

PLAN DE CONTINGENCIA COVID-19

Revisión 16 de septiembre de 2020

En el ámbito de seguridad laboral, las empresas deben realizar un plan de contingencia identificando el riesgo de exposición al virus de las diferentes actividades y adoptando medidas de (http://www.mitramiss.gob.es/ficheros/ministerio/inicio_destacados/Gua_Definitiva.pdf) protección en cada caso, así como protocolos para la protección de la plantilla y de los empleados o empleadas que manifiesten síntomas. Las empresas deberán adoptar aquellas medidas preventivas de carácter colectivo o individual que sean indicadas, en su caso, por el servicio prevención de acuerdo con la evaluación de riesgos, esto es, en función del tipo de actividad, distribución y características concretas de la actividad que la empresa realice.

Naturaleza de las actividades y evaluación del riesgo de exposición

De acuerdo con las directrices sanitarias, la actividad de la Fundación CETEMAS está clasificada como **“Baja probabilidad de exposición”**, que se aplica allí donde hay trabajadores que no tienen atención directa al público o, si la tienen, se produce a más de dos metros de distancia, o disponen de medidas de protección colectiva que evitan el contacto (mampara de cristal, separación de cabina de ambulancia, etc.).

Entre las medidas que se recomiendan adoptar están las siguientes:

1. Organizar el trabajo de modo que se reduzca el número de personas trabajadoras expuestas, estableciendo reglas para evitar y reducir la frecuencia y el tipo de contacto de persona a persona.
2. Adoptar, en su caso, medidas específicas para las personas trabajadoras especialmente sensibles.
3. Proporcionar información sobre medidas higiénicas, como lavarse las manos con frecuencia, no compartir objetos, ventilación del centro de trabajo, y la limpieza de superficies y objetos. En este sentido, las empresas deberán poner a disposición de las personas trabajadoras el material higiénico necesario, y adoptar los protocolos de limpieza que fuesen precisos.

FUNDACIÓN CETEMAS

MEDIDAS PREVENTIVAS

En el centro de trabajo

1. Se seguirán extremando las labores de limpieza con lejía/desinfectantes en todas las zonas comunes. El personal de la Fundación se encargará de la limpieza de su mesa personal con el producto desinfectante facilitado para minimizar el contacto. El resto de las zonas las limpia el personal contratado al efecto.

2. Respecto al uso de mascarillas en la Resolución del 14 de junio de 2020 de la Consejería de Salud en su artículo 1 apartado 4 dice: "Se recomienda el uso de la mascarilla en los espacios privados, tanto abiertos como cerrados, cuando existan reuniones o una posible confluencia de personas no convivientes, aun cuando pueda garantizarse la distancia de seguridad".

Por lo tanto, la Fundación y debido a la incorporación de un mayor número de personas tras el inicio del curso escolar 2020-2021, establecerá como obligatorio el uso de mascarillas en las zonas comunes del interior del edificio. Los despachos múltiples, donde existe distancia de seguridad, serán considerados **grupos de convivencia estables** y podrán trabajar sin mascarilla en su puesto de trabajo. En los laboratorios de ensayo se exceptúa el uso de mascarilla si hay únicamente una persona trabajando en el laboratorio correspondiente. En los despachos individuales se puede trabajar sin mascarilla en el puesto de trabajo cuando no haya otra persona en su interior.

Como complemento a esta medida es obligatoria la ventilación de todos los espacios, comunes e individuales del Centro, mínimo a primera y última hora de la jornada.

3. En el desarrollo de las tareas, las entradas y las salidas del centro debe mantenerse la distancia interpersonal recomendada, de aproximadamente 2 metros. Dado que el Centro cuenta con flexibilización horaria de entrada y salida no se ve necesario establecer ningún mecanismo adicional de señalización.

4. Para ampliar espacios para café y comida se reserva de 11 a 12 y de 14:00 a 16:00 la sala de reuniones. En estos horarios las reuniones de trabajo o videoconferencias se deben trasladar a la sala de formación o despachos que cumplan con los requisitos de distancia.

5. El aforo máximo para los espacios comunes es de 3 personas en la cocina y 5 personas en el comedor, pudiéndose emplear la sala de reuniones para comer y/o tomar el café hasta un aforo de 7 personas. Se deberá llevar vajilla y cubiertos de uso personal. Los días con mayor afluencia en el comedor, se recomienda establecer dos turnos para la comida. Se deberá limpiar la superficie utilizada con papel y limpiador desinfectante antes y después de su uso.

6. Tras utilizar los espacios comunes se recomienda un lavado o desinfección de manos.

7. El uso de las peceras para reuniones queda restringido a visitas individuales con un aforo máximo de dos personas para guardar la distancia interpersonal.

8. Se deberán implementar medidas adicionales de protección con mascarillas quirúrgicas para minimizar el contacto entre trabajadores de la Fundación y visitas. En el caso de que la visita no disponga de ella se suministrará desde la Fundación.
9. En los vehículos de uso común se dispone de gel hidroalcohólico que se usara para desinfectar las zonas de roce después de cada uso así como ventilar antes y después de su utilización.

Organizativas

1. Se seguirán priorizando la realización de videoconferencias en lugar de viajes, formación online, minimizando las realizar reuniones presenciales y visitas.
2. Para garantizar la seguridad, se han adquirido mascarillas quirúrgicas adecuados al riesgo de uso individual e intransferibles. Se ubicarán en la entrada principal del edificio, junto con guantes desechables y gel higienizante para manos.
3. Se dotará a varios equipos de wifi para poder mover puestos de trabajos en salas con mayor aglomeración de personas. Los puestos se ubicarán provisionalmente en la sala de estudiantes.
4. En la asistencia a reuniones o recepción de visitas se deberán emplear mascarillas desechables. Si la visita no tuviera se le proporcionará una.
5. Se mantendrá una distancia de seguridad entre trabajadores de al menos dos metros.
6. Se deberán extremar las normas higiénicas en el centro:
 - Al toser o estornudar taparse la boca y nariz con un pañuelo desechable, de no ser posible, con la manga del antebrazo o la flexura del codo. Después de haber tosido o estornudado y antes de tocar cualquier superficie, lavarse las manos de forma cuidadosa con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
 - Si está trabajando, dónde está tocando objetos en espacios compartidos, superficies etc., no llevarse la mano a la boca, ni nariz, ni ojos, sin previamente haberse lavado la mano como en el punto anterior.
7. Extremar la limpieza de los lugares, superficies de trabajo y espacios comunes.
8. Se proporcionarán dispensadores para uso personal con solución alcohólica y glicerina desinfectante en todos los despachos de trabajo, vehículos y zonas comunes donde no sea posible el lavado de manos.
9. Se proporcionará limpiador de superficies desinfectante para todos los despachos de trabajo, vehículos, laboratorios y zonas comunes de mayor uso.
10. Se colocará cartelería con pautas de higiene con información sobre las normas de higiene a utilizar en el puesto de trabajo, antes, durante y después del mismo

Gestión de los residuos en los centros de trabajo

1. La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos.
2. 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).

PAUTAS DE ACTUACIÓN EN CASO DE EXISTIR UN POSIBLE CASO DE CORONAVIRUS DETECCION, NOTIFICACION Y MANEJO DE CASOS DE INFECCION POR COVID19

Uno de los puntos clave en el contexto actual para controlar la transmisión del COVID-19 es la detección precoz de todos los casos compatibles con la enfermedad, esto se intenta plasmar a través del documento “Estrategia de detección precoz, vigilancia y control de COVID-19” que se actualiza periódicamente según avanza el conocimiento sobre la materia.

Sanidad actualiza constantemente este documento y se aplicará el vigente en cada momento sin necesidad de modificar este documento.

El objetivo de la estrategia consiste en dar respuesta a la capacidad de detección precoz, el aislamiento de nuevos casos sospechosos y confirmados, así como la vigilancia y diagnóstico de los contactos estrechos, que constituyen el eje central para poder acometer la fase de transición con las máximas garantías, por tanto, afecta a todos los ámbitos, entre ellos el laboral.

Objetivos

La estrategia define tres objetivos clave que pretende afrontar:

1. La detección precoz de los casos con infección activa por SARS-CoV-2.
2. El establecimiento precoz de las medidas de control necesarias para evitar nuevas infecciones
3. La disponibilidad de la información necesaria para la vigilancia epidemiológica, con un nivel de desagregación y detalle adecuado.

En la situación actual en la que nos encontramos es importante para las empresas conocer las cuestiones básicas que afectan en el ámbito laboral respecto a esta estrategia.

DetECCIÓN DE CASOS DE COVID-19

La estrategia se basa en la detección de casos, para ello se establece que a toda persona con sospecha de infección por el SARS-CoV-2 se le realizará una PCR (u otra técnica de diagnóstico molecular que se considere adecuada) en las primeras 24 horas.

¿Qué se entiende por caso sospechoso?

La estrategia define y clasifica los casos en:

Caso sospechoso: 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.

Caso probable: persona con infección respiratoria aguda grave con cuadro clínico y radiológico compatible con COVID-19 y resultados de PCR negativos, o casos sospechosos con PCR no concluyente.

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.

con infección resuelta:

Persona asintomática con serología Ig G positiva independientemente del resultado de la PCR (PCR positiva, PCR negativa o no realizada).

Caso descartado: caso sospechoso con PCR negativa e IgM también negativa, si esta prueba se ha realizado, en el que no hay una alta sospecha clínica.

NORMAS DE ACTUACIÓN SI PRESENTA SÍNTOMAS DE LA ENFERMEDAD.

Manejo de los casos de COVID-19 con infección activa en ámbito laboral (no sanitario)

Todos los casos sospechosos se mantendrán en aislamiento a la espera del resultado de la PCR y se iniciará la búsqueda de sus contactos estrechos convivientes. En caso de PCR negativa, y si no hay una alta sospecha clínica, el caso se da por descartado y finaliza el aislamiento.

Los trabajadores que no sean sanitarios o sociosanitarios, que sean casos confirmados serán manejados de la misma forma que la población general en cuanto al aislamiento. El seguimiento y el alta serán supervisados por su médico de atención primaria o del trabajo, de la forma que se establezca en cada comunidad autónoma.

Si los síntomas aparecen en el domicilio:

Todo aquel trabajador que presente síntomas compatibles con la enfermedad (fiebre, tos, estornudos, sensación de fatiga) no acudirá al centro de trabajo, lo comunicará a Prevención y/o Dirección y se pondrá en contacto con los servicios de salud para que le indiquen las medidas a tomar, siguiendo las recomendaciones que le proporcionen. Mantendrá informado al Centro de la evolución.

Respecto al resto de los trabajadores que hayan estado en contacto con la persona sospechosa si no ha tenido un contacto muy cercano, no tendrán la consideración de contacto estrecho (*), que son los de riesgo según el protocolo del Ministerio de Sanidad. Lo que deben hacer es tomarse la temperatura dos veces al día (cada 12 horas aproximadamente, antes de salir de casa y por la noche), y en caso de tener fiebre (más de 37°C) no salir de casa y llamar a su médico o a los teléfonos indicados. Siempre es importante, pero en estos casos más aún si cabe, ser muy estricto con el lavado regular de las manos y el evitar tocarnos la cara, pues el virus lo tomamos con las manos de las superficies y al tocarnos la cara lo adquirimos por ojos, nariz o boca. Si no presentan los síntomas, pero tienen dudas, se debe contactar con el médico de familia.

Si los síntomas aparecen en el trabajo:

Si un trabajador se pone repentinamente enfermo estando en el trabajo, con síntomas de infección respiratoria de vías altas (fiebre, tos, estornudos, sensación de fatiga), debe apartarse del resto del personal lo antes posible (un despacho con ventana para poder ventilar después es suficiente), debe ponerse una mascarilla tipo quirúrgico para evitar diseminar el virus (si es que lo tuviera) y marcharse a casa lo antes posible, preferiblemente no en transporte público, y desde allí contactar con los servicios de sanidad pública.

Respecto al resto de los trabajadores que hayan estado en contacto con la persona sospechosa si no han tenido un contacto muy cercano, no tendrán la consideración de contacto estrecho, que son los de riesgo según el protocolo del Ministerio de Sanidad. Lo que deben hacer es tomarse la temperatura dos veces al día (cada 12 horas aproximadamente, antes de salir de casa y por la noche), y en caso de tener fiebre (más de 37°C) no salir de casa y llamar a su médico o a los teléfonos indicados. Siempre es importante, pero en estos casos más aún si cabe, ser muy estricto con el lavado regular de las manos y el evitar tocarnos la cara, pues el virus lo tomamos con las manos de las superficies y al tocarnos la cara lo adquirimos por ojos, nariz o boca. Si no presentan los síntomas, pero tienen dudas, deben contactar con su médico de familia.

(*) Contacto estrecho

Se clasifica como contacto estrecho:

Cualquier persona que haya proporcionado cuidados a un caso: personal sanitario o sociosanitario, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar que no han utilizado las medidas de protección adecuadas.

De forma general, a nivel comunitario, se considerará contacto estrecho a cualquier persona que haya estado en el mismo lugar que un caso, a una distancia menor de 2 metros y durante más de 15 minutos.

Sin embargo, en entornos en los que se pueda hacer una valoración del seguimiento de las medidas de prevención, incluido el uso correcto y continuado de la mascarilla, podrá realizarse una valoración individualizada por el servicio de prevención de riesgos laborales o el responsable que sea designado para ese fin.

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 (Anexo 3).

El periodo a considerar será desde 2 días antes del inicio de síntomas del caso hasta el momento en el que el caso es aislado. En los casos asintomáticos confirmados por PCR, los contactos se buscarán desde 2 días antes de la fecha de diagnóstico.

Contacto estrecho dentro del Centro: todo el personal que comparta despacho y/o laboratorio de manera continua.
--

RESUMEN:

APARICIÓN SINTOMAS

- A) Aislamiento preventivo. Iniciar protocolo establecido por Sanidad para solicitar prueba. Acudir al médico de cabecera. Se seguirán instrucciones de Sanidad.

El personal considerado contacto estrecho seguirá el mismo protocolo.

CONTACTO ESTRECHO

CON PERSONA CON SINTOMAS

- A) Aislamiento preventivo. Iniciar protocolo establecido por Sanidad para solicitar prueba. Acudir al médico de cabecera. Se seguirán instrucciones de Sanidad.

CON PERSONA EN CUARENTENA PREVENTIVA

- A) Se analizará el caso individualmente.

CONTACTO CON SOSPECHA DE BROTE (PUBLICO) SIN SINTOMAS

- A) Se analizará el caso concreto. Seguimiento sanitario de la situación.

LAVARSE LAS MANOS

**PARA PROTEGERSE Y
PROTEGER A LOS DEMÁS**

¿POR QUÉ?

La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus



¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?



Tras estornudar, toser o sonarse la nariz



Después del contacto con alguien que estornuda o tose



Después de usar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias



Antes de comer



Mójate las manos con agua y aplica suficiente jabón



Frótate las palmas de las manos entre sí



Frótate la palma de una mano contra el dorso de la otra entrelazando dedos



40-60"



Frótate las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados



Frótate el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra



Con un movimiento de rotación, frótate el pulgar atrapándolo con la palma de la otra mano



Frótate los dedos de una mano con la palma de la otra con movimientos de rotación



Enjuégate las manos con agua





Sécate las manos con una toalla de un solo uso

CETEMAS FRENTE AL COVID-19

Evaluar el riesgo de posible contagio  y adoptar las medidas preventivas necesarias para evitarlo



<p>SÍ ESTANDO EN EL TRABAJO PRESENTA ALGÚN SÍNTOMA:</p> <p>Facilitar a la persona sospechosa de posible infección una mascarilla quirúrgica y aislarla de las personas que tenga alrededor, al menos a dos metros de distancia.</p>  <p>Llamar al teléfono establecido por cada Comunidad Autónoma e informar de la situación y seguir las indicaciones del Servicio Público de Salud.</p> 	<p>SÍ PRESENTA ALGUNO DE LOS SÍNTOMAS Y ESTÁ EN CASA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Seguir las indicaciones del Servicio Público de Salud. 2 Permanecer en su domicilio, evitando el contacto otras personas. 3 Llamar al teléfono establecido por cada Comunidad Autónoma e informar de la situación. Seguir las indicaciones del Servicio Público de Salud. 4 Notificar a la empresa y/o al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales la situación en la que se encuentra.
--	--