

Medidas de protección por el Covid-19

Objetivos

→ Protección de la salud

El presente documento tiene como objetivo prioritario proteger de manera eficaz del contagio por SARS-CoVid-19 a las personas que trabajan en las mismas instalaciones operativas. Es importante señalar que las medidas de protección requeridas superan el marco de estas instalaciones, ya que muchos contagios se producen dentro del ámbito privado (véanse a este respecto las recomendaciones para el ámbito privado). De todas formas, una empresa también tiene que gestionar estos casos para proteger a todos los empleados.

→ Seguridad y tranquilidad para la plantilla

La inseguridad y la preocupación han sido una constante durante esta pandemia. Se puede aportar seguridad y tranquilidad mediante una estrategia clara en cuestión de medidas de protección y procedimientos de actuación en casos sospechosos o positivos; su aplicación rápida y efectiva puede aplacar los temores existentes. Estas actuaciones pueden ser muy relevantes para lograr un buen clima de trabajo, y en especial en lo referente a la aplicación por parte de la dirección de todas medidas e instrumentos disponibles de carácter preventivo.

→ Protección para evitar el cierre de la actividad

Las siguientes recomendaciones se basan en planes de higiene contra el coronavirus que ya han demostrado su eficacia en nuestros laboratorios, además de haberse acreditado en los casos sospechosos y en los casos de empleados con resultados de test positivo por contagio en el ámbito familiar. Esta estrategia ha impedido en estos casos el contagio de compañeros, y además ha servido para aportar información fiable a las autoridades competentes, eximiéndoles de la necesidad de aplicar las medidas consiguientes y evitando de manera efectiva el cierre de la actividad como medida preventiva, o incluso como medida de emergencia.

→ Contribución a la superación de la pandemia

Esta estrategia tiene que servir para intensificar la toma de conciencia sobre los riesgos y para aumentar la aceptación de las medidas. Por ello hay que reincidir

una vez más en las medidas básicas que se han de aplicar en todas las áreas, haciendo asimismo recomendaciones para el ámbito privado.

La estrategia mediante *tests* es fácil de aplicar y de máxima efectividad, constituyendo una contribución esencial a la superación de la pandemia.

Igual de importante es explicar a los empleados los riesgos del coronavirus, así como la eficacia de las medidas. Con mucho gusto atenderemos cualquier consulta sobre estos dos aspectos.

Vías de transmisión del virus:

1. **Directamente** por contacto sin protección entre personas, a través de secreciones respiratorias, sobre todo gotitas, en parte también núcleos de gotas (aerosoles), que se escapan al toser, estornudar o hablar en voz alta.
2. **Indirectamente** a través de las manos o de superficies contaminadas.

El riesgo de contagio alcanza su nivel máximo cuando aún no hay síntomas o éstos son menores. ¡Por eso son tan importantes las medidas de prevención!

Medidas básicas

Las medidas que se enumeran aquí son válidas en general para cualquier centro de trabajo. Su aplicación es clave para poder gestionar con éxito los riesgos.

Reglas fundamentales

- Mantener una distancia mínima de 1,5 m.
- Llevar puesta protección buconasal siguiendo las instrucciones de uso.
- Estornudar en la parte interior del codo, usar los pañuelos sólo una vez y si es posible desinfectarse las manos a continuación.
- Lavarse las manos con jabón, al menos durante 20 segundos, cada vez que se acceda a las instalaciones, al abandonarlas y después de usar el WC, fumar, comer, beber, estornudar, etc., así como desinfectarse las manos durante 30 segundos inmediatamente después.

Espacios interiores / Instalaciones

- ¡Fijar en los lavabos instrucciones para el lavado de manos!
- Limpieza frecuente de los lavabos; comprobación de que haya jabón y desinfectante disponibles.
- Para la desinfección hay que usar productos cuyo ámbito de acción sea de "actividad virucida limitada" (eficaz contra virus con envoltura). También pueden emplearse los productos con mayor eficacia contra los virus, como los de "actividad virucida limitada PLUS" o "virucida".
ATENCIÓN: Comprobar en la ficha de seguridad de los productos si contienen sales de amonio cuaternario. ¡Estos productos no deben usarse en ningún caso!
- En general, en los espacios interiores hay que garantizar la renovación del aire de manera suficiente mediante el suministro de aire fresco (por ejemplo, ventilando regularmente).

Contactos y visitas

- Realizar de forma telemática las reuniones, entrevistas de trabajo, etc., siempre que sea posible.
- Las reuniones presenciales que sean inevitables solo se pueden realizar en locales adecuados, guardando las distancias y garantizando la ventilación, la desinfección de sillas y mesas, etc.
- Controlar el acceso a las zonas con presencia de personal o mercancías.
- Las visitas a otras instalaciones, como por ejemplo para la toma de muestras o inspección, es posible si el visitante:
 - mantiene una distancia de separación de 2 m respecto a los empleados
 - lleva siempre puesta mascarilla y guantes en sus desplazamientos por la instalación.
 - usa un desinfectante conforme a las medidas aplicables.
- Hay que informar de las normas para visitas a las personas ajenas a las instalaciones antes de que accedan al almacén; las normas se han de facilitar por escrito.
- Hay que llevar un libro de registro de visitas.

Recomendaciones para el ámbito privado

- Mantenga, también en las tiendas y otros locales públicos, la distancia requerida con las demás personas; ¡atienda también las señalizaciones de distanciamiento!
- Lleve puesta la cobertura buconasal (“mascarilla”) donde sea obligatorio (por ejemplo en puntos de venta, en autobuses o en trenes).
- Atienda las normas locales para las actividades al aire libre (paseos, juegos, actividades deportivas): máximo número de personas, duración de la actividad, normas de distanciamiento.
- Si tiene que viajar, atienda las advertencias de viaje y las consiguientes normas en materia de *tests* y cuarentenas.
- ¡Evite salir de vacaciones y limite sus contactos a lo estrictamente necesario!

Medidas adicionales en función de la evaluación de riesgos

Estas medidas se han establecido a partir de la situación específica de la empresa y se han elaborado a través de una elaboración de riesgos.

- Señalización de las distancias mínimas de separación en el lugar de trabajo y en las vías de desplazamiento.
- División en turnos y/o grupos de trabajo **siempre con una plantilla fija**, a fin de proteger al máximo a los empleados en caso de infección.
- Escalonar los descansos, los inicios de turno y los cambios de turno (mantener una separación de los equipos), ¡realizar una supervisión activa!
- Evitar puestos de trabajo cara a cara.
- Instalar paneles anti-salpicaduras donde haya tránsito de público.
- Formación del personal en otros puestos de trabajo para cubrir las bajas de personal.
- Ventilar cuando lo indique el semáforo de CO₂.
- En los locales en los que trabajen varias personas instalar equipos de renovación de aire con suministro de aire fresco (al menos 6 operaciones de renovación de aire por hora) que estén permanentemente conectados.
- No se usarán aparatos de aire acondicionado sin suministro de aire fresco.
- Instalar purificadores de aire con filtros H14 en las salas de reuniones y en los recintos en los que haya varias personas trabajando y que no dispongan de aparatos de renovación de aire.
- En lugares bien visibles repartidos por todo el edificio se han colocado dispensadores de desinfectante para las manos.
- Las franjas de descanso se distribuirán para que en las salas a tal efecto haya el menor número de personas posible a la vez. Se permitirá comer también en los puestos de trabajo en la oficina, si es posible.

Protocolo en caso de casos sospechosos o positivos: estrategia proactiva mediante tests

La estrategia que describimos aquí se basa en un test PCR de SARS-CoV-2. La correspondiente toma de muestras se realiza en forma de test de gárgaras, sobre el terreno, y sin necesidad de personal médico especializado. Al realizarla hay que seguir las instrucciones de manera estricta.

Hay que tener en todo momento disponible una reserva suficiente de kits de muestreo para el test PCR de gárgaras.

Hay que implantar normas relativas a la transmisión de resultados, a su gestión y a la iniciación de las medidas consiguientes. Recomendamos que se nombre una persona encargada procedente del Departamento de Personal o de Seguridad en el Trabajo.

Laboratorio

Al elegir el laboratorio hay que tener en cuenta que su capacidad disponible sea suficiente, que se asigne exclusivamente personal con formación académica especializada y que no se mezclen muestras entre sí (cada paciente recibe su propio análisis de PCR para evitar falsos resultados negativos).

Es por eso que Analytica Alimentaria colabora exclusivamente con el laboratorio Friedle GmbH, sito en Tegernheim de Ratisbona (Alemania).

En el Anexo 1 encontrará información más precisa y las instrucciones correspondientes.

Modo de proceder con personal con síntomas

- Medición inmediata de la fiebre sin contacto (a partir de $T > 37,5^{\circ}\text{C}$ se considera síntoma de fiebre).
- Aislamiento de la persona.
- Desinfección del lugar de trabajo directo.
- Realización del test de gárgaras.
- Realización de las gárgaras en presencia de otra persona como testigo, previo consentimiento de la persona afectada.
Documentar, dado el caso, el test, grabándolo en vídeo hasta el sellado de la bolsa de muestreo.
- Envío de la muestra al laboratorio con la correspondiente señalización como pedido urgente.

- Disponer la salida de las instalaciones de forma ordenada, evitando el contacto con el resto del personal; dado el caso, disponer una visita al médico.
- Prescripción de someterse a auto-cuarentena hasta disponer del resultado de la prueba o de otro certificado médico u oficial.

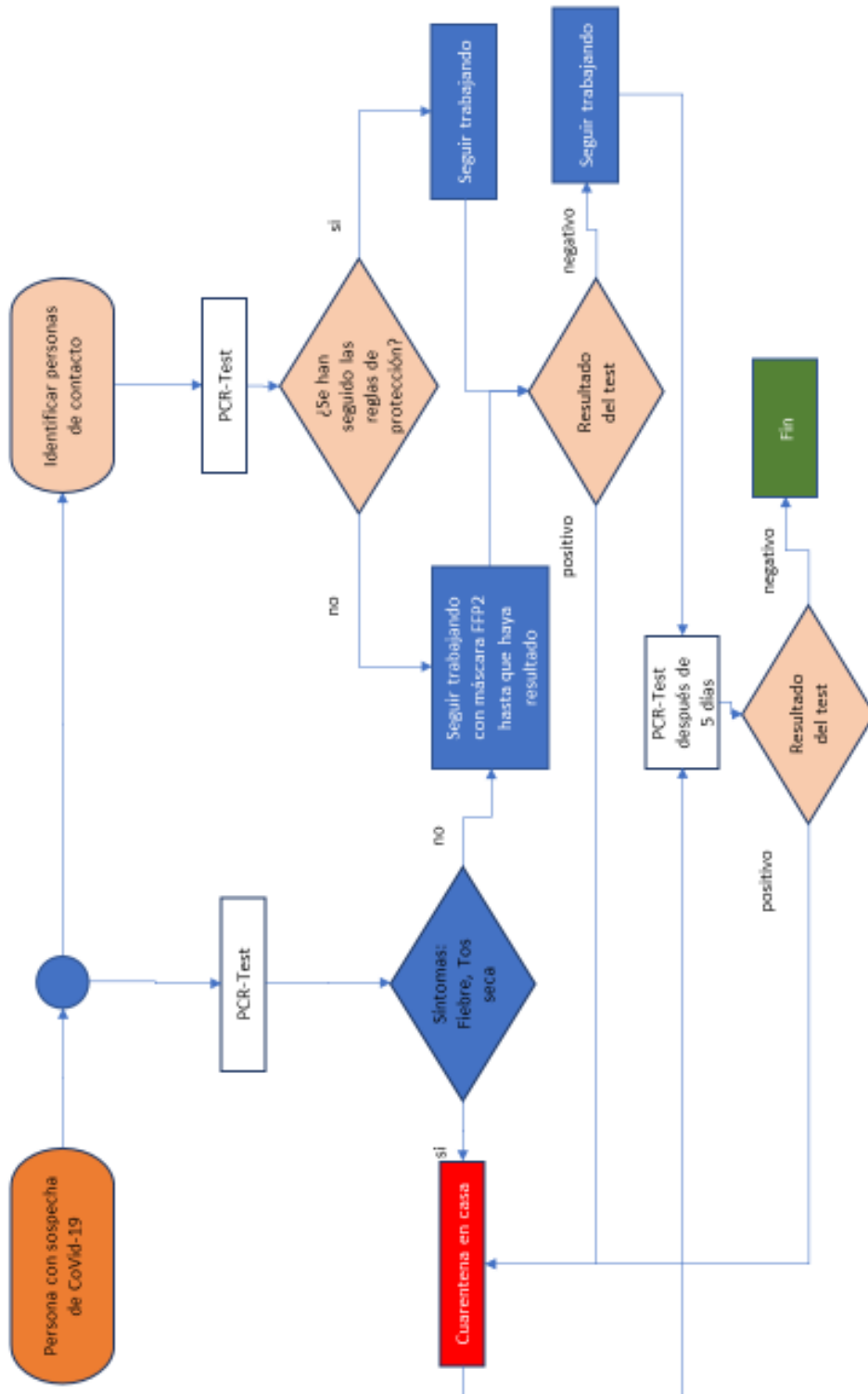
El personal en cuyo entorno más próximo haya algún caso concreto de la enfermedad o alguna persona con resultado positivo en la prueba:

- ¡No acudir al trabajo! (en caso de posibilidad, teletrabajar).
- Si la persona ya se encuentra en el trabajo, proceder del mismo modo que en caso de personal con síntomas.
- Si la persona está en casa, disponer el *test* de coronavirus mediante gárgaras.
- Realizar las gárgaras en presencia de otra persona como testigo (Facetime, Teams, etc.), previo consentimiento de la persona afectada, documentar dado el caso el test grabándolo en vídeo hasta el sellado de la bolsa de muestreo.
- Envío de la muestra al laboratorio con la correspondiente señalización como pedido urgente.

En el caso de un empleado con resultado positivo en el *test*:

- Identificar a las personas de contacto en su entorno de trabajo inmediato, y dado el caso disponer que realicen un *test* de gárgaras.
- Debido a que con la aplicación de las medidas básicas y –dado el caso- adicionales antes descritas se hace muy improbable el contagio, los empleados de su entorno de trabajo pueden proseguir con su actividad, siempre que no presenten ningún síntoma.
- ¡Si hace falta, disponer más medidas de cuarentena o pruebas analíticas tras evaluar los resultados!
- **¡Comunicación proactiva del plan de medidas y del protocolo en casos sospechosos o positivos a las autoridades competentes!**

Diagrama de flujo de la evolución de un caso sospechoso



Protocolo: caso sospechoso de infección por coronavirus

a aplicar a retornados de viajes, o en caso de síntomas o de contacto con personas infectadas

Fecha:	
Persona afectada:	
Departamento:	

- Retornado de viaje: _____
- de la zona de riesgo: _____
- Contacto: _____
- Síntomas: _____

Medidas:**Medición de fiebre sin contacto. Temperatura °C: _____**

Hora _____ Firma: _____

El empleado/a ha abandonado las instalaciones después del test.

Hora _____ Firma: _____

Consta resultado del test PCR: positivo negativo

Hora _____ Firma: _____

Personas de contacto cat. 1 (≅ 15 min contacto cara-a-cara) identificadas, testadas y dispuestas en cuarentena.

Hora _____ Firma: _____

Personas de contacto cat. 2 (≅ misma sala sin contacto cara-a-cara) identificadas y toma de muestras, llevan una mascarilla FFP2.

Hora _____ Firma: _____

Personas de contacto identificadas: