



ASISTENCIA TÉCNICA AL PROGRAMA
“ACCESO AL EMPLEO A TRAVÉS DE LA MEJORA DE LAS HABILIDADES LABORALES Y EL
FOMENTO EMPRESARIAL EN HONDURAS” (EURO EMPLEO)
LA/2019/412-746

**MODULO 2: MANUAL DE BIOSEGURIDAD POR MOTIVO
DE LA PANDEMIA COVID-19 PARA EL SECTOR
COMERCIO.**

MCP05: APOYO PARA LA CONTENCIÓN DE LA COVID-19 Y ACTIVAR DE LA ECONOMÍA A
TRAVÉS DE LA APLICACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS EN LAS EMPRESAS PARA EL
CUMPLIMIENTO ESTRICTO Y EFECTIVO DE LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD Y SALUD
OCUPACIONAL

Fecha de elaboración producto ejemplo:
Julio de 2020

Asistencia Técnica implementada por:

IDOM  **involas**



Este documento fue realizado con la contribución de la Unión Europea. Su contenido es exclusiva responsabilidad de sus autores y no necesariamente refleja los puntos de vista de la Unión Europea.

Tabla de contenido

<u>Introducción</u>	48
<u>Presentación</u>	50
<u>UNIDAD 1 Generalidades de la COVID-19</u>	51
<u>Unidad 1</u>	52
<u>Generalidades de la COVID-19</u>	52
<u>1.1 Antecedentes</u>	52
<u>Guía de lectura</u>	56
<u>Unidad 2 Medidas generales de bioseguridad para la prevención de COVID-19 en los centros de trabajo</u>	57
<u>Unidad 2 Medidas generales de bioseguridad para la prevención de la COVID-19 en los centros de trabajo</u>	58
<u>1.1. Medidas generales para la prevención de la COVID 19 en las empresas comerciales</u>	58
<u>Guía de lectura</u>	63
<u>UNIDAD 3 Pautas y procedimientos específicos de bioseguridad para la prevención de la COVID-19 en las empresas comerciales</u>	64
<u>3.1. Pautas y procedimientos de bioseguridad para las empresas comerciales</u>	64
<u>Unidad 3 Pautas y procedimientos específicos de bioseguridad para la prevención de la COVID-19 en las empresas comerciales</u>	65
<u>3.1. Pautas y procedimientos de bioseguridad para la prevención de la COVID-19</u>	65
<u>Guía de lectura</u>	78
<u>Glosario de términos</u>	79
<u>Referencias bibliográficas</u>	83
<u>ANEXOS</u>	85

Introducción.

Le corresponde a la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social la inspección y evaluación de los centros de trabajo, así como velar por el cumplimiento a la legislación y normativa laboral nacional en materia de prevención sobre seguridad y salud de los trabajadores; de manera especial, lo previsto en el Código de Trabajo, Reglamento General de Medidas Preventivas de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales y la Ley de Inspección de Trabajo, de igual manera contemplar el cumplimiento de la normativa y recomendaciones de los Organismos Internacionales relacionados con la seguridad y salud en el trabajo, como la Organización Internacional del Trabajo (OIT), Organización Mundial del Trabajo (OMT), y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

Es por ello, que en la colaboración de la Asociación Hondureña de Medicina del Trabajo y Salud Ocupacional ASOHMET, el Centro de Investigación y Desarrollo en Salud, Trabajo y Ambiente (CIDSTA) de la Facultad de Ciencias Médicas UNAH y la Maestría en Gestión de la Salud, Seguridad y Ambiente en el Trabajo de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras (UNAH), y en aprobación con la Secretaria de Salud, Agencia de Regularización Sanitaria, Secretaria de Seguridad Policía Nacional de Honduras, y la industria a la cual representa se elabora el Protocolo General de Medidas Preventivas para el COVID-19 (SARS-CoV-2) en trabajadores, organizaciones económicas y sistemas de trabajo, el cual, tiene un alcance nacional con objeto de disminuir las consecuencias de la propagación e infección por SARS-CoV-2, en la población trabajadora del país mediante la implementación de un conjunto armonizado de medidas de prevención y control del virus.

Para los efectos de aplicación de este protocolo, se entenderán como medidas de prevención en los centros y lugares de trabajo todas aquellas que permitan el cumplimiento de los siguientes objetivos:

- a) Garantizar la seguridad y salud de los trabajadores en todas las actividades económicas y en todas las organizaciones, centros y lugares de trabajo.
- b) Garantizar el desarrollo de programas permanentes de seguridad y salud en el trabajo, encaminado a proteger y mantener la salud de los trabajadores y el adecuado funcionamiento de sus actividades.
- c) Observar en las actividades industriales, las disposiciones legales referentes a normas y medidas de seguridad y salud aplicables.
- d) Adoptar medidas apropiadas para informar, proteger, fomentar y promocionar la salud de los trabajadores en las organizaciones, centros y lugares de trabajo; difundiendo entre los trabajadores los instructivos y las medidas de prevención y control que se emitan y adopten sobre la COVID-19.
- e) Realizar programas de capacitación sobre los riesgos a los que se encuentra expuestos los trabajadores en las organizaciones, centros y lugares de trabajo, haciendo énfasis en las medidas de prevención y control biológicas.

- f) Cumplir las disposiciones de este protocolo, así como las normas, reglamentos, manuales e instructivos que se creen para la prevención de la COVID-19.
- g) Utilizar y mantener activos los sistemas y programas de seguridad y salud en el trabajo, utilizados para la prevención de riesgos profesionales, en especial los biológicos.
- h) Mantener comunicación permanente con el Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (SINAGER), la Secretaría de Salud, el Instituto Hondureño de Seguridad Social, la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social, hospitales y clínicas públicas y privadas para establecer y aplicar las medidas preventivas para el cuidado de la seguridad y, en especial, las relacionadas con la COVID-19.
- h) Establecer los mecanismos de comunicación necesarios con las instancias públicas y privadas, que garanticen la participación activa y efectiva en las estrategias de vigilancia en salud y epidemiológica, nacional e internacional.

Es importante señalar, que las repercusiones de la pandemia y, especialmente, de una de sus más importantes medidas epidemiológicas, que es el aislamiento social, a través del confinamiento (cuarentena), tiene consecuencias considerables y un alto impacto en la economía. Desde los altos costos para suplir las necesidades en salud, y la paralización parcial o total de la actividad productiva y de servicios, que afecta desde las empresas formales hasta las actividades de la economía no formal, que en el país representa alrededor del 70 % de los trabajadores.

Como consecuencia, un alto porcentaje de los 4 millones de personas ocupadas en el país se encuentra o encontrará en una alta probabilidad de perder sus ocupaciones laborales o que estas se vuelvan más insalubres, inseguras y hasta precarias.

Es por ello por lo que la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social (STSS), cumpliendo su función de velar por la salud de todos los trabajadores a nivel nacional, reconoce la importancia de brindar asesoría y apoyo a trabajadores, organizaciones, centros de trabajo a enfrentar los inmensos retos que significa garantizar el equilibrio entre la salud y el trabajo.

Este protocolo, se ha preparado en un corto tiempo, por lo que se agradece de manera especial, a la Delegación de la Unión Europea en Honduras, quien mediante el programa EUROEMPLEO apoyó decididamente este esfuerzo de gran valor científico y técnico.

Presentación.

Desde hace mucho tiempo, el comercio es una actividad que el ser humano ha realizado, desde que comprendió que no todo lo que necesitaba podía ser producido localmente y que, entonces, era necesario intercambiar productos propios por aquellos que le interesaban. Así, una comunidad que se especializaba en la cosecha de determinados alimentos, podía obtener otro tipo de productos o alimentos de otras regiones a partir del intercambio en partes o valores iguales de un producto propio.

Entendido como una de las actividades económicas más importantes del ser humano, el comercio es aquel que le permite no sólo adquirir productos que no se producen localmente (así como también vender los que sí se producen en el ámbito propio) si no que además es la actividad económica que le permite al ser humano entrar en contacto con otras sociedades, conociendo elementos propios de otras culturas.

En la actualidad las empresas comerciales son aquellas actividades económicas organizadas que se dedican a la compra y venta de productos, que bien pueden ser materias primas o productos terminados; las empresas comerciales cumplen la función de intermediarias entre los productores y los consumidores y no realizan ningún tipo de transformación de materias primas. Las empresas de este sector presentan algunas características propias, entre las principales podemos mencionar las siguientes:

- No fabrican bienes terminados ni extraen materia prima.
- Son las intermediarias entre las empresas industriales y el consumidor final.
- Generalmente, prestan servicios de mantenimiento y reparación de los productos que comercializan.
- Buscan satisfacer la demanda del consumidor.
- Fomentan el movimiento comercial que la economía necesita para crecer.
- En ocasiones, se encargan de la distribución de los productos al consumidor final.

Las empresas comerciales tienen un aporte importante dentro de la economía del país, de acuerdo con datos de un estudio elaborado por el Programa de Naciones Unidas, los empleos directos generados por el subsector de comercio mayorista, según estimaciones del BCH (2011) en el año 2010, ascendieron a 477,000; y los empleos indirectos a 800,000, por derivación del sistema de venta en cascada.

En este módulo, se establecen los lineamientos que deberán cumplir las empresas pertenecientes al sector comercio, en temas relacionados a la adecuación de sus procesos e instalaciones en general, para garantizar ambientes de trabajo saludables y seguros, esto con el fin de prevenir contagios y la propagación de la COVID-19.

UNIDAD 1 | Generalidades de la COVID-19.

La COVID-19 es una enfermedad infecciosa ocasionada por el virus recientemente descubierto llamado SARS CoV-2, el brote de la enfermedad se registró en diciembre del año 2019, y tuvo lugar en la ciudad de Wuhan, China, sin embargo, a la fecha, esta enfermedad se ha expandido a nivel mundial, afectando grandemente la salud de las personas y la economía de los países en una escala global. Aún se desconoce cual es el origen del virus, y su cura, no obstante, médicos y expertos continúan las investigaciones en estos temas, pero, mientras llegan estas respuestas, la implementación de medidas de prevención son las herramientas necesarias para evitar el contagio y la propagación de esta enfermedad.

Los temas expuestos en esta unidad son:

1.1 Generalidades de la COVID-19. En este apartado se presenta información general de la COVID-19. Esta información que se extrae del Protocolo General de Bioseguridad, nos ayuda a realizar la introducción a los demás temas desarrollados en este módulo, es importante reforzar conocimientos básicos sobre la enfermedad, tales como, síntomas, formas de contagio, así como las recomendaciones básicas para detener la cadena de transmisibilidad, actuando en cada uno de los elementos que la componen, es decir en el agente, el medio y el huésped.

Objetivo de la unidad:

Presentar los aspectos más destacados de la COVID-19, así como las medidas para la detener la cadena de transmisibilidad en cada uno de los elementos que la componen.

Competencias:

Conoce los aspectos generales de la COVID-19 y las medidas para la detener la cadena de transmisibilidad, de manera que aplique los conocimientos para la evaluación de las medidas implementadas en los centros de trabajo, basándose en los protocolos de bioseguridad, logrando así mejorar su desempeño en las actividades e implementar las medidas para su protección en el ejercicio de su trabajo.

Unidad 1

Generalidades de la COVID-19.

1.1 Antecedentes.

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se conocen 7 coronavirus patógenos, que, por lo general, causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves. Los dos más conocidos por sus consecuencias sobre la salud, son los que provocaron las epidemias de Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS) en el 2002, con alrededor de 8096 muertes reportadas y un 10 % de letalidad y el Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (MERS) en el 2012, con alrededor de 2494 muertes y un 35 % de letalidad.

En diciembre de 2019, fue reportado en la ciudad china de Wuhan, un nuevo coronavirus, el SAR COV-2 que ha provocado que la OMS decrete la primera pandemia mundial por una enfermedad desde principios del siglo XX, en que se desarrolló la llamada Gripe española.

Las consecuencias de la pandemia, dependen de las características del SARS-CoV-2, incluyendo de la magnitud y eficacia de su propagación entre las personas, las formas clínicas de presentación de los casos y las medidas médicas, epidemiológicas, sociales, políticas, económicas, entre otras, que estén disponibles para controlar el impacto del virus. El SARS-CoV-2 representa una seria amenaza no solo para la salud individual, sino en especial para la salud pública, La probabilidad de enfermar dependerá, en gran medida, de la exposición. Por esta situación, se considera que para las personas en general, el riesgo puede ser bajo. Sin embargo, existirán personas con un mayor riesgo de infección, y en ese grupo, están las personas que trabajan, sus contactos más cercanos incluyendo sus familiares. Los datos sobre casos confirmados, muertes y tasa de letalidad por SARS-CoV-2, se modifican constantemente, y Honduras no es una excepción.

Las vías de transmisión, exposición y contagio del SARS-CoV-2, son en la actualidad suficientemente conocidas, por lo que las medidas para prevenir las mismas y evitar la enfermedad deben ser consideradas esenciales para el control de la pandemia.

Fases, síntomas y signos.

Las personas enfermas por SARS-CoV-2 presentan un periodo de incubación asintomático, pasado este período pueden presentar síntomas y signos de leves a moderados, la duración de la enfermedad es de aproximadamente 15 días. Existen evidencias que una vez eliminados los síntomas y signos y declarada la curación, la persona puede continuar transmitiendo el virus entre 7 y 14 días.

Fase	Tiempo (días)	Síntomas y signos
Replicación viral	1-7	Fiebre, cefaleas, diarrea, tos seca, mialgias y astenia
Fase pulmonar	7-10	Neumonía y atelectasias, tos seca/ productiva, disnea hipoxemia
Respuesta inflamatoria sistémica (severo)	>10	Síndrome de dificultad respiratoria aguda

Tabla 1: Cuadro fases y síntomas de la COVID-19.

Formas de trasmisión.

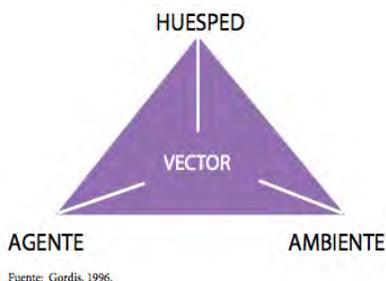
El más importante modo de trasmisión es de humano a humano. Según la evidencia actual, es probable que se transmita de las siguientes maneras:

- Por el aire, a través de las microgotas de Flügge, que son expulsadas por nariz y boca, al toser y estornudar, incluso al hablar. Las microgotas respiratorias > 5 micras son capaces de viajar distancias de hasta 2 metros.
- Por contacto personal cercano, como tocar o dar la mano a una persona infestada. Por contacto con objetos o superficies contaminados con el virus (fómites), tocarse la boca, la nariz o los ojos luego de tocarlos o manipularlos.
- Contaminación aérea o por aerosoles, que puede ocurrir durante la realización de procedimientos médicos.
- Por contaminación fecal – oral, en casos raros.

Triada epidemiológica.

La Triada Epidemiológica es el modelo tradicional de causalidad de las enfermedades transmisibles; en este, la enfermedad es el resultado de la interacción entre el agente, el huésped susceptible y el ambiente.

Esquema 1. Triada ecológica o epidemiológica



Fuente: Organización Panamericana de la Salud. Principios de epidemiología para el control de enfermedades (MOPECE). Disponible en: <https://www.paho.org/>

En el caso de la COVID-19, la triada ecológica o epidemiológica está constituida por:

Agente: es un agente biológico. Un virus de tamaño mediano, con envoltura y genoma ARN (+). Su tamaño y peso determina que su alcance en el aire, antes de caer y depositarse en objetos y superficies es como promedio de entre 1 y 2 metros, dependiendo de la fuerza y velocidad de la espiración, tos o estornudo y la altura de la persona.

Huésped u hospedero: cualquier humano.

Ambiente: cualquier ambiente donde esté presente y circule el virus. La exposición puede ocurrir en cualquier ambiente, donde existan personas infectadas. Los trabajadores pueden por lo tanto infectarse en muchos de los ambientes presentes en los centros y puestos de trabajo.

Medidas de control en los agentes que conforman la cadena epidemiológica

<i>Agente (Agente biológico)</i>	Ambiente (Cualquier ambiente donde circule el virus)	Huésped (Cualquier ser humano)
<i>Evaluación y control de la presencia del virus.</i>	Distanciamiento o aislamiento, manteniendo las distancias de seguridad recomendadas entre personas (entre 1,5 y 2 metros). Evitar contactos entre personas. Evitación de contacto con objetos o superficies de forma innecesaria. Lavado y desinfectado de objetos o superficies de manera frecuente	Determinación de personas con factores de riesgo, y proceder según disposiciones de la organización o centro de trabajo. Determinación y aislamiento de sospechosos y enfermos (cuestionarios autoadministrados, entrevista epidemiológica, entrevista médica, examen médico, exámenes complementarios como PCR o pruebas de anticuerpos). Comunicación y sensibilización (medios didácticos como murales, carteles, avisos) sobre las medidas de protección y prevención. Educación y formación sobre las medidas de protección y prevención.

	<p>Creación y fortalecimiento de competencias sobre bioseguridad y gestión de riesgos biológicos .</p> <p>Comunicación y sensibilización (medios didácticos como murales, carteles, avisos) sobre la necesidad de utilizar los servicios de salud, ante la sospecha de síntomas o signos de la COVID-19.</p> <p>Creación y fortalecimiento de hábitos de higiene (formas adecuadas de estornudar y toser, lavado de manos, manipulación de equipos de Protección Personal (EPP), cambio frecuente y lavado de la ropa). Entrega y uso de los EPP necesarios adecuados, según el puesto de trabajo</p> <p>Distanciamiento o aislamiento, manteniendo las distancias de seguridad recomendadas entre personas (entre 1,5 y 2 metros).</p>
--	---

Tabla 2: Medidas para romper la cadena de transmisibilidad o cadena epidemiológica.

Guía de lectura.

Unidad 1

La **Guía de lectura**, le permitirá evaluar su comprensión de los temas desarrollados, es importante la consulta del documento: **Protocolo de bioseguridad por motivo de la pandemia COVID-19 para centros de trabajo**, ya que en él encontrará información más extensa y detallada sobre los contenidos en esta unidad.

Estas preguntas buscan en su mayoría incentivar la participación y comprobar el conocimiento y muchas de ellas persiguen conocer su opinión, nunca podrá ser como un monosílabo, tal como "SI" O "NO", sino que deberá contener además una explicación razonada que justifique tal opinión. La contestación de las preguntas deberá hacerse de manera estrictamente **individual**.

1. ¿Qué es un coronavirus?
2. ¿Cuáles son las principales formas de transmisión de la COVID-19, y qué medidas se debe aplicar para evitar el contagio?
3. ¿Es posible contagiarse de COVID-19 por contacto con una persona que no presente ningún síntoma?
4. ¿Qué hábitos de higiene cree que deben reforzarse en los trabajadores para prevenir el contagio y la propagación de la COVID-19?

Unidad 2 | Medidas generales de bioseguridad para la prevención de COVID-19 en los centros de trabajo.

Las medidas preventivas son todas aquellas acciones que buscan proteger eficazmente la vida y salud de los trabajadores, minimizando, controlando o eliminando riesgos que han sido identificados previamente en el ambiente laboral. Existen ciertas medidas de prevención que se deben poner en práctica al interior de las organizaciones para evitar el riesgo de contagio por COVID-19. No obstante, para garantizar su aplicación y eficacia es fundamental la coordinación y compromiso entre los actores claves de la organización de la salud y la seguridad en el trabajo ya que, de esta manera, se logra que estas acciones sean parte de una cultura de prevención que las empresas deben generar en sus trabajadores.

En el desarrollo de esta unidad se presentan las medidas generales de bioseguridad que deberán aplicar las empresas. Para facilitar la comprensión y aplicación de este tema, se incluye un cuadro sinóptico donde se presentan las medidas segregadas por sector.

Los temas a desarrollar en esta unidad son:

2.1. Medidas generales para la prevención de la COVID-19 en las empresas comerciales.

Este tema, comprende las medidas que deberán aplicar las empresas cuya actividad económica es el comercio, estas medidas han sido elaboradas bajo el esquema de procesos, por lo que están adaptadas a las actividades de las organizaciones pertenecientes a esta división. Estas medidas se dividen en: formación e información, distanciamiento social y asilamiento, normas de etiqueta respiratoria, lavado de manos, limpieza y desinfección de superficies, manipulación y uso de equipo de protección personal, funcionamiento de sistema de salud y vigilancia epidemiológica.

Objetivo de la unidad:

Presentar las medidas generales de bioseguridad para la prevención de la COVID-19.que deberán ser aplicadas en los centros de trabajo del sector comercio.

Competencias:

Conoce las medidas generales que deben aplicarse en las empresas comerciales para la prevención de la COVID-19, con el fin de verificar su implementación en los centros de trabajo del sector comercio, de acuerdo a los protocolos de bioseguridad elaborados por sector económico.

Unidad 2 | Medidas generales de bioseguridad para la prevención de la COVID-19 en los centros de trabajo.

Las medidas presentadas a continuación, son aplicables a las empresas comerciales y pueden ser ejecutadas independientemente de la actividad específica a la que se dediquen, estas medidas están divididas en las siguientes categorías: formación e información, distanciamiento social y asilamiento, normas de etiqueta respiratoria, lavado de manos, limpieza y desinfección de superficies, manipulación y uso de equipo de protección personal, funcionamiento de sistema de salud y vigilancia epidemiológica.

1.1. Medidas generales para la prevención de la COVID 19 en las empresas comerciales.

A continuación, se detallan las medidas que deberán aplicar las empresas comerciales, con el fin de prevenir el contagio de COVID-19 en trabajadores y terceros.

1.1.1. Formación e Información.

La información y la formación, son elementos esenciales de la actividad preventiva, la meta de la información y la formación es la de lograr una cultura preventiva que facilite la integración de la prevención en todas las actividades y decisiones de la organización.

A continuación, se establecen medidas destinadas a concientizar, formar e informar a los trabajadores sobre los riesgos de contagio por COVID-19 en el ambiente de trabajo y las medidas que deberán aplicar para su protección.

- Se deberán crear campañas de sensibilización sobre el manteniendo de las distancias de seguridad recomendadas entre personas (entre 1,5 y 2 metros).
- Capacitar a todos los jefes, mandos intermedios y trabajadores sobre la enfermedad y los controles para su prevención.
- Realizar campañas de comunicación, divulgación y formativas relacionadas a la prevención de COVID-19 (lavado de manos, uso correcto del Equipo de Protección Personal (EPP), síntomas y signos, teléfonos de emergencia, etc.).
- Capacitación a los trabajadores de cafetería sobre manipulación de alimentos.
- Capacitación sobre los productos adecuados para el lavado y desinfección de las manos (agua y jabón, alcohol con glicerina, alcohol gel).
- Capacitación sobre el uso y manipulación (puesta y retirada) de los EPP.

1.1.2. Distanciamiento social y asilamiento.

El distanciamiento social, también llamado distanciamiento físico, es mantener la distancia entre las personas, es una de las medidas cotidianas para prevenir el COVID-19, y una de las mejores herramientas para evitar exponerse al virus y desacelerar su propagación a nivel local, nacional y mundial. Dentro de las medidas que podemos mencionar en esta categoría están:

- Creación de estrategias para el uso de lugares o áreas comunes, de reunión o concentración de personas.
- Distanciamiento o aislamiento, manteniendo las distancias de seguridad recomendadas entre personas de 1.5 a 2 metros.
- Evitar la acumulación de personas al momento de ingresar a las instalaciones.
- No saludar con la mano ni beso. Evitar contacto con sus compañeros.
- Permitir grupos adecuados de acuerdo a los metros cuadrados que disponen en los establecimientos de los centros de trabajo.
- Asignar actividades vía teletrabajo para aquellos puestos que no se requiera la presencia física y así evitar la acumulación de personal.
- En el tiempo de descanso y alimentación se deberá asegurar que los trabajadores no se agrupen, manteniendo la distancia de 1.5 a 2 metros.
- No compartir objetos personales.
- Establecer horarios con intervalos de 15 minutos para la salida del personal, de forma que se eviten aglomeraciones.
- Se deberá implementar turnos de toma de alimentos y/o refrigerios para evitar la concentración de personas.
- Al efectuar reuniones de trabajo o impartir charlas informativas, no deberán participar más de 10 personas, salvo cuando la naturaleza de la reunión no lo permita, manteniendo en todo momento el distanciamiento de 1.50 a 2.00 metros, en ningún caso, se recomienda exceder de 20 personas. Los lugares donde se desarrollan las reuniones deben de cumplir con las normas adecuadas de buena ventilación.

1.1.3. Normas de etiqueta respiratoria.

La etiqueta respiratoria son una serie de medidas a tomar en cuenta para evitar infecciones respiratorias en general. Dentro de estas podemos mencionar.

- Toser y estornudar cubriéndose la nariz y la boca con el ángulo interno del codo flexionado (fosa del codo o cubital).
- Utilizar pañuelos o toallas desechables, y desecharlos tras su uso.
- Depositar los pañuelos o toallas desechables en recipientes con este fin, con tapas de pedal.
- Evitar tocarse la nariz, la boca y los ojos de manera innecesaria.
- Lavarse y desinfectarse las manos antes y después de tocarse la nariz, la boca y los ojos.
- Lavarse las manos de manera frecuente, en especial cuando se han manipulado objetos o se ha tenido contacto con superficies.
- Conversar manteniendo distancias de seguridad (entre 1,5 y 2 metros), en especial cuando se realice con personas con síntomas respiratorios.
- Evitar entrar en contacto con personas sospechosas o con síntomas y signos respiratorios.

- Evitar lugares o espacios con aglomeraciones de personas.
- Informar y buscar ayuda médica si se presentan síntomas o signos respiratorios o si se ha estado en contacto directo con personas sospechosas o con síntomas respiratorios.
- Informar sobre la presencia de personas sospechosas o con síntomas respiratorios, en especial en organizaciones, lugares y centros de trabajo.
- No escupir en el suelo.

1.1.4. Lavado de manos.

El lavado de manos consiste en las técnicas adecuadas para asegurar la limpieza de las manos. Existen procedimientos establecidos, como el de la Organización Mundial de la Salud, que establecen lineamientos específicos para esta acción, sin embargo, dentro del contexto laboral, se deberá establecer lineamientos que se adapten a los procesos productivos de la organización, dentro de estas medidas podemos mencionar.

- El lavado y desinfección debe de ser frecuente, mientras desarrollan la actividad laboral. La frecuencia debe de ser establecida de acuerdo al tipo de actividad.
- Los productos para lavado de manos deben de ser suministrados por la persona responsable o el empleador. Los centros y puestos de trabajo deben contar con instalaciones para el lavado de manos que dispongan de agua y jabón, dispensadores de alcohol en gel o en glicerina.
- Desinfección de manos a través del lavado de manos, desinfección de zapatos para todo el personal que ingresa a las instalaciones (posta de seguridad) y esto es realizado a través de pediluvio o alfombra sanitaria sumergiendo la plantilla del zapato con productos químicos que garanticen la eliminación del virus.
- Mantener en las diferentes áreas de los centros y puestos de trabajo acceso a agua y jabón o dispensadores con gel alcohol base 70%.
- Todo personal a la hora de finalizar su actividad o labor debe desinfectarse.
- Hacer un lavado de manos con agua y jabón durante 20 a 30 segundos.

1.1.5. Limpieza y desinfección de superficies.

La limpieza y desinfección de áreas es una de las medidas básicas que se deben adoptar para la prevención de la COVID-19, se deberán establecer lineamientos sobre la periodicidad y sobre los métodos adecuados de limpieza y sanitación que garanticen áreas de trabajo seguras. Dentro de estas medidas podemos mencionar:

- Aseguramiento de una correcta limpieza de los objetos y las superficies.
- El procedimiento de limpieza y desinfección de objetos y superficies relacionados con el trabajador se realizará de acuerdo con la manera habitual de limpieza y

desinfección del centro de trabajo. Garantizando que la frecuencia esté relacionada con el uso de los mismos. Luego de la limpieza y desinfección los mismos deben de quedar sin humedad.

- Las superficies se deben limpiar con soluciones recomendadas por los organismos internacionales y comprobada su eficacia contra Sars-CoV-2.
- Desinfección con agentes químicos (arco o mochila de aspersión) para todos los vehículos como: Contenedores de carga, transporte de desechos, camiones que ingresan a las instalaciones, vehículos particulares.
- Lavado y desinfección de objetos o superficies de manera frecuente.

1.1.6. Manipulación y uso de equipo de protección personal.

Los elementos de protección con los que deberán contar los trabajadores, deberán cumplir con requisitos establecidos, en cuando a su uso, cuidados y descarte de los mismos, dentro de estas medidas se encuentran:

- Los EPP de un solo uso o los desechables, debe de ser eliminado bajo los estándares establecidos para evitar la contaminación cruzada de otros sitios, objetos, productos o superficies.
- Será obligatorio el uso de equipo de protección personal, antes de ingresar a las instalaciones.
- Se deberá garantizar la dotación necesaria del equipo de protección personal requerido y supervisar estrictamente su utilización.
- La utilización de EPP, es un requerimiento imprescindible para aquellas actividades económicas en las que se tenga contactos frecuentes y cercanos con personas. En especial, el personal de la salud, el personal de atención al cliente, el personal de comercios y puntos de venta y expendio.

1.1.7. Funcionamiento del sistema de salud.

La coordinación entre los agentes claves en la salud y la seguridad ocupacional debe ser una pieza clave en la prevención de la COVID-19, la Comisión Mixta de Seguridad e Higiene, así como los centros de atención de salud en las empresas y la alta dirección de las mismas, deben trabajar en conjunto para que los esfuerzos que se realicen, tengan mejores resultados. Dentro de esta categoría podemos mencionar los siguientes aspectos.

- En las organizaciones o centros de trabajo donde esté conformada y en funcionamiento la Comisión Mixta de Higiene y Seguridad, esta debe de jugar un rol fundamental durante la implementación de las medidas por la COVID-19. Es imprescindible que se establezcan un sistema de vigilancia y control sobre el acatamiento y el cumplimiento de todas las medidas, directrices, normas, orientaciones y otras que se dispongan dentro de la organización o centro de trabajo.

- Es necesario que las organizaciones o centros de trabajo que disponen de servicios de atención en salud, extremen las medidas de detección de sospechosos y enfermos. El personal de salud debe de estar debidamente capacitado para el abordaje de personas sospechosas o enfermos por COVID-19, según los protocolos y estándares establecidos en el país y en su defecto, en la organización o centro de trabajo.
- Mantener abastecidos los botiquines de los establecimientos conforme a lo establecido en el Reglamento General de Medidas Preventivas, Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales con el objetivo de limitar la saturación de las clínicas médicas (evitando la contaminación de pacientes sanos).

1.1.8. Vigilancia epidemiológica.

La vigilancia epidemiológica es una de las principales herramientas para conocer el comportamiento de las enfermedades en la población, en particular de las que tienen potencial epidémico y las que tienen factores de riesgo que son factibles de intervenir para prevenirlas e incluso eliminarlas, dado su impacto en la salud pública. En este segmento podemos mencionar las siguientes medidas.

- Si la organización o centro de trabajo dispone de un programa o plan de vigilancia, debe de considerar las medidas necesarias para adaptarlo a las regulaciones y orientaciones que garanticen la comunicación constante con las autoridades e instituciones responsables. Si la organización o centro de trabajo no dispone de estrategias de vigilancia, debe de garantizarse la comunicación constante con las autoridades e instituciones responsables. En todo caso, la organización o centro de trabajo debe mantener un mecanismo de comunicación directa para la notificación inmediatamente sobre la sospecha de casos.

Guía de lectura.

Unidad 2

La **Guía de lectura**, le permitirá evaluar su comprensión de los temas desarrollados, es importante la consulta de los documentos: **Protocolos de bioseguridad por motivo de la pandemia COVID-19 para el sector venta de artículos para el hogar**, **Protocolos de bioseguridad por motivo de la pandemia COVID-19 para ferreterías**, **Protocolos de bioseguridad por motivo de la pandemia COVID-19 para supermercados**, ya que en ellos encontrará información más extensa y detallada sobre los contenidos en esta unidad.

Estas preguntas buscan en su mayoría incentivar la participación y comprobar el conocimiento y muchas de ellas persiguen conocer su opinión, nunca podrá ser como un monosílabo, tal como "SI" O "NO", sino que deberá contener además una explicación razonada que justifique tal opinión. La contestación de las preguntas deberá hacerse de manera estrictamente **individual**.

1. ¿Cuáles son las categorías en las que se dividen las recomendaciones generales de prevención? Explique brevemente cada una de ellas.
2. ¿Cuál es la distancia mínima que deben estar separados los puestos de trabajo, para cumplir con la medida de distanciamiento social?
3. ¿Por qué es importante establecer un plan de comunicación, como medida para la prevención de la COVID-19?
4. ¿Qué obligaciones tienen las empresas, en relación al equipo de protección personal?

UNIDAD 3 | Pautas y procedimientos específicos de bioseguridad para la prevención de la COVID-19 en las empresas comerciales.

Las empresas comerciales, como lo indicábamos en la presentación de este módulo, cumplen con ciertas características que las hace diferentes a otras organizaciones, una de ellas es la particularidad del flujo constante de visitantes, los clientes. Esta característica es un factor importante al analizar el nivel de riesgo por exposición a COVID-19 de su fuerza laboral, ya que una de sus principales actividades será estar en contacto con las personas que necesiten en algunos casos, asesoría sobre los productos que desean adquirir o bien, cancelar los mismos.

Para el desarrollo de esta unidad, se ha segregado las empresas del sector comercio, así los sectores que se incluyen en este apartado son:

- Ferreterías
- Supermercados
- Cadenas de suministro

En esta unidad, abordaremos temas claves para alcanzar el objetivo de promover la seguridad y salud de los trabajadores ante los riesgos derivados de la COVID-19. Hasta el momento hemos destacado los aspectos más relevantes de la enfermedad y las medidas que deben aplicarse a nivel general para detener la propagación de la enfermedad. En esta unidad presentamos guías y procedimientos que deberán cumplir las empresas comerciales en los diferentes escenarios de la actividad laboral.

Los temas desarrollados en esta unidad son:

3.1. Pautas y procedimientos de bioseguridad para las empresas comerciales.

Este tema comprende las pautas y procedimientos que deberán aplicar las empresas comerciales, para asegurar la prevención del riesgo de contagio por COVID-19, este tema incluye aspectos esenciales sobre la organización en el trabajo, procedimientos previos al ingreso al centro de trabajo, pautas generales que se deberán aplicar en las instalaciones y las referentes a la protección de terceros y contratistas.

Objetivo de la unidad:

Presentar las pautas y procedimientos de bioseguridad que deberán ser aplicados específicamente para las empresas de la división comercio, para la prevención de la COVID-19.

Competencias:

Conoce las pautas y procedimientos de prevención que deben aplicarse para la prevención de la COVID-19 en los centros de trabajo de las empresas comerciales, con el fin de verificar su implementación, de acuerdo a los protocolos de bioseguridad establecidos para los sectores.

Unidad 3 | Pautas y procedimientos específicos de bioseguridad para la prevención de la COVID-19 en las empresas comerciales.

3.1. Pautas y procedimientos de bioseguridad para la prevención de la COVID-19.

Los siguientes procedimientos y pautas de bioseguridad, han sido diseñados de manera que sean aplicables a las actividades comunes en las organizaciones cuya actividad económica sea el comercio, estos consisten en una serie de lineamientos o guías que se deberán ejecutar en cada una de las actividades previas, al inicio de la jornada laboral, en áreas de atención al cliente y espacios comunes frecuentados por trabajadores y público en general. Así mismo, se presentan otras directrices relacionadas con la organización de la salud y seguridad que deberán estar presentes en las empresas con el fin de prevenir el contagio por COVID-19 en sus trabajadores y terceros.

En el contexto laboral del comercio, existen diferentes escenarios en los cuales se deberán proteger a los trabajadores del posible contagio por COVID-19, en este apartado encontrará aspectos generales sobre cada uno de estos.

3.1.1. Organización de la salud y seguridad.

El objetivo principal de la salud ocupacional es el de asegurar condiciones de trabajo que ofrezcan a los trabajadores de una organización, bienestar físico y mental. La presencia de la salud ocupacional en una organización es de vital importancia y su eficacia depende del compromiso de cada uno de los elementos que la componen. A continuación, se presentan las funciones y responsabilidades de cada uno de ellos para lograr los objetivos de prevención del riesgo por COVID-19.

Responsabilidades.

Gerencia General/de la Empresa, Recursos Humanos, la comisión mixta de higiene y seguridad, supervisores , jefes de sucursales áreas o departamentos.

- En general todos los agentes deberán velar por el estricto cumplimiento de este protocolo, definir las nuevas estrategias de acuerdo a la necesidad y actividades en las diferentes instalaciones durante todo el tiempo que esté en vigor la emergencia sanitaria por el COVID-19.
- La empresa deberá proporcionar a todos sus trabajadores de manera gratuita el equipo de protección para evitar el contagio del COVID-19, así mismo brindará las facilidades necesarias para el lavado y desinfección de manos.
- Deberá establecer mecanismos de supervisión de las operaciones de desinfección y aseo a fin de verificar que se cumplan los procedimientos adecuados y se cuente con los insumos correspondientes para efectuar dichas tareas.

Equipo médico:

Las empresas que cuenten con el servicio médico dentro del centro de trabajo deberán seguir las siguientes recomendaciones.

- El personal de salud deberá portar todos los equipos de protección personal de bioseguridad adecuados.
- Brindar capacitación al personal de la empresa, a su vez asegurarse de que departamento médico reciba capacitación del IHSS.
- Mantener comunicación con el Instituto Hondureño de Seguridad Social para conocer el comportamiento e incidencia de la enfermedad, cantidad de casos positivos, nuevas medidas preventivas y para establecer un vínculo de apoyo en caso necesario.
- Solicitar información al IHSS sobre el estado de los trabajadores en cuarentena con posibles síntomas de contagio e informar de los casos de personal con sospecha o que hayan dado positivo y su evolución.

Todos los trabajadores.

La seguridad es responsabilidad de todos, por ello, es indispensable la concientización y el apego a las normas por parte de todos los trabajadores, los cuales deberán tomar en cuenta las siguientes medidas.

- Cumplir con todas las medidas y procesos establecidos por la empresa para su propia bioseguridad descritas en el presente protocolo.
- Reportar al personal médico cualquier cambio en su estado de salud y del de sus compañeros de trabajo.
- El trabajador tendrá la obligación de observar las normas de bioseguridad que dicte la empresa y las autoridades de salud.
- Los trabajadores de las empresas sujetas al presente protocolo de bioseguridad, están obligados al cumplimiento de las medidas preventivas y de higiene contenidas en el mismo; el incumplimiento de las normas que devienen obligados a observar dará lugar a la sanción establecida en el artículo 112 literal i) del Código del Trabajo, relacionada con el literal l) del mismo artículo y con el artículo 97 literal i) del citado Código.

3.1.2 Procedimientos generales.**Procedimientos referentes al transporte de personal.**

Estos procedimientos aplican, para los centros de trabajo que tengan servicio de autobuses contratados. Las empresas que cuenten con este servicio deberán asegurar la prevención por contagio de COVID-19 durante el trayecto de la vivienda al trabajo y viceversa. Cada centro de trabajo deberá crear una Guía de Limpieza Estandarizada y un Plan de Limpieza de

acuerdo con sus necesidades, a efectos de mantener las unidades bajo el mayor control de desinfección.

Como directriz general, los centros de trabajo deberán acatar las instrucciones de las autoridades de salud relativas al transporte del personal a efecto de garantizar la cantidad de personas recomendadas por autobús y las condiciones especiales, esto con fin de evitar el contagio por COVID-19. Se deben nombrar monitores en cada unidad de transporte para que realicen las siguientes actividades:

- Supervisión de limpieza de los autobuses.
- Entrevista al conductor a efectos de confirmar que la unidad de transporte haya sido desinfectada.
- Realizar la vigilancia de los trabajadores que aborden, supervisar el uso de mascarillas y aplicar gel a los mismos.
- Observar el distanciamiento social en el interior de las unidades de transporte

A efectos de lo anterior se debe capacitar a los concesionarios y motoristas en la Guía de Limpieza Estandarizada y en el Plan de Limpieza establecido por cada centro de trabajo.

Procedimientos para entrada y salida a la vivienda.

Es importante que el trabajador conozca y aplique las medidas de prevención de la COVID-19 en el centro de trabajo, sin embargo, es igual de importante la aplicación de estas medidas en su hogar, ya que con esto asegura su salud y también la de su familia. En ese sentido, se presentan algunos escenarios y medidas específicas de prevención.

1. Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante.
2. Colocar el EPP requerido (al menos mascarilla).
3. Establecer diferentes entradas para la salida y la entrada y respetar esa medida
4. de manera estricta.
5. Retirar los zapatos y realizar limpieza y desinfección en toda su superficie.
6. Retirar todos los objetos personales (celular, lentes, llaves, dinero) y realizar
7. limpieza y desinfección en toda su superficie.
8. Retirar, desinfectar y desechar o guardar los EPP utilizando las técnicas
9. adecuadas. En el caso de desechar EPPP como mascarillas o guantes, deben de seguirse las técnicas adecuadas. En el caso de guardar la mascarilla para ser reutilizada, debe de seguirse un estricto protocolo de seguridad.
10. Desvestir y colocar la ropa en un cesto con tapa para su lavado y desinfección.
11. Ingresar descalzo y sin ropa y dirigirse directamente a realizar una limpieza y desinfección corporal. Es importante que la higiene corporal, incluya el pelo.
12. Evitar el contacto con cualquier persona antes de que no esté garantizado que
13. su cuerpo está limpio y desinfectado.

Procedimientos para el ingreso para trabajadores al centro de trabajo.

Se deberán establecer procedimientos de bioseguridad para el ingreso del personal a las instalaciones de la empresa, de esta manera se previenen contagios al interior de la organización y se cuenta con lineamientos claros para la adecuada atención de los trabajadores enfermos. Las medidas aplicadas serán las siguientes:

1. Se deberá tomar la temperatura previa a la entrada de las instalaciones.
2. El control de temperatura se debe realizar mediante termómetro digital médico ya que evita el contacto físico, para determinar si presenta fiebre o no.
3. Si se presenta un trabajador con temperatura por encima de los 37.5 grados Celsius, se le debe aislar del resto de los trabajadores, guardando las medidas de bioseguridad adecuadas y brindar mascarilla e indicaciones de dónde acudir de acuerdo con el SINAGER.
4. Brindar logística para poder recibir atención médica en el caso que se amerite.
5. Todo trabajador debe notificar al centro de trabajo su condición (positivo confirmado, caso sospechoso o negativo) y presentar la documentación médica legal correspondiente.

Procedimientos de ingreso para clientes.

Para garantizar la entrada de clientes a las instalaciones, es importante seguir una serie de recomendaciones como las que se detallan a continuación.

- Se deberá limitar capacidad de ocupación en tiendas en base al tamaño de la misma.
- Limpiar de manera sistemática (solución desinfectante y papel toalla desechable) las manijas de cada carreta previo a que el cliente comience a hacer uso de ella.
- Desinfección matutina diaria, de todas las carretas existentes para hacer uso en el local.
- Señalización interna y externa para mantener el distanciamiento social.
- Dispensadores de gel a la entrada y salidas del punto de venta.
- Es necesario el uso de mascarillas para protección nasobucal.

El personal de atención al cliente que estará en la entrada de las sucursales deberá cumplir con las siguientes indicaciones:

1. Recibir respetuosamente al cliente, con el cuidado de guardar el distanciamiento adecuado.
2. Informar sobre las políticas y prácticas actuales sobre el ingreso a sucursales para evitar riesgos a la salud del cliente. .
3. El cliente deberá portar mascarilla adecuada, sin alteraciones que comprometan la seguridad de los trabajadores y demás clientes.

4. Toma de temperatura de acuerdo a medidas generales. Si el cliente presenta una temperatura por encima de 37.5oC, no podrá ingresar a la sucursal. En caso de que se solicite una nueva toma de temperatura, esta se realizará, de continuar con la misma temperatura, o mayor, se le indicará respetuosamente el no ingreso a la sucursal.
5. El ingreso es individual por cliente, no es permitido el ingreso de 2 o más personas juntas.
6. Presentar identificación para verificar permiso de circulación de acuerdo a las indicaciones nacionales emitidas por el SINAGER
7. Ofrecer gel desinfectante a cada cliente que se le permita el ingreso.

Procedimiento de ingreso para vehículos de carga y proveedores.

Para todo vehículo de carga y proveedores de productos, al llegar a las áreas de carga y descarga deberá de pasar por el siguiente procedimiento:

1. Al bajar de su transporte, el personal se dirigirá al punto de inspección guardando una distancia mínima de 1.5 a 2 metros entre cada uno.
2. En el punto de inspección se procederá a validar que cuenta con el equipo de protección personal (incluyendo mascarillas y guantes).
3. En el punto de inspección se procederá a tomar la temperatura a todo el personal que ingresen al punto de venta, oficina, centro de distribución.
4. Los visitantes, proveedores y contratistas deberán completar el cuestionario de control de visitas a instalaciones.
5. El personal que presente temperatura mayor a 37,5° C y/o síntomas sospechosos de COVID-19, serán remitidos en primera instancia al punto de control médico cuando aplique o a los centros establecidos por las autoridades de salud.
6. Antes de ingresar, los vehículos deberán ser rociados externamente con una solución desinfectante recomendada.
7. Si todo está acorde podrá ingresar a la empresa, si presenta síntomas no se permitirá el ingreso y se notificará al jefe inmediato o superior de la empresa de trasporte.
8. Se deberá reforzar las medidas higiénicas con visitantes frecuentes.

3.1.3 Pautas de prevención en las instalaciones físicas de los centros de trabajo.

Es importante la adecuación de los centros de trabajo para la prevención de la COVID-19, de manera que estos ofrezcan a los trabajadores y terceros, condiciones seguras para el desarrollo de las actividades. A continuación, se mencionan los requerimientos que deben cumplir en las áreas generales de trabajo.

Instalación de dispensadores de gel / Estaciones de desinfección.

Se deberá instalar estaciones de dispensadores con gel. Cada empresa debe definir los puntos estratégicos de las estaciones en base a la cantidad de entradas y sitios comunes de interacción, pero debe de incluir por lo menos:

- Entrada de personal y clientes
- Baños.
- Clínica/Consultorio médico (si existiera).
- Áreas de mayor flujo o contacto de personas o caja registradora.

Instalaciones generales para la atención al público.

- Se mantendrán abiertas las puertas principales en el punto de venta, el tiempo necesario en caso de que esto sea factible.
- El personal de aseo se enfocará en la desinfección de áreas de alta circulación al menos dos veces al día, siguiendo el procedimiento establecido por el centro de trabajo para tal fin.

Área administrativa.

El área administrativa debe mantener su espacio de trabajo limpio e higienizado, siguiendo todas las medidas generales recomendadas como parte de la prevención ante la pandemia COVID-19. Todos los trabajadores deberán cumplir las siguientes indicaciones:

- Cumplir con el protocolo de higiene general de la entrada/salida para los trabajadores.
- Limpiar y desinfectar al INGRESO/SALIDA su lugar de trabajo, superficies y objetos a utilizar o utilizados (teclado, ratón, teléfono, mesa de trabajo, utensilios, etc.) diariamente.
- Evitar de manera respetuosa saludos de contacto físico directo con entidades externas que se reciban y atiendan.
- Mantener un distanciamiento adecuado de acuerdo con las medidas generales de distanciamiento con los diferentes trabajadores en el centro de trabajo.
- Uso de mascarilla y gel desinfectante.

Área de bodega.

Los trabajadores de esta área deberán de seguir las siguientes indicaciones para la prevención de la COVID-19 en el desarrollo de sus actividades.

- Realizar el procedimiento de higiene para entrada y salida del personal.
- Uso permanente de mascarilla y medidas de bioseguridad al momento de realizar entregas a clientes.
- Uso de guantes desechables al momento realizar actividades que conlleven contacto directo con clientes y trabajadores.
- Evitar el contacto de manos con la cara. De ser necesario (ej. Limpieza de sudor) realizar lavado de manos previo al contacto con la cara y posterior al mismo. No hacer uso de gel desinfectante debido al riesgo de irritación de mucosas en cara.

- Uso de camisas manga largas para evitar el mayor contacto posible con superficies.
- Realizar lavado de manos e higienización recomendada, siempre que lleve utensilios, productos o documentos para otro ambiente.
- Desinfectar manos y suelas de zapatos en cada ingreso al centro de trabajo y sucursales.

Áreas comunes de la empresa.

Las áreas comunes, son generalmente utilizadas por un número importante de trabajadores durante la jornada laboral, por lo que es indispensable que se extremen las medidas de prevención de la COVID-19, en este apartado encontrará algunas medidas que deberán aplicarse.

Comedores.

Todos los empleados que van usar los espacios del comedor para ingerir sus alimentos deberán tomar las siguientes medidas:

- Deberán adecuarse los turnos de las comidas de forma que el trabajador guarde la distancia establecida.
- Limitar capacidad al 50 % en áreas comunes para alimentación.
- Antes de ingresar al comedor, los trabajadores deben lavar sus manos, guardando la distancia mínima de 1.5 a 2 metros entre uno y otro.
- A los trabajadores se les permitirá una distancia mínima entre personas de 1.5 a 2 metros.
- Los trabajadores deben utilizar la mascarilla en todo momento y solamente retirarla para tomar sus alimentos. Una vez finaliza, debe seguir utilizando la mascarilla.
- Al terminar cada turno de almuerzo/receso, los trabajadores deberán lavar sus manos, previo al reinicio de sus labores.
- Cada empleado es responsable de las medidas de bioseguridad de sus propios alimentos. (Evitar compartir comidas, bebidas, implementos o utensilios a utilizar, con otras personas).

Baños:

Los baños del personal son el espacio más compartido entre los trabajadores por lo que se debe de mantener de manera óptima todas las medidas generales de bioseguridad. Se deberá seguir el siguiente protocolo para uso de los baños:

- Antes de hacer uso del baño, realizar lavado de manos o bien, uso de gel desinfectante.
- Después de hacer uso del baño, realizar obligatoriamente lavado de manos de acuerdo a las medidas generales.
- Evitar el ingreso a esta área bajo toda circunstancia de alimenticios, recipientes de agua, recipientes vacíos, bolsas u otros que puedan generar un foco de infección.

Casilleros.

Todo trabajador deberá traer aparte la ropa a utilizar durante su jornada laboral, debidamente higienizada y proceder al cambio de esta previo a su ingreso al centro de trabajo. Se deberá seguir el siguiente protocolo para uso de casilleros o “lockers”:

- Antes y después de hacer uso del casillero o “locker”, realizar lavado de manos o bien, uso de gel desinfectante.
- Evitar el uso de esta área para comer bajo toda circunstancia.
- Hacer uso únicamente del casillero o “locker” asignado y evitar el contacto con los de los demás trabajadores.
- Procurar mantener un distanciamiento mínimo de 1.5 a 2 metros.

Instalaciones de atención de salud

Esta medida aplica para las empresas que cuenten con instalaciones de salud en los centros de trabajo, para esta medida específica de prevención, se recomienda seguir de manera rigurosa las siguientes recomendaciones:

- Garantizar el funcionamiento de las instalaciones de atención en salud (clínica, consultorio, dispensario, farmacia u otras) con calidad y oportunidad.
- Sensibilizar a los trabajadores de la organización o centro de trabajo para el uso racional y oportuno de las instalaciones de atención en salud.
- Garantizar que todo el personal que labora en las instalaciones de atención en salud, utilice los EPP requeridos y cumpla con las técnicas y productos establecidos.
- Garantizar que las instalaciones cumplan con todas las medidas higiénico sanitarias necesarias.
- Disponer de recipientes de basura seguros, con tapa de apertura con pedal.
- Establecer un sistema de limpieza y desinfección con la calidad y frecuencia necesarias para garantizar que las instalaciones, objetos y superficies sean seguros de utilizar. La frecuencia deberá estar relacionada con el uso de las instalaciones.
- Garantizar que todo el personal que labora en la limpieza y desinfección de las instalaciones utilice los EPP requeridos y cumpla con las técnicas y productos establecidos.
- Recomendar a los trabajadores, la no automedicación ni el uso de terapias sin base científica, a través del personal de salud y los responsables de seguridad y salud ocupacional.
- Recomendar a los trabajadores, estilos de vida saludables que permitan hacer frente a las altas demandas físicas, psicológicas y sociales en situaciones de crisis, a través del personal de salud y los responsables de seguridad y salud ocupacional.

3.1.4 Plan de limpieza y desinfección.

Es indispensable que cada empresa cuente con un programa de limpieza y desinfección de las principales áreas y equipos, para lo cual deberá establecer lineamientos, horarios, designar personal y velar por el estricto cumplimiento de todas las medidas, de manera que estas se conviertan en parte de la cultura organizacional. A continuación, se presentan los requisitos de limpieza que deberán cumplir las empresas.

Limpieza y desinfección de autobuses y vehículos propiedad de la empresa.

Los autobuses utilizados para el transporte de los trabajadores y los vehículos de la empresa deberán ser higienizados con líquido desinfectante antes del que el personal aborde dichas unidades de transporte.

Desinfección de las Instalaciones de la empresa

1. El personal de aseo se enfocará en la desinfección de áreas de alta circulación al menos dos veces al día, siguiendo el procedimiento establecido por la empresa para tal fin, a continuación, se enlistan las áreas que se deben priorizar:
 - Entrada de personal y entrada de clientes (incluyendo gradas y pasamanos en caso de que aplique)
 - Puertas de entradas de personal y clientes (llamadores, llavines, etc.)
 - Pisos de sanitarios.
 - Mostradores.
 - Estantes.
 - Carretillas o cestas para realizar las compras.
 - Cajas registradoras y bandas.
 - El personal de aseo debe desinfectar los baños de clientes y personal frecuentemente.
2. Cada trabajador de oficina es responsable de desinfectar su puerta, escritorio, silla, teclado de computadora.
3. El personal de limpieza deberá llevar bitácoras con la fecha, hora y firma del personal responsable.

Desinfección de Cafeterías.

1. Para la desinfección de las áreas de cafetería se seguirá el procedimiento de inocuidad establecido por la empresa y determinado por la autoridad de salud.
2. Estos deben de contemplar lo establecido en el protocolo de bioseguridad para los restaurantes.

Desinfección de áreas de trabajo por confirmación de COVID-19.

1. Se desinfectará el área de trabajo determinada siguiendo las recomendaciones de las autoridades competentes, siguiendo los procedimientos que estas autoridades determinen apropiados para este fin.
2. Se deberán desinfectar objetos, equipos o herramientas que tuvieron contacto con la persona enferma.
3. El Equipo de Protección Personal proporcionado por la empresa una vez que este se encuentre sucio, manchado o contaminado deberá ser eliminado en la empresa en una bolsa plástica de color rojo para desechos biológicos dentro de un basurero con tapa de pedal; y para aquellas personas que lleven el EPP a sus casas esta deberá ser eliminada antes de tener contacto con algún familiar depositándolo de igual manera en un basurero.

3.1.5 Plan de comunicación.

La comunicación es una estrategia importante en la prevención de riesgos, ya que concientiza al trabajador sobre la importancia de las medidas aplicadas, al mismo tiempo que establece canales por donde el trabajador puede acceder a información confiable. Las empresas deberán diseñar campañas educativas orientadas a la prevención del contagio por COVID-19 desplegando para ese efecto lo siguiente.

1. Los médicos, jefes de recursos humanos o responsables del área de Seguridad y Salud Ocupacional de las empresas deben elaborar charlas preventivas para todo el personal.
2. Se deben colocar boletines informativos en los distintos pizarrones y baños , así como trifolios para llevar a casa.
3. Informar al personal que en la empresa habrá un punto de inspección antes de entrar al piso de producción para todos los trabajadores.
4. Se deben realizar exposiciones, charlas (visual/auditivas) y presentaciones de video durante los recesos para toma de alimentos y descanso. También se debe colocar material informativo en los siguientes lugares:
 - Cafeterías
 - Atención al cliente
 - Salas de ventas.
 - Murales informativos.
 - Casilleros
 - Cajas registradoras.
5. Cada empresa deberá realizar una inducción robusta donde el personal conozca el proceso completo de seguridad. Esta inducción debe incluir, entre otros: medidas preventivas, sobre cómo actuar en caso de que tengan un familiar contagiado con el virus y qué medidas tomar si en su barrio o colonia hay un vecino contagiado con el virus.

6. Diariamente antes de iniciar operaciones se reforzarán las medidas de prevención con todo el personal mediante charlas, panfletos, parlanteo o como la empresa estime más efectivo.
7. Utilizar los diferentes canales oficiales para difundir la información sobre campañas, medidas, noticias de última hora del COVID-19.
8. La información que circule debe ser estandarizada y aprobada por las autoridades de salud.
9. La cantidad de personas que participen en las charlas informativas dependerá del tamaño del local y se permitirá una distancia mínima entre personas de 1.5 metros cuando éstas se encuentren de frente y de 1.3 metros cuando éstas se encuentren de lado o de espaldas.
10. El trabajador deberá notificar al jefe de forma electrónica su condición de salud cuando requiera asistencia médica y su justificación validada por el sector salud será presentada posteriormente.

3.1.6 Manejo de casos confirmados de COVID-19.

Un procedimiento que debe ser claro dentro del plan de prevención de riesgo por COVID-19, es el manejo de casos sospechosos o confirmados de la enfermedad, es importante el manejo en cuanto a atención medica se refiere, así como el tratamiento de la información personal de trabajador o visitante. Para ello se han establecido una serie de recomendaciones, las cuales se detallan a continuación.

Recomendaciones generales:

- Si el trabajador o cliente presenta síntomas como tos, fiebre, dolor en la garganta y dificultades para respirar, avocarse a la clínica más cercana o llamar al 911 para solicitar asistencia
- Primero realizar la llamada y esperar que el personal médico correspondiente de las indicaciones.
- En caso de presentar síntomas al estar en casa, comunicarse con el jefe correspondiente para informar sobre los mismos y determinar el no presentarse a laborar como medida preventiva de contagio.
- En caso de tener incapacidad médica, presentar documentación al centro de trabajo que se extienda por parte del personal de salud en caso de ameritar la misma, que refiera medicamentos prescritos, recetas y recomendaciones a seguir por el personal de salud que certifica la atención.

Protocolo general para jefes de trabajadores.

En caso de que algún trabajador presente o informe sobre sintomatología en la cual se sospeche como probable padecimiento de COVID-19, se deberá realizar lo siguiente:

1. Aislar al trabajador: brindar mascarilla de no poseer una en buen estado y evitar su contacto con otras superficies y demás personas.
2. Mantener las líneas de comunicación activas.
3. Llamar para que se le brinde asistencia médica
4. Una vez finalizado este procedimiento, realizar desinfección de todos los posibles objetos o superficies contaminados que hayan podido tener en contacto con el trabajador sintomático
5. Informar el caso al Departamento de Recursos Humanos.
6. Si el trabajador presenta sintomatología de COVID-19 en su entrada al centro de trabajo, durante sus labores o lo ha reportado desde casa ya que asistirá al médico por posible sospecha de COVID-19, reportar a recursos humanos para poder llevar seguimiento y epidemiología de posibles contactos a vigilar por sintomatología.

Casos domiciliarios (externos al centro de trabajo)

- Permanecer en casa.
- Reportar con jefe de inmediato.
- Comunicarse con asistencia médica y esperar que se brinden las instrucciones.
- Comunicar al jefe sobre resultados de estado de salud, En caso de que se amerite, seguir las recomendaciones del personal médico.
- Todo trabajador con diagnóstico positivo de COVID-19, será remitido con su respectiva ficha epidemiológica al centro de asistencia de salud más cercano.
- El tiempo estimado varía entre 4 a 7 días, para obtener resultados positivos o negativos, los cuales deberán ser notificados al centro de trabajo para poder realizar un seguimiento epidemiológico de sus contactos.

Casos dentro de las instalaciones del centro de trabajo

- Notificar a su jefe de inmediato.
- Realizar medidas de aislamiento y contingencia para prevenir el contacto con demás trabajadores o clientes.
- El jefe inmediato debe comunicarse con asistencia médica y esperar que se brinden las instrucciones y asistencia al trabajador o cliente. Hay que recordar que este no debe tocar superficies para evitar la contaminación y posible propagación.
- Una vez que ya haya recibido atención médica, cada trabajador deberá notificar al centro de trabajo (llamar a su jefe de inmediato) e informar sobre su condición (positivo confirmado, caso sospechoso o negativo) y deberá presentar documentación medica que avale su condición ya sea de incapacidad, aislamiento o traslado a hospital.

3.1.7 Medidas generales para contratistas.

Es necesario incluir dentro de la gestión de riesgos a terceros y cadena de suministros, tales como proveedores, clientes y visitantes. Será importante establecer medidas de

bioseguridad, las cuales deberán cumplir estrictamente para asegurar la seguridad de ellos mismos y la de todos los trabajadores al interior de la empresa.

Evaluación de oficiales de seguridad

En los casos que aplique cuando el servicio de seguridad sea tercerizado, la empresa de seguridad debe verificar que:

1. Todos los guardias diurnos ocupen sus puestos con suficiente de antelación a los horarios establecidos.
2. Se deberá evaluar la temperatura de cada oficial antes del ingresar a la empresa.
3. Los guardias, supervisores y demás personal de seguridad que presenten temperatura arriba de lo normal y/o síntomas sospechosos, sean remitidos en primera instancia al punto de control médico y de resultar sospechosos deberán ser enviados a los centros establecidos por las autoridades de salud.
4. Los supervisores de guardias y motoristas de la empresa de seguridad, deben mantener su distancia del guardia y sean atendidos afuera de la empresa.
5. Los supervisores de guardias solamente entren a la empresa en caso de emergencia con su equipo de protección personal correspondiente.
6. En caso de que la empresa cuente con su propio personal de seguridad, estos podrán ingresar a las instalaciones de la empresa de acuerdo con sus asignaciones siguiendo los procedimientos establecidos para los trabajadores.

Guía de lectura.

Unidad 3

La **Guía de lectura**, le permitirá evaluar su comprensión de los temas desarrollados, es importante la consulta de los documentos: **Protocolos de bioseguridad por motivo de la pandemia COVID-19 para el sector venta de artículos para el hogar**, **Protocolos de bioseguridad por motivo de la pandemia COVID-19 para ferreterías**, **Protocolos de bioseguridad por motivo de la pandemia COVID-19 para supermercados**, ya que en ellos encontrará información más extensa y detallada sobre los contenidos en esta unidad.

Estas preguntas buscan en su mayoría incentivar la participación y comprobar el conocimiento y muchas de ellas persiguen conocer su opinión, nunca podrá ser como un monosílabo, tal como “SI” O “NO”, sino que deberá contener además una explicación razonada que justifique tal opinión. La contestación de las preguntas deberá hacerse de manera estrictamente **individual**.**¿Cuál deberá ser el procedimiento a seguir, si un trabajador o cliente presenta fiebre en el control de temperatura previo al ingreso del local?**

1. ¿Qué papel desempeña en la prevención de la COVID-19, la Comisión Mixta de Seguridad e Higiene?
2. ¿Cuál deberá ser el procedimiento a seguir, si un trabajador presenta síntomas de COVID-19 en el centro de trabajo?
3. ¿Qué medidas se deberán cumplir en el centro de trabajo, referentes al uso de cafeterías?
4. ¿Qué medidas deberá cumplir el personal de atención al cliente, para asegurar su protección frente al COVID-19?
5. ¿En qué áreas debe enfocarse principalmente el plan de limpieza y desinfección en las empresas comerciales?

Glosario de términos.

A.

Actividad económica: cualquier actividad laboral donde se generan e intercambian productos, bienes o servicios para cubrir las necesidades de las poblaciones.

Actividad económica esencial: Actividad que es importante y necesaria, de tal forma que no se puede prescindir de ella.

Agente: Persona o cosa que produce un efecto.

Aislamiento: El aislamiento aplica para las personas que han resultado positivos en el test de la covid-19, en casos sospechosos o en gente que ha tenido un contacto estrecho con enfermos y que tendrían una alta probabilidad de haber contraído el virus.

Auditoría: Revisión sistemática de una actividad o de una situación para evaluar el cumplimiento de las reglas o criterios objetivos a que aquellas deben someterse.

B.

Bioseguridad: También referida como seguridad biológica, es aplicación de conocimientos, técnicas y equipamientos para prevenir a personas, laboratorios, áreas hospitalarias y medio ambiente de la exposición a agentes potencialmente infecciosos o considerados de los riesgos biológicos.

C.

Caso sospechoso: Es el caso clínicamente compatible/sospechoso con resultados por métodos de laboratorio consistentes con el diagnóstico clínico pero que no cumple con los criterios de confirmación de laboratorio.

Caso confirmado: Es el confirmado por uno o más métodos de laboratorio que se encuentran entre los Criterios de Diagnóstico de Laboratorio.

Cuarentena: Aislamiento que por cualquier motivo se impone a una persona.

COVID-19: Acrónimo del inglés (coronavirus disease 2019), también conocida como enfermedad por coronavirus, es una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2.

Cadena de transmisibilidad: Es la secuencia de elementos que intervienen en la transmisión de un agente desde una fuente de infección a un huésped susceptible, o sea los pasos que sigue un agente causal, desde su hábitat natural (reservorio), hasta el hospedero susceptible.

Contagio: Acción y efecto de contagiar o contagiarse

Coronavirus: Son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS-CoV). Un nuevo coronavirus es una nueva cepa de coronavirus que no se había encontrado antes en el ser humano.

D.

Desinfección: Proceso químico que mata o erradica los microorganismos sin discriminación al igual como las bacterias, virus y protozoos impidiendo el crecimiento de microorganismos patógenos en fase vegetativa que se encuentren en objetos inertes.

Distanciamiento: Acción de distanciar o distanciarse.

E.

Enfermedad: Alteración leve o grave del funcionamiento normal de un organismo o de alguna de sus partes debida a una causa interna o externa.

Epidemiología: Parte de la medicina que estudia el desarrollo epidémico y la incidencia de las enfermedades infecciosas en la población.

Endémico: Que afecta habitualmente a una región o país.

Epidemia: Enfermedad que ataca a un gran número de personas o de animales en un mismo lugar y durante un mismo período de tiempo.

EPP: Equipo de protección personal

G.

Gestión: Acción o trámite que, junto con otros, se lleva a cabo para conseguir o resolver una cosa.

I.

Infección: Invasión y multiplicación de agentes patógenos en los tejidos de un organismo.

Inspección: Acción de inspeccionar.

L.

Limpieza: Cualidad de limpio.

M.

Microgotas de Flügge: son pequeñas gotas de secreciones (principalmente saliva y moco) que se expulsan de forma inadvertida por la boca y nariz al realizar acciones como toser o incluso hablar en voz baja o espirar.

Manos limpias: Manos que han sido lavadas, de acuerdo a las técnicas recomendadas.

Manos sucias: Manos que contiene suciedad o impurezas.

Medicamento Prescrito: Los medicamentos recetados por un médico a un paciente en particular.

Medida. Acción encaminada a conseguir, prevenir o evitar alguna cosa.

MERS: El síndrome respiratorio de oriente medio (MERS, por sus siglas en inglés) es una enfermedad respiratoria grave que involucra principalmente al tracto respiratorio superior.

Monitor: Persona designada por la empresa para verificar el cumplimiento de las medidas en el transporte de personal.

O.

Ocupación u oficio: Actividad o trabajo.

P.

Patogenicidad: Se define como su capacidad para producir enfermedad en huéspedes susceptibles.

Pandemia: Enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región.

Pauta. Norma o modelo que sirve de guía para hacer algo.

Procedimiento. Método o modo de tramitar o ejecutar una cosa

Protocolo: Documento o acta en el que se recoge un acuerdo o las conclusiones extraídas de una reunión o de un trabajo experimental o clínico.

R.

Riesgo: Posibilidad de que se produzca un contratiempo o una desgracia, de que alguien o algo sufra perjuicio o daño.

S.

Salud: Estado en que un ser u organismo vivo no tiene ninguna lesión ni padece ninguna enfermedad y ejerce con normalidad todas sus funciones.

Salud Ocupacional: Actividad multidisciplinaria que controla y realiza medidas de prevención para cuidar la salud de todos los trabajadores.

SARS: Síndrome respiratorio agudo grave (SRAS) (en inglés: *Severe Acute Respiratory Syndrome*, SARS) es una enfermedad respiratoria viral causada por un coronavirus, llamado coronavirus asociado al SRAS (SRAS-CoV).

SARS-CoV-2: Coronavirus 2 del síndrome respiratorio agudo grave (SARS-CoV-2)² es un tipo de coronavirus causante de la enfermedad por coronavirus (COVID-19).

Síntoma: Alteración del organismo que pone de manifiesto la existencia de una enfermedad y sirve para determinar su naturaleza.

Signo clínico: Son las manifestaciones objetivas, clínicamente fiables, y observadas en la exploración médica, es decir, en el examen físico del paciente, a diferencia de los síntomas, que son elementos subjetivos, señales percibidas únicamente por el paciente como, por ejemplo, el dolor, la debilidad y el mareo

Stock: Es un término de la lengua inglesa que, en nuestro idioma, refiere a la cantidad de bienes o productos que dispone una organización o un individuo en un determinado momento para el cumplimiento de ciertos objetivos.

T.

Triada ecológica: Se refiere a las interacciones que existen entre los diferentes elementos que intervienen al producirse una enfermedad.

V.

Vigilancia en salud: Conjunto de actuaciones sanitarias colectivas e individuales que se aplica a las personas trabajadoras con la finalidad de hacer un seguimiento de su estado de salud,

así como detectar signos de enfermedades derivadas del trabajo y tomar las medidas preventivas oportunas.

Virus: Microorganismo compuesto de material genético protegido por un envoltorio proteico, que causa diversas enfermedades introduciéndose como parásito en una célula para reproducirse en ella.

Virulencia: Grado de la capacidad de un microorganismo para producir una enfermedad.

Virucida: Cualquier agente físico o químico que desactiva o destruye virus.

Referencias bibliográficas.

– Organización Mundial de la Salud. Coronavirus (COVID-19). Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.who.int/es>

– Organización Internacional del Trabajo. COVID-19. Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.ilo.org/global/lang--es/index.htm>

– Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH). Información sobre enfermedad de coronavirus 2019. Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.cdc.gov/spanish/niosh/index.html>

– Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades (CDC). COVID-19. Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cleaning-disinfection.html>

– Departamento de Trabajo de los Estados Unidos. Administración de Seguridad y Salud Ocupacional. COVID-19. Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA). Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.osha.gov/>

– Organización Mundial de la Salud. Manual de Bioseguridad en Laboratorios. Tercera edición. Ginebra, 2005.

– Ministerio de Trabajo y Economía Social. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Espacio COVID-19. Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.insst.es/espacio-campana-covid-19>

– Junta de Andalucía. Procedimiento de limpieza y desinfección de superficies y espacios para la prevención del coronavirus en la Comunidad Autónoma de Andalucía. Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en:

https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/200320_ProcedimientoLD_Coronavirus_AND.pdf

– Secretaría del Trabajo y Previsión Social. Guías de acción para los centros de trabajo ante el COVID-19. México. 2020.

- Occupational Safety and Health Administration (OSHA). Guidance on Preparing Workplaces for COVID-19. USA. 2020.
- EU-OSHA. E-Facts 53: Risk Assessment for Biological Agents. EU. 2020.
- Ministerio de Trabajo y Economía Social. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Prevención de riesgos psicosociales en situación de trabajo a distancia debida al COVID-19: Recomendaciones para el empleador. España. 2020.
- Instituto Nacional de Estadística. Clasificador nacional de actividades económicas (CIIU4HN-2018). Honduras. 2018.
- Comunidad de Madrid, Dirección General de Salud Pública. Pautas de desinfección y espacios habitados por casos en investigación, cuarentena, probables o confirmados de COVID-19. Madrid, España. 2020
- Secretaria de Salud Honduras. Lineamientos específicos en relación a las directrices para la preparación de la red de servicios del primer nivel de atención. Marzo 2020.
- Organización Mundial de la Salud. Prevención y control de infecciones (PCI) causadas por el nuevo coronavirus (COVID-19). Módulo 3.
- Méndez-Ríos JD. Medidas mínimas de bioseguridad en instalaciones de salud ante Pandemia SARS-COV-2. Revista Médica de Panamá, 2020: Volumen 40(1):25-29.
- Confederación Española de la pequeña y mediana empresa. Procedimientos de actuación para los servicios de riesgos laborales frente a la exposición al coronavirus (SARS-COV-2). 2020.
- Ministerio de Trabajo y Economía Social. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Medidas Preventivas Generales para garantizar la separación entre trabajadores frente a COVID-19. Madrid, España. Abril 2020.

ANEXOS.

Anexo 1. Técnica para el lavado de las manos.

Limpia tus manos

CON AGUA Y JABÓN

Duración de este procedimiento: 40-60 segundos

- 0** Mójese las manos con agua.
- 1** Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.
- 2** Frótese las palmas de las manos entre sí.
- 3** Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.
- 4** Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
- 5** Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
- 6** Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
- 7** Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
- 8** Enjuáguese las manos con agua.
- 9** Séquese con una toalla desechable.
- 10** Sirvase de la toalla para cerrar el grifo.
- 11** Sus manos son seguras.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19

OPS Organización Panamericana de la Salud Organización Mundial de la Salud
Conócelo. Prepárate. Actúa.
www.paho.org/coronavirus

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

Anexo 2. Técnica para desinfección de las manos.

Limpia tus manos

CON UN GEL A BASE DE ALCOHOL

⌚ Duración de este procedimiento: 20-30 segundos

1a Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.

1b Frótese las palmas de las manos entre sí.

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

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

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

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

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

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

8 Una vez secas, sus manos son seguras.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19

OPS Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud

Conócelo. Prepárate. Actúa.
www.paho.org/coronavirus

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

Anexo 3. Momentos para lavado y desinfección de las manos.

Limpia tus manos

¿Cuándo?



Antes de tocarte la cara



Después de toser o estornudar



Después de ir al baño



Antes y después de cambiar pañales



Antes de preparar y comer alimentos



Antes y después de visitar o atender a alguien enfermo



Después de tirar la basura



Después de tocar las manijas de las puertas



Después de estar en lugares públicos concurridos

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19

OPS  Organización Panamericana de la Salud  Organización Mundial de la Salud  Organización de Estados Americanos

Conócelo. Prepárate. Actúa.
www.paho.org/coronavirus

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

Anexo 4. Medidas de protección.



Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

Anexo 5. Técnicas para ponerse y quitarse los EPP.

COVID-19

Enfermedad por coronavirus 2019

CÓMO PONERSE EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

- PASO 1**
 - Identifique peligros y gestione riesgos. Busque el EPP necesario.
 - Vea dónde se pondrá y quitará el EPP.
 - Pida ayuda a un amigo o póngase delante de un espejo.
 - Descarte todo el EPP en un cubo de basura adecuado.
- PASO 2** Póngase la bata.
- PASO 3** Póngase la mascarilla quirúrgica o respirador.*
- PASO 4** Póngase la protección ocular (gafas protectoras) o facial (protector facial).†
- PASO 5** Póngase los guantes (incluso sobre la muñeca).

*Puede ser una mascarilla quirúrgica o un respirador (N95 o similar), según el nivel de atención. En el procedimiento generador de aerosoles (PGA), use un respirador (N95 o similar).
†Por ejemplo, visor, pantalla o gafas protectoras (considere la posibilidad de usar gafas antirreflejo y un líquido antirreflejo).

CÓMO QUITARSE EL EPP

- Evite la contaminación para usted mismo, los demás y el entorno.
- Quítese primero los elementos más contaminados.

- PASO 1** Quítese los guantes y luego la bata.
- PASO 2** Higienícese las manos.
- PASO 3** Quítese la protección ocular, desde atrás hacia adelante.
- PASO 4** Quítese la mascarilla quirúrgica o respirador, desde atrás hacia adelante.
- PASO 5** Higienícese las manos.

Nivel de atención	Higiene de las manos	Bata	Mascarilla quirúrgica	Respirador (N95 o similar)	Gafas protectoras (protección ocular) o protección de cara (protección facial)	Guantes
Triage						
Recogida de muestras para diagnóstico de laboratorio						
Cas sospechosos o confirmados de COVID-19 que requieren ser admitidos en el establecimiento de salud, pero no requieren ningún procedimiento generador de aerosoles						
Cas sospechosos o confirmados de COVID-19 que requieren ser admitidos en el establecimiento de salud y que requieren algún procedimiento generador de aerosoles†						

†Los procedimientos que generan aerosoles comprenden la ventilación (con presión positiva (sistema de presión positiva o sistema de presión positiva continuo), intubación endotraqueal), aspiración de las vías respiratorias, ventilación oscilatoria de alta frecuencia, traqueostomía, fluoroscopia terapéutica, tratamiento con nebulizador, intubación del esófago, broncoscopia y neopneumia.

Organización Panamericana de la Salud

Organización Mundial de la Salud

Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.salud.organicorona

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

Anexo 6. Técnicas para ponerse los EPP.

COVID-19

Enfermedad por coronavirus 2019

CÓMO PONERSE EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

PASO 1

- Identifique peligros y gestione riesgos. Busque el EPP necesario.
- Vea dónde se pondrá y quitará el EPP.
- Pida ayuda a un amigo o póngase delante de un espejo.
- Descarte todo el EPP en un cubo de basura adecuado.

PASO 2

Póngase la bata.

PASO 3

Póngase la mascarilla quirúrgica o respirador.*

PASO 4

Póngase la protección ocular (gafas protectoras) o facial (protector facial).†

PASO 5

Póngase los guantes (incluso sobre la muñeca).

*Puede ser una mascarilla quirúrgica o un respirador (N95 o similar), según el nivel de atención. En el procedimiento generador de aerosoles (PCA), use un respirador (N95 o similar).
†Por ejemplo, visor, careta o gafas protectoras (considere la posibilidad de usar gafas antirreflejantes o un líquido antirreflejante).

OPS Organización Panamericana de la Salud

OMS Organización Mundial de la Salud

Conócelo. Prepárate. Actúa.
www.paho.org/coronavirus

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

Anexo 7. Eficiencia de las mascarillas nasobucales.



Fuente: VARSOY Healthcare.

Anexo 8. Técnica para la toma de temperatura corporal con termómetro digital clínico infrarrojo o laser (sin contacto).

Descripción:

- El lugar de la toma será en la frente de la persona.
 - Cada tipo de termómetro digital especifica el botón a pulsar, (si lo trae o es de sensibilidad por objeto puesto enfrente).
 - La distancia recomendada de la frente al sensor (varía entre 2 y 15 cm), y el tiempo de espera para dar la lectura correcta de la temperatura, va desde instantánea hasta 4 segundos.
- Fuente: PCE. Termómetro infrarrojo para fiebre. Disponible en: <https://www.pce-iberica.es/medidor-detalles-tecnicos/instrumento-de-temperatura/termometro-infrarrojo-pce-fit10.htm>

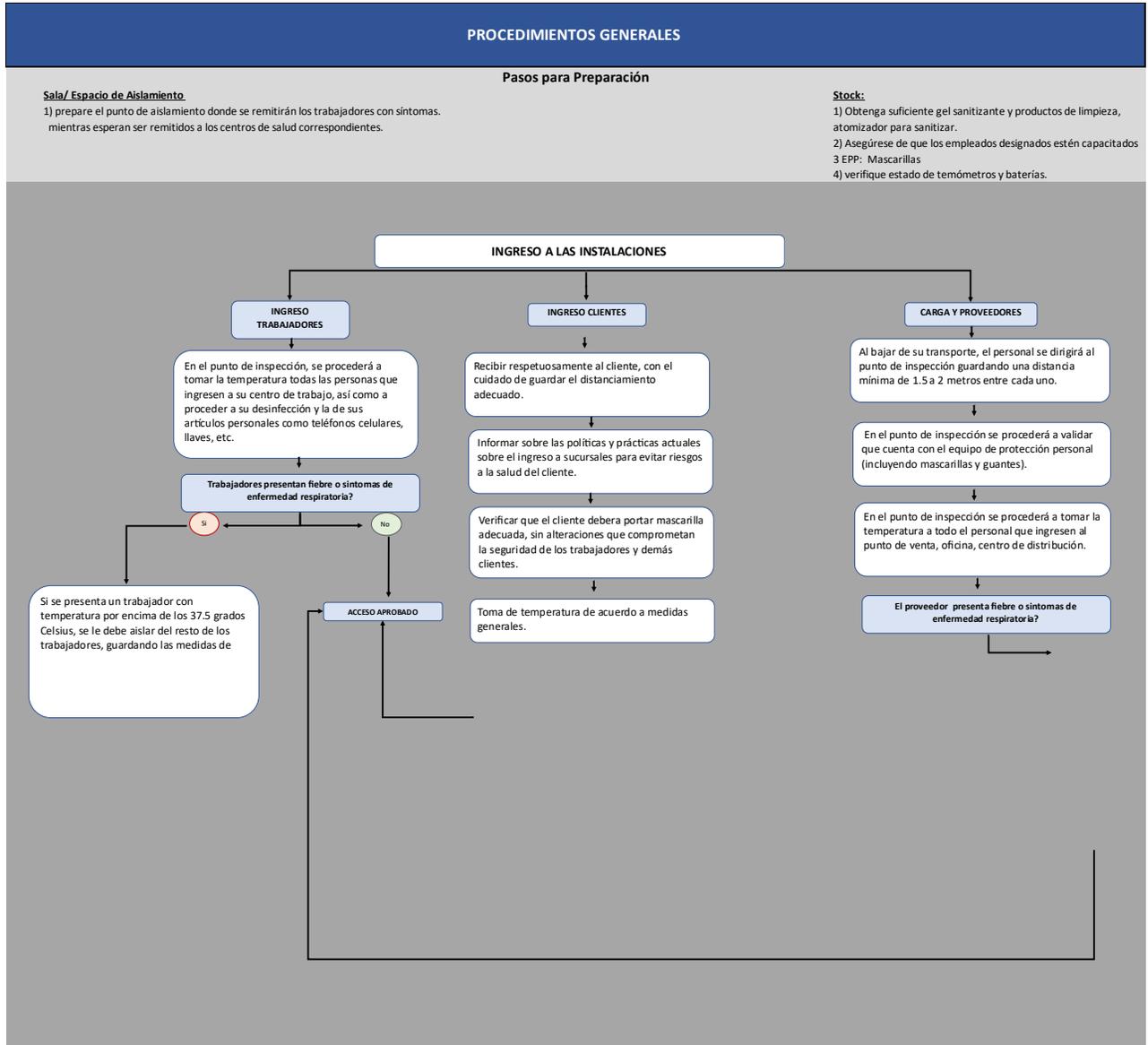
Anexo 9. Técnica de limpieza de doble cubo.

Descripción:

- El equipo de limpieza consta de un pequeño carro con dos cubos, uno azul para agua limpia más solución desinfectante y uno rojo donde ira el agua sucia y una prensa sobre el cubo rojo.
- En el cubo azul se coloca el agua limpia y el producto de limpieza, llenándolo 3/4 partes, en el segundo cubo, de color rojo, que vamos a utilizar para el agua sucia se llena 1/4 parte de agua limpia y se coloca el escurridor en él.
- Se sumerge el trapeador en el cubo donde se encuentra la mezcla del agua y del producto de limpieza específico.
- Se escurre y se friega un trozo de suelo con movimientos en forma de zig zag.
- Se escurre el trapeador en una prensa sobre en el cubo rojo,
- Se vuelve a sumergir en el cubo que tiene el producto y se van repitiendo todos los pasos hasta que se friega todo el suelo.

Fuente: ALFHAM. Limpieza mediante barrido húmedo con doble cubo. Disponible en: <https://alfham.es/servicios-de-limpieza-barcelona/limpieza-mediante-barrido-humedo-con-doble-cubo/>

Anexo 11. Flujograma de proceso: Ingreso a las instalaciones.



Anexo 12. Flujograma de proceso: Manejo de casos sospechosos.

