

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES POR EXPOSICIÓN AL COVID-19

Marzo de 2020 – Versión II

INDICE

Temática	Página
INTRODUCCIÓN	4
ALCANCE.....	4
OBJETIVO.....	4
TÉRMINOS Y DEFINICIONES.....	4
NORMATIVA APLICABLE	6
DESCRIPCIÓN EPIDEMIOLÓGICA – COVID-19.....	6
Ámbito Internacional	6
Ámbito Nacional.....	7
Fuente de infección	7
Mecanismo de transmisión	7
EXPOSICIÓN AL RIESGO	8
Escenarios de riesgo de exposición al coronavirus COVID-19 en el entorno laboral.....	9
PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN FRENTE AL RIESGO	10
Organización del trabajo	10
Grupo de riesgo.....	11
Precauciones Estándar - Empresas	11
Precauciones Estándar - Trabajadores.....	12
EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI)	13
Descripción.....	13
Optimización de los recursos	14
Descripción de los EPI	15
Colocación y retiro de los EPI	17
EPI según tipo de exposición/ trabajo.....	19
MECANISMOS ANTE LA APARICIÓN DE TRABAJADOR CON SINTOMATOLOGÍA.....	22
Empresa.....	22
Trabajador	22
CONSIDERACIONES FINALES.....	23
Tercerización	23



Procedimientos de trabajo.....	23
Capacitación	23
Asistencia Psicológica.....	23
BIBLIOGRAFÍA.....	23
CONCLUSIONES	24

INTRODUCCIÓN

El presente documento determina procedimientos para evitar el deterioro de la salud de los trabajadores de las empresas asociadas a la **Cámara Uruguaya de Televisión para Abonados** (en adelante CUTA) frente a la emergencia sanitaria por COVID-19.

El Presente documento está dividido en dos partes, según detalle:

Página 4 a 7: Consideraciones generales respecto al COVID-19.

Página 8 a 24: Acciones para reducir el riesgo de exposición al COVID-19.

Anexos que complementan el presente informe:

- CUTA_2020_COVID-19_Anexo-1_Desinfeccion_manos.pdf
- CUTA_2020_COVID-19_Anexo-2_Colocacion_EPI.pdf
- CUTA_2020_COVID-19_Anexo-3_Retiro_EPI.pdf
- CUTA_2020_COVID-19_Anexo-4_Lavado_manos.pdf
- CUTA_2020_COVID-19_Anexo-5_covid19.pdf
- CUTA_2020_COVID-19_Anexo-6_Cuando_limpiar_manos

ALCANCE

Trabajadores y Directivos (Alta Dirección) de las empresas asociadas a la CUTA.

OBJETIVO

- Determinar acciones de prevención y protección para que adopten los trabajadores y Directivos (Alta Dirección) de las empresas.
- Determinar acciones de actuación para dar respuesta ante casos de sospecha de infección por COVID-19, según lineamientos del Ministerio de Salud Pública (en adelante MSP).

TÉRMINOS Y DEFINICIONES

- Organización: Persona o grupo de personas que tiene sus propias funciones con responsabilidades, autoridades y relaciones para el logro de sus objetivos.
- Trabajador: Persona que realiza trabajo o actividades relacionadas con el trabajo que están bajo el control de la organización.

- Lugar de trabajo: Lugar bajo el control de la organización donde una persona necesita estar o ir por razones de trabajo.
- Requisito: Necesidad o expectativa establecida, generalmente implícita u obligatoria.
- Requisitos legales y otros requisitos: Requisitos legales que una organización tiene que cumplir y otros requisitos que una organización tiene que cumplir o que elige cumplir.
- Alta dirección/ Dirección/ Empresa: Persona o grupo de personas que dirige y controla una organización al más alto nivel.
- Objetivo: Resultado a alcanzar.
- Riesgo: Efecto de la incertidumbre.
- Deterioro de la salud: Efecto adverso en la condición física, mental o cognitiva de una persona.
- Procedimiento: Forma especificada de llevar a cabo una actividad o un proceso.
- Prevención: Preparación y disposición que se hace anticipadamente para evitar un riesgo o ejecutar algo.
- Protección: Resguardar a una persona, animal o cosa de un perjuicio o peligro, poniéndole algo encima, rodeándolo.
- COVID-19: Cepa específica de coronavirus responsable de la epidemia actual. El acrónimo, proporcionado por la Organización Mundial de la Salud, significa “enfermedad por coronavirus 2019”, que se refiere al año en que se detectó el virus por primera vez. En el presente documento utilizaremos los términos COVID-19 o SARS-CoV-2, nos estaremos refiriendo al virus que ha generado la emergencia sanitaria en nuestro país.
- Equipo de protección individual (en adelante EPI): Todos aquellos dispositivos, accesorios y vestimentas de diversos diseños que emplea el trabajador para protegerse contra riesgos que puedan amenazar su salud y su seguridad.
- CONASSAT: Consejo Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- TICs: (Tecnologías de la Información y las Comunicación) conjunto de tecnologías que permiten la adquisición, producción, almacenamiento, tratamiento, comunicación, registro y presentación de informaciones, en forma de voz, imágenes y datos contenidos en señales de naturaleza acústica, óptica, etc.

NORMATIVA APLICABLE

- Ley 5032/1914 - Medidas de resguardo y seguridad de los trabajadores.
- Ley 16.074 – Seguro obligatorio para accidentes del trabajo y enfermedades profesionales.
- Decreto 406/1988 - Seguridad, Higiene y Salud ocupacional en la industria, comercio o servicios, públicos o privados.
- Decreto 103/1996 - Homologación de las normas UNIT.
- Decreto 291/2007 - Gestión de prevención y protección contra riesgos que deriven de cualquier actividad, industrial, comercial, rural, públicos o privados.
- Decreto 307/2009 - Disposiciones generales para la protección de la salud y seguridad de los trabajadores relacionado a agentes químicos en cualquier actividad.
- Decreto 210/2011 – Listado de enfermedades profesionales.
- Decreto 126/2019 – Servicios de prevención y salud en el trabajo.

DESCRIPCIÓN EPIDEMIOLÓGICA – COVID-19

Ámbito Internacional

El 31 de diciembre de 2019, la Comisión Municipal de Salud y Sanidad de Wuhan (provincia de Hubei, China) informó sobre un grupo de 27 casos de neumonía de etiología desconocida, con una exposición común a un mercado mayorista de marisco, pescado y animales vivos en la ciudad de Wuhan, incluyendo siete casos graves. El inicio de los síntomas del primer caso fue el 8 de diciembre de 2019. El 7 de enero de 2020, las autoridades chinas identificaron como agente causante del brote un nuevo tipo de virus de la familia Coronaviridae que posteriormente ha sido denominado SARS-CoV-2.

Los coronavirus son una familia de virus que causan infección en los seres humanos y en una variedad de animales, incluyendo aves y mamíferos como camellos, gatos y murciélagos. Se trata de una enfermedad zoonótica, lo que significa que pueden transmitirse de los animales a los humanos. 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). En concreto, el SARS en 2003 ocasionó más de 8.000 casos en 27 países y una letalidad de 10% y desde entonces no se ha vuelto a

detectar en humanos. Desde 2012 se han notificado 2499 casos de MERS-CoV en 27 países (aunque la mayoría de los casos se han detectado en Arabia Saudí), con una letalidad de 34%.

Ámbito Nacional

Informe de situación en relación al coronavirus COVID-19 en Uruguay, *al 31/3/2020*.

- Al día de la fecha procesaron 394 análisis, con 376 resultados negativos y 18 positivos.
- Se han procesado 3819 test, con 3481 resultados negativos y 338 positivos.
- Desde el 13 de marzo, día en que se declaró la emergencia sanitaria, se han registrado 338 casos positivos confirmados de COVID-19 por medio del test de diagnóstico, en todo el territorio nacional.
- Del total de casos positivos confirmados, una persona falleció, 12 se encuentran en cuidados intensivos y 1 en cuidados intermedios.
- 32 casos confirmados corresponden a personal de la salud.
- Hasta el momento, se han recuperado 41 pacientes diagnosticados con Coronavirus COVID-19.
- Los departamentos con casos confirmados son 9: Canelones, Colonia, Flores, Maldonado, Montevideo, Paysandú, Rocha, Salto y Soriano.
- 10 departamentos permanecen libres de Coronavirus COVID-19.

Fuente de infección

Igual que en otros brotes causados por coronavirus, la fuente primaria más probable de la enfermedad producida por el SARS-CoV-2 es de origen animal. En este momento parece claro que el reservorio del virus es el murciélago, mientras que se sigue investigando acerca del animal hospedador intermediario, habiendo controversia entre el pangolín y otros.

Mecanismo de transmisión

El modo en el que pudo transmitirse el virus de la fuente animal a los primeros casos humanos es desconocido. Todo apunta al contacto directo con los animales infectados o sus secreciones. De persona a persona se transmite por vía respiratoria a través de las gotas respiratorias de más de 5 micras, cuando el enfermo presenta sintomatología respiratoria (tos y estornudos) y contacto con superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer el virus si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse

si inhalan las gotas que haya esparcido una persona infectada al toser o exhalar. Razón primordial para respetar las distancias de seguridad entre personas. La transmisión aérea por núcleo de gotitas o aerosoles (capaz de transmitirse a una distancia de más de 2.00 metros) no ha sido demostrada. Considerando lo anterior (forma de transmisión) es muy importante entender que las medidas de prevención pueden ser iguales para diferente tipos de trabajos.

Sintomatología con mayor repetición en personas infectadas:

- Fiebre.
- Tos seca.
- Dificultad al respirar.

Algunos infectados además pueden presentar dolores, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas infectadas no desarrollan ningún síntoma y no se encuentran mal.

La incubación es el tiempo que transcurre entre la infección por el virus y la aparición de los síntomas de la enfermedad. Las estimaciones respecto a este periodo oscilan entre 1 y 14 días, y en general se sitúan en torno a cinco días. Estas estimaciones se van actualizando a medida que se obtienen más datos por parte de las Instituciones de referencia Internacionales y Nacionales. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial.

EXPOSICIÓN AL RIESGO

En función de la naturaleza de las actividades que se realicen y los mecanismos de transmisión del COVID-19, podemos establecer los diferentes escenarios de riesgo en los que se pueden encontrar los trabajadores, que se presentan más abajo en la tabla. Respecto a la exposición, se detallan las siguientes consideraciones:

- **Exposición de riesgo:** aquellas situaciones laborales en las que se puede producir un “contacto estrecho” con un caso 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:** trabajadores sin atención directa al público o, si la tienen, se produce a más de 2.00 metros de distancia o disponen de medidas de protección colectiva que evitan el contacto (mampara de cristal, separación mediante mostradores u otro elemento que genera distancia entre personas).

Por «contacto estrecho» se entiende:

- Cualquier trabajador que ingresa a una vivienda, local comercial u otro similar, con personas infectadas o sintomáticas.
- Cualquier trabajador que ingresa a un centro de asistencia médica, hogares de ancianos u otros similares.
- Cualquier trabajador que esté en el mismo lugar que un caso probable o confirmado sintomático, a una distancia menor de 2.00 metros (ej. visitas, reuniones, viajes de trabajo).
- Se considera contacto estrecho en un avión u otro medio de transporte, contacto con los miembros de las tripulaciones que atienden a pasajeros sintomáticos que vuelven de una zona de riesgo.

Escenarios de riesgo de exposición al coronavirus COVID-19 en el entorno laboral

EXPOSICIÓN DE RIESGO	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN
Trabajadores que ingresan al domicilio del abonado para hacer la instalación domiciliaria, derivados, programación, service, etc. Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho con un caso sintomático (visitas, reuniones, viajes de trabajo, etc.)	Trabajadores cuya actividad laboral no incluye contacto estrecho con el caso confirmado, por ejemplo: - Mantenimiento de redes. - Cadete/ Gestor. - Vendedor.	Trabajadores sin atención directa al público, o a más de 2.00 metros de distancia, o con medidas de protección colectiva que evitan el contacto, por ejemplo: - Personal administrativo y oficina. - Periodistas. - Telemarketer. - Trabajadores de limpieza. - Personal de seguridad/ Portero/ Sereno.

PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN FRENTE AL RIESGO

Como ya se mencionó, de persona a persona se transmite por vía respiratoria a través de las gotas respiratorias de más de 5 micras, cuando el enfermo presenta sintomatología respiratoria (tos y estornudos) y contacto con fómites. La transmisión aérea por núcleo de gotitas o aerosoles (capaz de transmitirse a una distancia de más de 2.00 metros) no ha sido demostrada.

Organización del trabajo

Si bien la Dirección de la empresa debe garantizar la continuidad de las operaciones críticas y prestación del servicio a los abonados, es relevante entender que la principal medida de prevención es eliminar la exposición. Tomar la decisión de suspender y replanificar los trabajos para evitar la exposición, debe ser la primera medida en adoptar.

Cuando lo anterior no se pueda cumplir, se debe planificar los trabajos de forma tal, que se adopten las siguientes acciones:

1. Planificar las tareas y su realización (semana, día y horario) como medida para reducir la exposición con terceras personas.
2. Identificar el tipo de exposición (de riesgo, bajo riesgo, baja probabilidad) para adoptar las acciones tendientes a reducir los riesgos.
3. Limitar el número de trabajadores y el tiempo de exposición al mínimo posible y se establecerá un listado de trabajadores expuestos, el tipo de trabajo efectuado, así como un registro de las correspondientes exposiciones, accidentes e incidentes. A su vez, los trabajadores tendrán a su disposición las instrucciones escritas (en el lugar de trabajo, oficina, cabecera, centros de trabajo, etc.) mediante avisos que contengan, como mínimo, el procedimiento que habrá de seguirse para desarrollar las tareas.
4. Los trabajadores no dedicados a la atención del público y a entornos probablemente no contaminados por el virus deben, asimismo, recibir información general sobre la infección.
5. Evitar la concentración de personas en los lugares de trabajo procurando que su número esté limitado al mínimo posible. La espera de los abonados deberá hacerse fuera de la sala de espera/ oficina/ etc.
6. Los trabajadores que han regresado de zonas afectadas o que han entrado en contacto con personas que han visitado esas zonas en los últimos 14 días deberán trabajar desde su domicilio durante 14 días.

7. Organizar un esquema de horario diferente, para evitar las horas picos y multitud de personas en el transporte público y lugares en general.
8. Evitar reuniones presenciales, cuando sean necesarias que no superen las 5 personas, respetando las distancias de seguridad de 1.50 metros. Evaluar reuniones empleando TICs.

Grupo de riesgo

1. Son grupos de personas que comparten rasgos, características o comportamiento que afectan su probabilidad de padecer una enfermedad. Debe evitarse la exposición de los trabajadores, en función de sus características personales o estado biológico conocido, debido a patologías previas, medicación, trastornos inmunitarios o embarazo, sean considerados especialmente sensibles a este riesgo.
2. Este grupo de riesgo ha sido mencionada recientemente por la CONASSAT en la Resolución N°54, mencionando: *“El riesgo de desarrollar un cuadro grave aumenta con la edad: las personas mayores de 40 años parecen ser más vulnerables que las menores de 40. Las personas cuyo sistema inmunitario está debilitado y las personas que padecen afecciones como diabetes, cardiopatías o enfermedades pulmonares también corren un mayor riesgo de desarrollar casos graves de la enfermedad”*.
3. La situación debe ser evaluada por el médico de la empresa y/o médico tratante del centro de salud correspondiente a cada trabajador.
4. La documentación elaborada por el médico tratante, se debe presentar en RRHH para avalar cada situación en particular.

Precauciones Estándar - Empresas

Estas medidas estándar deben ser implementadas por la Empresa. Los trabajadores deben cumplir con los puntos que le apliquen, independientemente de la tarea que realice cada uno.

1. Contar con señalización de buenas prácticas (de fácil comprensión) para evitar la infección del virus. Debe incluirse la información general sobre las características y riesgos de la enfermedad infecciosa producida por el Coronavirus COVID 19. En este sentido debe contener la siguiente descripción: *“Los síntomas más habituales que produce el COVID 19 son fiebre, y síntomas respiratorios (tos, dificultad para respirar). En casos más graves, la infección puede causar neumonía, insuficiencia respiratoria, insuficiencia renal e incluso la muerte. La enfermedad se propaga cuando una persona con COVID-19 tose o exhala,*

despide gotas de líquido infectado. La mayoría de estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, como escritorios, mesas o teléfonos. Otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies contaminados y posteriormente se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si se encuentran a menos de un metro de distancia de una persona con COVID-19 e inhalan las gotas que ésta haya esparcido al toser o exhalar. Es decir, la COVID-19 se propaga de manera similar a la gripe. La mayoría de las personas que contraen la enfermedad presentan síntomas leves y se recuperan. Sin embargo, algunas personas presentan casos graves de la enfermedad y pueden requerir atención hospitalaria. El riesgo de desarrollar un cuadro grave aumenta con la edad: las personas mayores de 40 años parecen ser más vulnerables que las menores de 40. Las personas cuyo sistema inmunitario está debilitado y las personas que padecen afecciones como diabetes, cardiopatías o enfermedades pulmonares también corren un mayor riesgo de desarrollar casos graves de la enfermedad”.

2. Colocar dispensadores de alcohol gel en lugares visibles (mostradores, relojes de marcas, comedores, cantinas, oficinas de atención al público general), debiendo asegurar que los dosificadores se recarguen frecuentemente.
3. Asegurar el suministro de implementos para el lavado y desinfección de las manos, asegurando la continua reposición de jabón en baños y cocinas.
4. Asegurar el adecuado mantenimiento, limpieza e higiene de equipos que proyectan aire, como ser secadores de manos, equipos de aire acondicionado y ventilación. En aquellos espacios que presente características reducidas deberá extremarse la higiene y ventilación.
5. Indicar a todas las personas que desarrollen actividad laboral, el lavado frecuente de manos con agua y jabón, o el uso de soluciones de alcohol en gel, teniendo en cuenta que la higiene de manos es la principal medida de prevención y control de la infección. Debiendo colocarse cartelera informativa en lugar visible a dichos efectos.

Precauciones Estándar - Trabajadores

Estas medidas estándar deben cumplir los trabajadores, independientemente de la tarea que realice cada uno.

1. Recordar que la higiene de manos es la principal medida de prevención y control de la infección, por lo que debe lavar las manos frecuentemente con agua y jabón, al menos por

20 segundos, después de tener contacto con secreciones respiratorias y objetos/materiales contaminados. De lo contrario, usar alcohol en gel. Ambas medidas pueden adoptarse como complementarias.

2. Evitar tocarse los ojos, nariz y la boca con las manos sin lavar.
3. Evitar el contacto o exposición cercana con personas con fiebre, tos u otros síntomas respiratorios.
4. Al toser o estornudar cubrir la boca y nariz con la parte interna del brazo o con un pañuelo desechable, deséchelo en el cesto de basura (con tapa accionada por pedal) y lávese las manos.
5. Evitar compartir elementos personales, cubiertos, vasos, platos, botellas y mate con personas que presentan síntomas respiratorios y sin síntomas.
6. Mantener los ambientes bien ventilados. Existen filtros biológicos (HEPA) que pueden ser instalados en los acondicionadores de aire.
7. Limpiar y desinfectar objetos y superficies que se tocan frecuentemente (equipos de trabajo, teléfonos, escritorios, PC, mesas, pasamanos, barandas, herrajes, pomos de puerta, puertas, llaves de luz y todas las superficies de alto contacto con las manos) usando un producto común de limpieza de uso doméstico (recomendable dilución de hipoclorito al 1%).
8. Limpiar y desinfectar todo medio de locomoción (bicicletas, ciclomotores, triciclos, autos, camionetas, etc.).
9. Mantener una distancia de seguridad de al menos 1.00 m respecto a otras personas, tengan sintomatología o no. l) La organización del trabajo debe determinarse de forma que entre trabajadores, y/o con el público se mantenga una distancia nunca inferior a un metro y medio.

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI)

Descripción

Los EPI son aquellos dispositivos, accesorios y vestimentas de diversos diseños que emplea el trabajador para protegerse contra riesgos que puedan amenazar su salud y su seguridad. Los EPI son la última barrera entre la persona y el riesgo. No actúan sobre el origen del riesgo, sino sobre la persona que lo sufre. No eliminan los riesgos, sino que pretenden minimizar sus consecuencias.

Los EPI deben utilizarse cuando los riesgos no se pueden evitar o no pueden limitarse suficientemente mediante técnicas de protección colectiva o introduciendo cambios en la organización del trabajo. Cuando existe un riesgo se deberían adoptar, por este orden, las medidas siguientes:

- Evitar el riesgo (por ejemplo, sustituir una máquina ruidosa).
- Controlar el riesgo en origen (por ejemplo, cerramiento antirruído).
- Proteger a la persona (por ejemplo, protectores auditivos).

Esta es la pauta de actuación que marca las Bases Legales a los empresarios para hacer efectivo su deber de prevención insistiendo, una vez más, en que las medidas colectivas deben ser prioritarias respecto a las de protección personal, cuya utilización viene siempre condicionada a que los riesgos no puedan evitarse de otra forma.

Optimización de los recursos

Los EPI pueden ser una medida aceptable si se aplican como métodos complementarios de la protección colectiva, a la que en ningún caso deben sustituir, mientras se buscan e instalan soluciones definitivas. Existen consideraciones sobre la elección, uso y mantenimiento que deben conocer los trabajadores. Además de la Precauciones Estándar, el trabajador debe:

- Promover un uso racional, correcto y constante del EPI disponible y la adecuada higiene de manos.
- En vistas a los posibles problemas globales en la disponibilidad de estos equipos, es indispensable la optimización de su uso. Para esto se recomienda minimizar sus necesidades (cuando sea posible, suspender y replanificar los trabajos, implementar teletrabajo para las tareas que así lo permiten u utilizar barreras físicas como ventanas de vidrio o de plástico para lugares de atención a los abonados).
- Los EPI deben escogerse de tal manera que garantice máxima protección con la mínima molestia para el trabajador, siendo clave la talla, diseño o tamaño respecto al trabajador.
- La correcta colocación los EPI es fundamental para evitar posibles vías de entrada del agente biológico; igualmente importante es la retirada de los mismos para evitar el contacto y/o dispersión del agente infeccioso.

Descripción de los EPI

1. Emplear protección respiratoria tipo N95 o FFP2 cuando tenga exposición con personas infectadas (o personas que presentan tos, estornudo, fiebre y existe riesgo de contacto con secreciones respiratorias) y no se respete la distancia de seguridad determinada en 1.50 metros. Se enfatiza que sólo es eficaz su uso cuando se combina con el lavado de manos con agua y jabón o alcohol gel. Sin perjuicio de ello, se podrá considerar su uso en aquellos casos en que por la naturaleza del trabajo exista contacto cercano y frecuente con otras personas.
2. Dependiendo del modelo pueden traer válvula de exhalación o no. La válvula genera mayor confort al usuario por evitar la acumulación del calor en la zona de respiración (interna).
3. Los equipos de protección respiratoria deben quitarse en último lugar, tras la retirada de otros componentes como guantes, lentes, etc.
4. Algunas protecciones respiratorias pueden tener o no válvula de exhalación, dispositivo que brinda beneficios de confort al usuario. Este tipo de protección no debe ser empleado por los infectados, dado que al exhalar o toser las partículas serán expulsadas por la válvula generando contaminación en el aire, superficies de trabajo, vehículos, etc.



Protección Respiratoria N95



Protección Respiratoria FFP2

5. Emplear los guantes respetando el criterio detallado en el punto N°2 que antecede. Además se empleará cuando el trabajador tenga exposición o contacto con superficies que están o pueden potencialmente estar contaminadas (dinero, tarjetas de crédito/ débito, equipos de

- trabajo, teléfonos, escritorios, teclados, mesas, pasamanos, barandas, herrajes, puertas, pomos de puerta, llaves de luz y todas las superficies de alto contacto con las manos).
6. Los mismos pueden ser de látex o nitrilo (para alérgicos al Látex, talco, etc.)
 7. Hay diferentes tamaños y se debe usar el adecuado para cada persona.
 8. No se recomienda el uso de doble guante.
 9. Los guantes son desechables ya que las tareas asociadas requieren destreza y no admiten otro tipo de guante más grueso. Sin embargo, es importante destacar que, en toda otra actividad que no requiera tanta destreza (ejemplo en tareas de limpieza), puede optarse por guantes más gruesos más resistentes a la rotura como son los de uso doméstico, industrial, etc.
 10. Haber utilizado guantes no exime de realizar la correcta higiene de manos tras su retirada, como también antes de colocarse unos nuevos.
 11. Para las instancias de formación, se recomienda utilizar el procedimiento de la OMS denominado “5 momentos para la higiene de las manos”.



Guante de látex



Guante de nitrilo

12. Emplear protección ocular cuando haya riesgo de contaminación de los ojos a partir de salpicaduras o gotas (ejemplo: sangre, fluidos del cuerpo y excreciones).

13. Deben contar con buen sello contra la piel de la cara, marco de PVC flexible para encajar fácilmente con todos los contornos de la cara con presión uniforme, hermética en los ojos y las áreas circundantes.
14. Debe ser ajustable para los usuarios con anteojos graduados, y tener un lente de plástico transparente con tratamiento antiempañante, banda ajustable para asegurar firmemente que no se desajuste durante el desarrollo de los trabajos y ventilación indirecta para evitar el empañamiento.
15. Puede ser reutilizable (siempre que existan disposiciones apropiadas para la descontaminación) o desechable.



Protección ocular

Colocación y retiro de los EPI

Los EPI deben seleccionarse para garantizar la protección adecuada en función de la forma y nivel de exposición y que ésta se mantenga durante la realización de la actividad laboral. Esto debe tenerse en cuenta cuando se colocan los distintos EPI de tal manera que no interfieran y alteren las funciones de protección específicas de cada equipo, respetando las instrucciones del fabricante.

Después del uso, debe asumirse que los EPI y cualquier elemento de protección empleado pueden estar contaminados y convertirse en nuevo foco de riesgo. Por lo tanto, un procedimiento inapropiado de retirada puede provocar la exposición del usuario.

Los EPI deben colocarse antes de iniciar cualquier actividad probable de causar exposición y ser retirados únicamente después de estar fuera de la zona de exposición.

Se debe evitar que los EPI sean una fuente de contaminación, por ejemplo, dejándolos sobre superficies del entorno una vez que han sido retirados. Para acceder a información de la OMS sobre puesta y retirada de EPI, ver anexo 2 y 3 del presente documento.

EPI según tipo de exposición/ trabajo

EXPOSICIÓN DE RIESGO
<p>Definición:</p> <p>Aquellas situaciones laborales en las que se puede producir un “contacto estrecho” con un caso confirmado de infección por el COVID-19 sintomático.</p> <ul style="list-style-type: none">• Trabajadores que ingresan al domicilio del abonado para hacer la instalación domiciliaria, derivados, programación, service, etc.• Situaciones en las que no se puede evitar un “contacto estrecho” con un caso sintomático (visitas, reuniones, viajes de trabajo, etc.)
<p>Prevención:</p> <ul style="list-style-type: none">• Principal medida de prevención, suspender y replanificar los trabajos para evitar la exposición. Cuando lo anterior no se pueda cumplir se debe planificar los trabajos contemplando el presente Protocolo.
<p>Protección (empleo de los EPI y otros)</p> <ul style="list-style-type: none">• Comunicarse con el abonado y consultar estado de salud de los ocupantes del domicilio (vivienda o local).• Mantener distancia de seguridad al menos 1.50 metros, respecto a personas y superficies contaminadas.• Protección respiratoria tipo N95 o FFP2 (de uso no excluyente, ver consideraciones detalladas en el punto EPI).• Guantes de látex o nitrilo (para alérgicos al Látex, talco, etc.). Evaluar posibilidad de emplear otros guantes más gruesos.• Protección ocular.

EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO

Definición:

Trabajadores cuya actividad laboral no incluye “contacto estrecho” con el caso confirmado, por ejemplo:

- Mantenimiento de redes.
- Cadete/ Gestor.
- Vendedor.

Prevención:

- Trabajos de mantenimiento de redes: suspender y replanificar los trabajos para evitar la exposición. En caso contrario,
- Se debe planificar los trabajos contemplando el presente Protocolo.

Protección (empleo de los EPI y otros)

- Señalizar el lugar de trabajo para mantener una distancia de seguridad respecto a terceras personas.
- En condiciones normales de trabajo para mantenimiento de redes, no es obligación emplear los EPI del presente Protocolo. Evaluar su necesidad in situ.
- El uso de guantes puede estar recomendado en tareas realizadas fuera de la oficina para: Cadete/ Gestor y Vendedor.

BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN

Definición:

Trabajadores sin atención directa al público, o a más de 2.00 metros de distancia, o con medidas de protección colectiva que evitan el contacto, por ejemplo:

- Personal administrativo y oficina.
- Periodistas.
- Telemarketer.
- Trabajadores de limpieza.
- Personal de seguridad/ Portero/ Sereno.

Prevención:

- Realizar trabajos empleando TIC (Teléfono fijo, celulares, redes sociales, etc.)
- Gestión de cobros por depósito en cuentas bancarias, Redpagos o Abitab.
- Realizar entrevistas telefónicas.
- Realizar encuestas telefónicas.
- Programar las tareas de limpieza en horarios de reducida presencia de trabajadores y abonados en oficinas.

Protección (empleo de los EPI y otros)

- Evitar la concentración de personas en los lugares de trabajo procurando que su número esté limitado al mínimo posible. La espera de los abonados deberá hacerse fuera de la sala de espera/ oficina/ etc.
- Instalar mampara de cristal, separación mediante mostradores u otro elemento que genera distancia entre personas.
- Mantener distancia de seguridad de 2.00 metros (valor determinado específicamente para esta exposición).
- Señalizar el lugar de trabajo para mantener la distancia de seguridad respecto a terceras personas.
- Emplear guantes cuando el trabajador tenga exposición o contacto con superficies que están o pueden potencialmente estar contaminadas. Ver Precauciones estándar.

MECANISMOS ANTE LA APARICIÓN DE TRABAJADOR CON SINTOMATOLOGÍA

Empresa

1. Por sospecha que puedan generarse a nivel laboral (presencia de tos, fiebre, resfríos, dolor de garganta, dificultad para respirar, decaimiento) referente a un trabajador, requiere una inmediata comunicación y actuación, evitando la exposición de terceros.
2. Prever la rápida y eficaz adopción de medidas de control al resto de los trabajadores que estuvieron en contacto con el eventual infectado dentro de un período no inferior a los 14 días previos a la aparición de los síntomas de la enfermedad.
3. Prever las circunstancias de hecho que se generen por la imposibilidad de que el trabajador infectado o presunto infectado pueda asistir al centro de trabajo.
4. Reintegro del trabajador afectado: el reintegro del trabajador afectado se realizará mediante alta expedida por médico competente.

Trabajador

1. Evitar el contacto cercano con personas enfermas.
2. Cuando el trabajador presenta síntomas respiratorios debe permanecer en domicilio, no concurrir a trabajar y realizar consulta a su prestador de salud, es este último quien determinará si corresponde certificación médica.
3. Informar de inmediato a su superior, de la sospecha por síntomas (tos, dificultad para respirar, fiebre).
4. En caso que la sospecha se de en el lugar de trabajo se debe mantener accesibles elementos de protección respiratoria para uso del afectado.
5. Destinar zonas de permanencia del afectado (aislado).
6. Comunicar inmediatamente al servicio de emergencia a los efectos de coordinar traslado. Sujeto al “protocolo de manejo clínico de los casos sospechosos o confirmados de COVID19” del MSP.
7. En ambas situaciones se debe mantener comunicación con el afectado o familiar referido para conocer los resultados de la sospecha.
8. Informar a RRHH y al Servicio de Prevención y Salud en el trabajo.

CONSIDERACIONES FINALES

Tercerización

Se debe solicitar a las empresas subcontratadas los Planes de prevención frente al COVID-19, para conocer si los mismos están alineados a lo establecido en el presente Protocolo e indicaciones del MSP, MTSS entre otros. Asimismo, que el Plan de prevención es difundido a los trabajadores propios.

Procedimientos de trabajo

Las empresas deberán incorporar el presente Protocolo a la documentación que poseen, y actualizar a las buenas prácticas del momento.

Capacitación

Se deberá transmitir el contenido de este Protocolo y sus anexos a todos los trabajadores expuestos, mediante instancias de formación e información, como también recomendaciones del MSP. Contar con la señalización detallada. Estas actividades deben estar coordinadas con la Comisión bipartita.

Asistencia Psicológica

A los efectos de que los trabajadores cuenten acompañamiento psicológico ante la presente emergencia sanitaria, se entiende conveniente contar con asistencia psicológica para dar abordaje a las emociones y conflictos interpersonales del ámbito laboral. Por lo que se deberá definir un Líder y los medios de comunicación para contactarlo.

BIBLIOGRAFÍA

- MSP: COVID-19 - Medidas de prevención y control. Actualizado al 09/03/2020.
- Cartillas de aislamiento MSP.
- Resolución N°54 – MTSS: establece y dispone recomendaciones para la prevención del COVID-19 en el trabajo.
- Norma internacional ISO 45.001:2018.
- <https://www.gub.uy/ministerio-trabajo-seguridad-social/institucional/normativa/resolucion-54020-conassat-coronavirus-covid-19>
- <https://www.rae.es/>
- <https://www.mscbs.gob.es/>

- <https://www.paho.org/es/infografias>
- <https://www.msobs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>

CONCLUSIONES

El presente protocolo debe ser actualizado cada vez que surjan nuevas evidencias científicas en concordancia con las autoridades Nacionales para evitar la transmisión del virus.

Si bien se han mencionado tareas que se realizan en la vía pública y edificaciones privadas, desde el enfoque de la Prevención, para reducir los riesgos de infección es necesario disminuir, suspender y reprogramar las tareas que generen exposición con terceras personas las cuales pueden estar infectadas o tener sintomatología por COVID-19. La planificación de tareas (semana, día y horario) es una medida para reducir la exposición con terceras personas. En caso que no se puedan suspender las tareas, se deberá adoptar las demás medidas detalladas en el presente Protocolo.

Esta documentación debe ser evaluada por la Empresa, Comisión de seguridad, Servicio de prevención y salud en el trabajo y cualquier persona interesada en la prevención de riesgos laborales; para que entre todos puedan coordinar los mecanismos necesarios en la puesta en práctica del presente Protocolo, como también, modificar aspectos que crean convenientes realizar.



Elaborado por Asesoría SYSO
Ing. T.P. Nicolás Fernández Fajardo
Matrícula N°593.