desde mandos de maquinaria a mesas y ordenadores?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Al finalizar la limpieza, despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos o, en su defecto, con solución hidroalcohólica.

		¿Se ha informado sobre la obligación de limpiar el área de trabajo usada por un empleado en cada cambio de turno?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		En caso de usar uniformes de trabajo o similares, para el proceso de limpieza ¿son embolsados y cerrados, y se trasladan hasta el punto donde se hace su lavado habitual?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	El lavado de uniformes de trabajo o similares se realizará con un ciclo completo a una temperatura de entre 60 y 90 grados.
Otras condiciones	Gestión de residuos	¿Dispone de protocolos de separación de residuos ordinarios?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		¿Cuenta con papeleras o contenedores protegidos con tapa y accionados por pedal?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Los pañuelos desechables que el personal emplee para el secado de manos o para el cumplimiento de la "etiqueta respiratoria" serán desechados en papeleras con tapa y pedal.
		¿Se ha informado al personal sobre la forma de desechar el material de uso e higiene personal (mascarillas, guantes de látex, pañuelos, etc.)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Mascarillas, guantes de látex, etc., deben depositarse en la "fracción resto" (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas).
		¿Ha establecido un procedimiento de actuación en caso de que un trabajador presente síntomas en el que ha contemplado la eliminación de sus posibles residuos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos u otros productos usados. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura, con cierre, para su depósito en la "fracción resto"

## 9. Teléfonos de información

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. A

continuación, se exponen los teléfonos que dichas comunidades autónomas han habilitado para la gestión de llamadas relacionadas con el virus SARS-CoV-2 (COVID-19):

	Andalucía	900 400 061 / 955 545 060
	Aragón	976 696 382
	Asturias	900 878 232 / 984 100 400 / 112 marcando 1
	Cantabria	900 612 112
	Castilla La Mancha	900 122 112
	Castilla y León	900 222 000
	Cataluña	061
	Ceuta	900 720 692
	C. Madrid	900 102 112
	C. Valenciana	900 300 555
	Extremadura	112
	Galicia	900 400 116
	Islas Baleares	061
	Canarias	900 112 061
	La Rioja	941 298 333
	Melilla	112
	Murcia	900 121 212
	Navarra	948 290 290
	País Vasco	900 203 050

En caso de urgencia sanitaria llamar al **112**.

Ministerio de Sanidad. Oficina de Información y Atención al Ciudadano  
Teléfonos: 901 400 100 - 91 596 10 89 - 91 596 10 90  
Correo electrónico: [oiac@mscbs.es](mailto:oiac@mscbs.es)

## 10. Preguntas y respuestas generales sobre COVID-19

### – Preguntas y respuestas sobre COVID-19

- Aplanando la curva entre todos
- Qué es
- Cómo se transmite
- Síntomas
- Tratamiento
- Cómo protegerme
- Qué hacer
- Decálogo sobre cómo actuar en caso de síntomas
- Si tienes síntomas, aíslate
- Aislamiento domiciliario de casos leves
- ¿Qué hago si conozco a alguien con síntomas de coronavirus?
- Test diagnósticos COVID-19
- Indicaciones actuales de uso de test rápidos de anticuerpos.
- ¿Has estado en contacto con alguien con síntomas?
- Uso adecuado de mascarillas
- Qué digo a la población infantil

## **11. Recomendaciones para cuidar la salud**

- Recomendaciones para cuidadores y familiares de mayores y personas vulnerables
- Prevención accidentes en hogar – Personas mayores
- Prevención accidentes en hogar – Infantil
- Mujeres embarazadas - COVID19

## **12. Recomendaciones para personas con condiciones de salud crónicas**

- Guía de Actuación para personas con condiciones de salud crónicas y personas mayores en situación de confinamiento
- Recomendaciones para niños y niñas con trastorno del espectro autista durante la epidemia de COVID-19
- Recomendaciones para personas con epilepsia durante la epidemia de COVID-19
- Atención sanitaria a personas con condiciones de salud crónicas en Atención Primaria durante la epidemia de COVID-19
- Recomendaciones para personas con Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) durante la epidemia de COVID-19
- Recomendaciones para personas con alergia y/o asma durante la epidemia de COVID-19
- Recomendaciones para pacientes anticoagulados durante la pandemia de COVID-19
- Servicios Sociales de atención domiciliaria durante la epidemia de COVID-19
- Recomendaciones para personas con cáncer durante la epidemia de COVID-19
- Recomendaciones para personas con diabetes durante la epidemia de COVID-19
- Recomendaciones sobre la medicación para personas con condiciones de salud crónicas durante la epidemia de COVID-19
- El infarto agudo de miocardio durante la epidemia por COVID-19.
- Personas con Fibrosis Quística - COVID19
- Ictus - COVID19
- Hipertensión - COVID-19

**13. Bienestar emocional**

- Gestión emocional
- Recomendaciones apoyo emocional niños y niñas
- Afrontar el duelo en tiempo de coronavirus
- Acompañar en el duelo
- Acompañar a niños y niñas en el duelo
- Teléfonos de asistencia psicológica

**14. Consejos para el día a día.**

- Limpieza general de la vivienda
- ¿Qué hacer con la limpieza de superficies?
- Al llegar a casa
- Compartir mensajes en redes
- Cómo usar correctamente la mascarilla
- ¿Debo usar guantes al salir de casa?
- Los virus no discriminan, las personas tampoco deberíamos hacerlo
- Uso mascarilla higiénica
- Uso mascarilla quirúrgica