



GOBIERNO DE LA
REPÚBLICA DE HONDURAS



SECRETARÍA DE TRABAJO Y
SEGURIDAD SOCIAL

PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD POR MOTIVO DE LA PANDEMIA COVID - 19 PARA EL SECTOR TELECOMUNICACIONES (OFICINAS ADMINISTRATIVAS, VENTA, OPERACIONES EN CAMPO Y TIENDAS)

SECRETARÍA DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL



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.

Protocolo de Bioseguridad por motivo de la Pandemia de COVID-19 para el Sector Telecomunicaciones (oficinas administrativas, venta y operaciones en campo y tiendas).
Versión 3.

Tegucigalpa M.D.C., 05 de mayo de 2020.

Secretaría de Trabajo y Seguridad Social

ÍNDICE

I. Introducción.....	4
II. Antecedentes.....	7
III. Precauciones y medidas específicas para la seguridad y salud en el lugar de trabajo para el Sector Telecomunicaciones (oficinas administrativas, venta y operaciones en campo y tiendas).....	10
IV. Referencias bibliográficas.	41
V. Anexos.	44

I. 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 las normativas y recomendaciones de los organismos internacionales relacionados con la seguridad y la salud en el trabajo, como la Organización Internacional del Trabajo (OIT), la Organización Mundial de la Salud (OMS) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

Es por ello, que con 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 con aprobación de la Secretaria de Salud, la Agencia de Regulación Sanitaria (ARSA), la Secretaria de Seguridad y la Policía Nacional de Honduras, se elabora el presente Protocolo de Bioseguridad por motivo de Pandemia COVID-19 para el Sector Telecomunicaciones (oficinas administrativas, venta y operaciones en campo y tiendas), el cual tiene un alcance nacional.

Este protocolo tiene el propósito de evitar y 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. Es importante, que se establezcan las condiciones de seguridad y salud, en que se deben desarrollar las actividades labores en las organizaciones, los centros y lugares de trabajo, sin perjuicio de las reglamentaciones adicionales que se establezcan para cada actividad económica y profesión u oficio, en particular.

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 todas las actividades económicas, 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 para el Sector Telecomunicaciones (oficinas administrativas, venta y operaciones en campo y tiendas), 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 Secretaria 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.

- i) 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 los centros de trabajo 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 que la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social, 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 estructura en cinco apartados, que comienzan con antecedentes sobre el agente viral SARS-CoV-2 y la pandemia por COVID-19, además de recomendaciones generales para detener o romper la cadena de transmisibilidad o cadena epidemiológica basada en la triada ecológica. En el apartado precauciones y medidas específicas para la seguridad y salud en el trabajo se detallan las principales medidas a considerar de manera general y específica para las empresas prestadoras de servicios de telefonía móvil. En el apartado referencias bibliográficas, se brindan las fuentes de información científicas y técnicas consideradas como relevantes en el tema. Por último, en el

apartado de anexos, se presenta infografías de utilidad para reforzar los contenidos, la puesta en práctica y la ejecución del protocolo.

Este protocolo, al igual que los específicos para los otros rubros económicos, se ha preparado en 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.

II. 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 SARS-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 se considera 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.

Recomendaciones generales para detener o romper la cadena de transmisibilidad o cadena epidemiológica.

Sobre el agente:

- Evaluación y control de la presencia del virus.

Sobre el ambiente:

1. Distanciamiento o aislamiento, manteniendo las distancias de seguridad recomendadas entre personas (1.5 a 2 metros).
2. Evitación de contactos entre personas.
3. Evitación de contacto con objetos o superficies de forma innecesaria.
4. Lavado y desinfección de objetos o superficies de manera frecuente.

Sobre el huésped u hospedero:

- Determinación y aislamiento de personas con factores de riesgo.
- Determinación y aislamiento de personas que convivan con personas que presenten los factores de riesgo.

- Determinación y aislamiento de sospechosos de infección siguiendo las normas de la Secretaria de Salud de Honduras, para tal fin.
- Determinación y aislamiento de enfermos siguiendo las normas de la Secretaria de Salud de Honduras, para tal fin.
- Educación, formación y sensibilización sobre las medidas de protección y prevención.
- Creación y fortalecimiento de competencias sobre bioseguridad y gestión de riesgos biológicos.
- 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 SARS-CoV-2.
- Creación y fortalecimiento de hábitos de higiene (formas adecuadas de estornudar y toser, lavado de manos, manipulación del equipo de protección personal (EPP), cambio frecuente y lavado de la ropa).
- Uso de los EPP adecuados. (protección de ojos, nariz, boca, manos, piel). Según aplique el caso. El uso correcto de mascarilla es obligatorio para todo trabajador.

Detección de sospechosos y enfermos:

- Referir a evaluación médica todo caso de síntomas de resfriado, fiebre, tos, etc.
- Para valoración adecuada de cada caso, tratamiento y recomendación de aislamiento y seguimiento epidemiológico si aplica, el cual lo realizara la Secretaria de Salud por medio de el epidemiólogo asignado a cada región del país.

Análisis y Gestión de Riesgos.

La gestión de riesgos son las actividades coordinadas para dirigir y controlar la organización con relación al riesgo existente en áreas específicas de trabajo. Es un proceso (acción) integral para el abordaje de los elementos que ocasionan una situación de riesgo que permite determinar los riesgos, intervenir para modificarlos, disminuirlos, eliminarlos o lograr la preparación pertinente para

responder ante los daños que, puede causar una determinada situación u hecho, es por ellos que se vuelve imprescindible la valoración de todas las áreas críticas que cuentan las empresas de telecomunicaciones, en el presente protocolo se vea la amenaza presentada con la COVID-19, los factores de riesgo y como se mitiga el posible contagio, y los grupos que representan vulnerabilidad.

Antes de ir al trabajo

- Todas las empresas del sector de Telecomunicaciones deberán contemplar las acciones emitidas en dicho protocolo antes de iniciar funciones.
- Todo trabajador deberá evitar acudir al centro de trabajo ante cualquier sintomatología que pudiera estar asociada con el COVID-19 (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) evitando así las posibilidades de propagación. Ante la presencia de cualquier síntoma se debe contactar a la autoridad competente, y comunicarlo a su jefe inmediato.
- Ningún trabajador deberá asistir al puesto de trabajo hasta que se no se confirme su buen estado de salud. (anexo 1)
- Es obligación del trabajador reportar si ha estado en contacto estrecho durante un tiempo de al menos 15 días con alguna persona contagiada por la COVID-19.

III. Precauciones y medidas específicas para la seguridad y salud en el lugar de trabajo para el Sector Telecomunicaciones (oficinas administrativas, venta y operaciones en campo y tiendas).

Medidas a realizar en el reintegro laboral y la evaluación periódica de la seguridad y salud de los trabajadores.

Para garantizar la seguridad y salud de los trabajadores, empleadores y clientes de las diferentes actividades económicas del país, y en apego a la legislación y normativa sobre las obligaciones laborales, en especial las relacionadas con seguridad y salud en el trabajo, y de manera específica, las relativas a los agentes biológicos en los ambientes de trabajo. Toda organización o centro de trabajo deberá adoptar medidas preventivas en relación al riesgo por agentes biológicos, previo a la reactivación de operaciones, y

en los casos de reintegro laboral de sus trabajadores. Según lo estipulado en el Reglamento General de Medidas Preventivas de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales:

- Todo trabajador deberá someterse a reconocimiento médico como requisito indispensable de ingreso al trabajo y durante éste, a solicitud del empleador o por orden de la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social.
- Es necesaria la comprobación del estado de salud, entrevista sobre contactos y exámenes médicos (en casos específicos indicados por el personal de salud) para el reintegro laboral y evaluaciones periódicas.
- Debe de existir un registro adecuado de enfermedades profesionales y enfermedades relacionadas con el trabajo que afectan la población trabajadora de la empresa.
- Deben de llevarse a cabo actividades de vigilancia epidemiológica de enfermedades profesionales y relacionadas con el trabajo.
- Todo trabajador debe de contar con una Historia clínica ocupacional, con sus respectivos exámenes de control clínico y biológico.
- El empresario o responsable designado, deberá conservar esta documentación a disposición de la autoridad competente.

Las comprobaciones del estado de salud, tendrán dos momentos importantes:

Examen de reintegro: se entiende, como la evaluación médica que se le realiza al trabajador al reintegrarse a sus actividades laborales en la organización o centro de trabajo, luego de haberse suspendido las mismas por motivo de la pandemia de COVID-19. El examen consistirá en:

- Evaluación clínica, que especialmente establecerá la presencia de síntomas y signos de COVID-19.
- Interrogatorio con el objetivo de evaluar el contacto del trabajador con casos sospechosos o enfermos de COVID-19, en especial, en los últimos 20 días.

- Los resultados del examen de reintegro deben de ser entregados por el trabajador en su organización o centro de trabajo, el primer día de su reincorporación. Este documento debe ser archivado por el empleador, como prueba del cumplimiento de la presente medida y puede ser solicitada por las autoridades de trabajo nacionales.

Evaluación periódica: se entiende, como la evaluación que se le realiza al trabajador de manera periódica, en diferentes momentos del día, en especial, en el momento de tomar el transporte hacia la organización o centro de trabajo, y en el momento de la entrada a las instalaciones de trabajo. Para la realización de la evaluación, toda organización o centro de trabajo, deberá:

- Establecer un área de tamizaje / cribaje / triaje y una persona responsable, debidamente entrenada, para realizar la toma de la temperatura corporal, con un termómetro clínico digital infrarrojo o láser mediante la técnica adecuada.
- Preguntar brevemente al trabajador lo siguiente:
 - Percepción de su estado de salud física (Bien, Regular, Mal).
 - Presencia de algún síntoma relacionado con COVID-19.
 - Contacto estrecho con personas sospechosas de COVID-19 (al menos, con síntomas respiratorios).

Estas evaluaciones pueden también realizarse, por decisión de la organización o centro de trabajo, en otros momentos de la jornada laboral. Los trabajadores que presenten temperatura por encima de 37.5°C y/o refieran algún síntoma relacionado con COVID-19, se les considerará como casos sospechosos y no podrán ingresar a la organización o centro de trabajo, o tendrán que abandonar el mismo.

Se debe de proceder al adecuado aislamiento del trabajador, mientras se establecen las medidas para su remisión al servicio de salud de la empresa o los centros de salud correspondientes establecidos por las autoridades. La organización o centro de trabajo, deberá disponer de un registro de los resultados de las evaluaciones periódicas, donde al menos se contemple:

- Nombres y apellidos del trabajador.

- Temperatura corporal, en cada ocasión medida.
- Presencia de síntomas de COVID-19.
- Cualquier otra observación de interés para el seguimiento y control de la seguridad y salud de los trabajadores.

Este documento debe ser archivado por el empleador, como prueba del cumplimiento de la presente medida y puede ser solicitada por las autoridades de trabajo nacionales.

A. Medidas generales.

Existen al menos 7 medidas de cumplimiento general, que deben ser establecidas para todas las actividades económicas.

1. Distanciamiento o aislamiento de personas.

Sensibilización sobre el manteniendo de las distancias de seguridad recomendadas entre personas (entre 1,5 y 2 metros). Creación de estrategias para el uso de lugares o áreas comunes, de reunión o concentración de personas.

2. Normas de etiqueta respiratoria.

Son un conjunto de medidas recomendadas para evitar transmisiones respiratorias de agentes biológicos. Las medidas son:

- 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, 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 lugares y centros de trabajo.

3. Lavado de manos.

Capacitación sobre la técnica adecuada para el lavado de las manos.

Por lo general, se recomiendan la técnica establecida por la Organización Mundial de la Salud (OMS). La duración mínima es de un (1) minuto:

- Mojar las manos con agua y jabón.
- Enjabonar muy bien la palma, el dorso, entre los dedos y las uñas.
- Aclarar bien los restos de jabón y si es necesario, repetir el proceso.
- Secar adecuadamente las manos con una toalla de papel.

El lavado y desinfección debe de ser frecuente, mientras desarrollan la actividad laboral. La frecuencia debe de ser establecida de acuerdo con el tipo de actividad.

Capacitación sobre los productos adecuados para el lavado y desinfección de las manos (agua y jabón, alcohol con glicerina, alcohol gel).

Estos productos deben de ser suministrados por la persona responsable, el empleador o patrono. 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.

El lavado de las manos se realizará de manera obligatoria, antes de colocarse el EPP y después de su retirada. Cuando las manos están visiblemente limpias, la higiene de manos se hará con productos con base alcohólica; si estuvieran sucias o manchadas se hará con agua y jabón antiséptico. La utilización de guantes nunca exime de realizar un correcto lavado de las manos luego de su retirada. Las uñas deben estar cortas y bien cuidadas.

Lavarse o desinfectarse las manos deberá de ser una medida necesaria en las siguientes situaciones:

- Luego de toser o estornudar.
- Antes y después de tocarse o sonarse la nariz.
- Antes y después de utilizar cualquier medio de transporte, en especial si es colectivo o público.
- Antes y después de visitar lugares públicos.
- Antes y después de manipular objetos, desechos sólidos o líquidos, dinero.
- Antes y después de tocar animales o personas.
- Antes y después de comer.
- Antes y después de utilizar los servicios sanitarios.
- Antes y después de la realización del trabajo.
- Durante la realización del trabajo, la frecuencia dependerá del lugar de trabajo y el tipo de actividades y tareas que se desarrollan. Estará definida en cada organización o centro de trabajo.

4. Limpieza y desinfección de objetos y superficies.

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 estos. Luego de la limpieza y desinfección los mismos deben de quedar sin humedad.

Para la limpieza y desinfección se pueden emplear toallas con desinfectante, agua y jabón o los detergentes y desinfectantes que de manera habitual se encuentran autorizados para tal fin (con efecto viricida) y para las superficies se utilizará material textil desechable.

La limpieza general se hará siempre en húmedo, desde las zonas más limpias a las más sucias, desde adentro hacia afuera.

- Se debe de evitar en lo posible el uso de escoba en áreas de mayor riesgo.
- Se utilizarán técnicas de doble cubo (ver anexos).
- El material utilizado que sea desechable, se introducirá en un contenedor de residuos con tapa y etiquetado con las advertencias precisas.

Las superficies se deben limpiar con soluciones recomendadas por los organismos internacionales y comprobada su eficacia contra SARS-CoV-2. Dentro de las recomendaciones están:

a. Para objetos personales (pantallas, teléfonos, tabletas)

- i. Utilice una solución de alcohol al 70% al menos, rocíe y deje secar al aire o frote con un paño y deje secar al aire

b. Para superficies de trabajo, pisos, paredes, puertas, escritorios y otras:

- i. Utilice una solución de cloro de uso doméstico (al 5%) diluida de la siguiente manera: Cuatro cucharaditas de cloro por litro de agua, rocíe o frote y deje actuar por al menos 10 minutos.
- ii. Utilice amonio cuaternario al 5% de dilución, siga las instrucciones de cada proveedor para su dilución en caso de ser más concentrado. Espere al menos 10 minutos para que actúe.
- iii. Utilice el peróxido de hidrógeno uso comercial al 3% deje actuar por al menos 5 minutos.

c. Para todo producto utilizado en limpieza de superficies y desinfección de SARS-CoV-2, se debe consultar las indicaciones de uso ya que la concentración de los componentes activos puede variar de presentación industrial al doméstico y de marca en marca.

5. Manipulación y uso de Equipo de Protección Personal.

Capacitación sobre el uso y manipulación (puesta y retirada) de los EPP.

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.

6. Funcionamiento de sistema de seguridad y salud.

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 SARS-CoV-2. 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 SARS-CoV-2 según los protocolos y estándares establecidos en el país y en su defecto, en la organización o centro de trabajo.

7. Vigilancia en salud o epidemiológica.

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.

B. Medidas específicas.

Existen escenarios críticos donde es necesario cumplir y extremar algunas medidas de prevención específicas independientemente de la actividad económica que desempeñe la persona.

Estos escenarios son los siguientes:

1. Transporte de la Vivienda al Trabajo (organización o centro) y viceversa:

Transporte para trabajadores

Los trabajadores, podrán disponer de servicio de transporte desde sus hogares hacia los centros de trabajo asignados por las empresas de telefonía móvil. Se deberán de seguir las siguientes recomendaciones:

- Personal capacitado será encargado de validar la temperatura corporal la cual deberá ser menor a 37.5°C permitiendo la asignación del conductor.
- Desinfección antes de cada partida del medio de transporte, se deberá limpiar y desinfectar todas las superficies de contacto frecuente.
- Llevar registro documentado por parte del conductor de la desinfección de la unidad de transporte.
- Posterior a la desinfección se deben abrir ventanas y puertas para la ventilación.
- Se deberá desinfectar la plantilla de zapatos de los trabajadores antes de ingresar a la unidad de transporte por medio de pediluvio o atomizador.
- Toma de temperatura corporal previo al abordaje del medio de transporte, esta debe encontrarse por debajo de 37.5°C. Si la temperatura es menor se permite el acceso.
- Utilizar termómetro clínico digital infrarrojo o laser para evitar el contacto, la persona responsable de tomar la temperatura deberá utilizar EPP (mascarilla quirúrgica o similares, lentes y guantes desechables).

- Todo trabajador que ingrese a la unidad de transporte deberá utilizar gel desinfectante de manos (a base de alcohol al 70%) y portar su mascarilla de manera adecuada antes de ingresar.
- Hacer uso únicamente de los asientos con ventanilla, un trabajador por ventana. De no ser posible, debido a las dimensiones del medio de transporte, se guardará una distancia mínima de uno a dos puestos entre cada trabajador.
- Guardar el distanciamiento seguro entre las personas al desabordar la unidad, para bajar del vehículo se debe realizar de adelante hacia atrás, primero fila del lado de la puerta y luego fila del conductor manteniendo una distancia de seguridad recomendada entre personas (entre 1,5 y 2 metros).
- En los medios de transporte se deben publicar comunicaciones alusivas a promover medidas de prevención de la COVID-19 y tener disponible alcohol gel desinfectante.

Traslado del trabajador de la vivienda al Centro de Trabajo (transporte proporcionado por la empresa).

Medidas temporales recomendadas para el transporte de personas privado o por servicio contratado.

Previo ingreso a las unidades de transporte designadas, todos sus usuarios deberán seguir las medidas de bioseguridad generales y específicas (toma de temperatura corporal, distanciamiento físico de seguridad, uso de EPP), así como el resto de las medidas establecidas en el presente protocolo.

Debido a la particularidad que presentan algunas organizaciones y centros de trabajo, por el tipo de operaciones a realizar y el número de trabajadores contratados, se deberán incorporar las siguientes recomendaciones para el transporte de personas (vivienda-trabajo-vivienda):

- En caso de utilizar un servicio contratado de transporte, la empresa de transporte deberá cumplir con todas las medidas de bioseguridad establecidas, relacionadas

al servicio que brinda. De no cumplirlas, no se podrá hacer uso de sus servicios. En especial, lo referente a la limpieza y desinfección interna y externa de la unidad, previo a cada viaje.

- En el punto de espera del autobús, el trabajador deberá respetar la distancia de seguridad (entre 1.5 a 2 metros), usando mascarilla quirúrgica, la careta debe colocarse antes de abordar el bus.
- Se debe brindar gel de manos, previo abordaje al bus.
- La cantidad de trabajadores transportados, podrá ser la capacidad del bus siempre y cuando todos vayan sentados.
- Los asientos de las unidades de transporte deben de estar señalizados, delimitando el espacio de uso para cada trabajador (máximo 2 personas por asiento).
- Se mantendrá la ventilación natural con apertura de todas las ventanas.
- Al ingreso, los trabajadores se deben ubicar en los asientos disponibles, comenzar con los asientos libres cercanos a la entrada y seguir hasta completar los asientos al final de la unidad.
- Al egreso, los trabajadores deben de respetar un orden, que debe de comenzar con los más cercanos a la salida de la unidad de transporte, hasta desocupar los últimos asientos de la unidad.
- Se recomienda el uso de diferentes puertas para la entrada y salida de los usuarios, en los casos que sea posible.
- Los trabajadores deberán utilizar la mascarilla en todo momento. Se debe verificar previo al ingreso, el adecuado contacto de los bordes de la mascarilla con la cara, para que exista un cierre o sello de la misma y se evite la transmisión indirecta por microgotas.
- Se debe de implementar el uso de careta (acrílico transparente u otro similar). Esta debe cubrir, a partir de la parte anterior del pabellón auricular, de extremo a extremo y de la parte superior de la frente hasta un mínimo de 3 cm bajo el mentón.

- Las caretas serán de estricto uso personales, en ningún caso deberán de ser prestadas a ninguna persona.
- Es responsabilidad de cada trabajador limpiar la careta a diario y cuantas veces sea necesario utilizando agua y jabón o solución desinfectante.
- El trabajador podrá quitarse la careta una vez baje de la unidad de transporte y deberá guardarla en un lugar seguro.
- La careta debe de estar identificada por cada trabajador, con su nombre visible en una zona que no disminuya la visibilidad, evitando colocar símbolos palabras o frases ofensivas.
- Todo usuario deberá ubicarse en el asiento disponible asignado, evitar el contacto dentro de lo posible, de objetos y superficies presentes (ej. colocar ambas manos sobre el regazo).
- Se debe mantener una posición con vista al frente en todo momento.
- Evitar los contactos frente a frente y las conversaciones innecesarias.
- Es recomendable, designar a algunos trabajadores, la función de monitorear el cumplimiento de las medidas descritas. Su responsabilidad consistirá en velar por una adecuada ubicación de los trabajadores al ingreso y egreso ordenado de las unidades, así como las demás medidas generales y específicas a cumplirse. En caso de existir la necesidad de movilización o circulación dentro de la unidad, deberá evitarse en todo momento, el contacto físico frente a frente de las personas.
- De ser posible, en el interior del bus se colocará información sobre buenas prácticas de higiene y cuidado personal, así como las medidas que se deben de cumplir y las acciones que deben de evitarse durante el traslado.

Limpieza de vehículos de transporte

Se deben limpiar con una solución desinfectante todas las superficies del vehículo, es indispensable el uso de guantes y mascarilla para dicha acción.

Para aquellos trabajadores que se transportan con vehículo propio, se recomienda realizar la misma actividad de limpieza de las superficies de uso frecuente, utilizando una solución desinfectante y el EPP necesario antes y después de su uso.

2. Salida y entrada a la vivienda.

Para esta medida específica de prevención, se recomienda instruir a los trabajadores en seguir de manera rigurosa las siguientes recomendaciones:

- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante.
- Colocar el EPP requerido (al menos mascarilla quirúrgica o similares).
- Mantener en la entrada de la casa, una bandeja plana que contenga la solución desinfectante recomendada en una cantidad que apenas humedezca la suela de los zapatos (pediluvio).
- Retirar los zapatos, realizar limpieza y desinfección en toda su superficie.
- Retirar todos los objetos personales (celular, lentes, llaves, dinero) y realizar limpieza y desinfección en toda su superficie.
- Retirar, desinfectar y desechar o guardar los EPP utilizando las técnicas adecuadas. En el caso de desechar EPP 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.
- Desvestir y colocar la ropa en un cesto con tapa para su lavado y desinfección, tratar de evitar colocarlo con la ropa de la familia que no ha salido, así evitar contaminación cruzada.
- Ingresar descalzo, sin ropa y dirigirse directamente a realizar una limpieza y desinfección corporal. Es importante que la higiene corporal, incluya el pelo.
- Evitar el contacto con cualquier persona antes de que no esté garantizado que su cuerpo está limpio y desinfectado.

3. Entrada y Salida de la organización o centro de trabajo.

Todos los trabajadores y clientes que ingresen a las instalaciones del centro de trabajo deben de cumplir con las siguientes recomendaciones:

- Restringir el acceso a los centros de trabajo, solo personal esencial, promover el teletrabajo y establecer días alternos o turnos de trabajo que reduzcan el número total de trabajadores en las instalaciones.
- Sustituir mecanismos para el control de los accesos de métodos de mayor riesgo (por contacto como huellas digitales, tarjetas, carnet con código de barra) a métodos de menor riesgo (sin contacto como tarjetas PROX, RFID con microchip, fotografía, grabación de videos, etc.). De no ser posible, desinfectar frecuentemente y tener alcohol en gel en los accesos para la desinfección de manos.
- Los trabajadores y clientes deberán portar su mascarilla de manera adecuada antes de ingresar a las instalaciones.
- Establecer punto de inspección para la toma de temperatura de todos los trabajadores y clientes que ingresan a las instalaciones, guardando las distancias mínimo de 1.5 metros entre cada trabajador.
- Utilizar termómetro clínico digital infrarrojo o laser para evitar el contacto y la persona responsable de tomar la temperatura usará EPP (mascarilla quirúrgica, lentes y guantes desechables).
- Organizar la entrada al trabajo de forma escalonada para evitar aglomeraciones en el transporte público y en la entrada a los centros de trabajo.
- Mantener las distancias recomendadas entre personas (entre 1,5 y 2 metros) para los trabajadores y clientes que ingresen a las instalaciones. Se sugiere barreras o señalización de piso para indicar las distancias correspondientes.
- Para los centros de trabajo que cuenten con torniquete/molinete (barra de acceso) para el ingreso, evitar tocarlo con la mano y luego tocarse la cara, y desinfectar periódicamente todas las superficies de contacto frecuente.
- Utilizar el lavado de calzado o pediluvio con una solución desinfectante.
- Instalar dispensadores de alcohol en gel de manos (a base de alcohol al 70%) en todas las áreas de ingreso a los centros de trabajo para la desinfección de manos.

- Los trabajadores y clientes que presenten temperatura por encima de 37.5°C no podrán ingresar al centro de trabajo, se les debe remitir a la unidad de salud dentro de las instalaciones o los centros de salud correspondientes establecidos por las autoridades.
- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante al ingresar o salir de las instalaciones del centro de trabajo.
- Garantizar la limpieza de las zonas de ingreso a los centros de trabajo, bajo un control de registros (responsable, hora) de las veces en que se debe de realizar.

4. Entrada, salida y permanencia en el lugar de trabajo.

Asignación de teletrabajo.

Se asignará la modalidad de trabajo en casa para aquellos trabajadores que cumplan con las condiciones y cuyas funciones le permitan cumplir con sus actividades laborales de manera cotidiana, cada gerencia o jefatura de área determinara quienes por sus funciones podrán hacer teletrabajo además indicará que trabajadores por su historial médico (previamente validado) son considerados como vulnerables y deberán hacer teletrabajo.

Áreas de Trabajo: 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 deben seguir las siguientes indicaciones:

- Uso permanente de mascarilla y medidas de bioseguridad siempre que estén dos o más personas.
- Mantener distanciamiento con los diferentes trabajadores de mínimo 1.5 metros.
- Evitar de manera respetuosa saludos de contacto físico directo con otras personas.

- Limpiar y desinfectar al INGRESO/SALIDA el lugar de trabajo, superficies y objetos a utilizar o utilizados (teclado, ratón, teléfono, pantalla de su computador, utensilios, etc.) diaria y sistemáticamente.
 - Para garantizar una correcta desinfección de superficies y objetos, asegúrese dejar actuar durante al menos 1 minutó, pasar un paño o toallas desechable con una solución de alcohol al 70%. Repetir rutina cada 4 horas.
- Prever dispensadores de gel desinfectante de manos (a base de alcohol al 70%) en las áreas de entrada y salida de oficinas.
- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante periódicamente o si se tuvo contacto con superficies.
- Implementar las recomendaciones de ventilación de acuerdo a Recomendaciones prácticas para la operación de servicios en instalaciones del Sistema de Calefacción, Ventilación y Aire Acondicionado (en el apartado instalaciones sanitarias y de servicio).
- Limitar la movilización dentro de las instalaciones de acuerdo con la descripción de su puesto de trabajo y usar vías como teléfono y computador para la comunicación entre áreas.
- Evitar la acumulación de trabajadores en las máquinas de suministro de agua, café, té u otros. Se debe esperar por turnos, conservando el distanciamiento entre ellos.
- Recomendar el no utilizar los teléfonos, herramientas, equipo de trabajo u otros de sus compañeros de trabajo.

Salas de Equipo y Video Hubs.

- Antes del ingreso a las salas de equipo y video hubs, los trabajadores portarán su kit de seguridad (Mascarillas o similares, gel en base de alcohol al 70%)
- Desinfectarán manos o guantes con gel en base de alcohol al 70%)
- El personal trabajando simultáneamente dentro de las salas de equipos o video hubs, deben respetar las medidas de distanciamiento recomendadas. Si el trabajo se tiene

que realizar entre varias personas, deberán utilizar mascarilla quirúrgica o similares, caretas o lentes de protección visual.

- Controlar y mantener el distanciamiento al ingresar a la sala de equipos.
- Toda persona deberá usar permanentemente la mascarilla dentro de las instalaciones.

Medidas para clientes

- A todo cliente se le deberá tomar la temperatura con termómetro digital clínico antes de ingresar a las instalaciones, se deberá asegurar que la temperatura no supere los 37.5°C. En caso de superarse, la persona encargada deberá aislar al cliente en un lugar apropiado, esperar 10 minutos y tomar nuevamente la temperatura. De continuar elevada, debe orientarse sobre acudir a un centro de atención médica.
- Los clientes deberán usar mascarilla todo el tiempo que este dentro de las instalaciones de los centros de trabajo.
- Los clientes deben tener acceso a gel de manos antes de entrar a las oficinas.
- Para todo cliente se implementará el mismo protocolo de entrada que se utiliza para los trabajadores.

Medidas para los Trabajadores de Tiendas, Call Center, Talleres de Servicios Técnicos y Clientes en Tiendas.

- Limitar capacidad de ocupación en tiendas en base al tamaño de esta respetando en todo momento las condiciones de distanciamiento mínimo entre personas que deberán estar claramente delimitadas y señalizadas.
- Preferiblemente determinar un solo punto de ingreso.
- Para ingresar a cualesquiera sucursal, tienda o almacén de la empresa, los trabajadores y clientes deberán hacer fila para ingreso a la misma manteniendo una distancia entre persona de 1.5 a 2 metros (previamente marcadas/o señalizadas)
- Deberá de portar mascarilla o similar para ingresar uno por uno.

- El guardia de seguridad previa capacitación o quien determine la empresa de telecomunicaciones, tomará la lectura de la temperatura corporal, mediante termómetro infrarrojo clínico a la distancia requerida anteriormente, apuntando a la frente, asegurándose que las personas que ingresen al establecimiento no superen los 37.5° C.
- Se instalarán pediluvios en la entrada para que las personas desinfecten las suelas de los zapatos una vez tomada y validada la temperatura.
- Al ingresar a la tienda se deberá proveer a la persona que ingresa (personal y/o cliente) gel de mano para su desinfección.
- Los trabajadores estarán en sus estaciones de trabajo o escritorios a una separación lateral de 1.3 metros mínimo entre ellos tomando de base la distancias entre sillas ocupadas por el trabajador
- Cada cliente estará a una distancia de 1.5 metros del escritorio del trabajador.
- Se deberá señalar las distancias al momento de realizar una fila para las diferentes áreas (Caja, Servicio al Cliente, entre otros)
- La cantidad de personas que se encuentren dentro de una sucursal, tienda, taller etc. será en base al tamaño de estos, recordando que la distancia es de 1.5 a 2 metros de espacio libre.
- Ningún trabajador deberá intercambiar objetos personales con otros, incluyendo lápices, papelería asignada, teléfonos, etc.
- Si el trabajador sale del centro de trabajo al momento de ingresar nuevamente deberá seguir el protocolo de entrada establecido.
- Se deberá establecer un horario para el tiempo de almuerzo para que los trabajadores eviten conglomeración en área de cafetería.
- Todo equipo o compras que se le entregue a los clientes deberá desinfectarse previamente.
- Mantener una persona encargada de la aplicación, monitoreo y seguimiento del protocolo de bioseguridad para el sector en cada sucursal, tienda, almacén, entre otros.
- Desinfectar los aparatos, posterior a la manipulación por parte de los clientes.

Medidas para los trabajadores en Kioscos en áreas comerciales.

- Se deberá cumplir todos los requerimientos de bioseguridad establecidos por las administraciones de los Centros Comerciales (Malls) o locales comerciales.
- El trabajador asignado al servicio en el kiosco será dotado de careta facial para atención al cliente, mascarilla quirúrgica o similares, gel al 70% de alcohol.
- Se deberá desinfectar todas las superficies periódicamente ya que estas atienden clientes continuamente, así como los aparatos y accesorios que los clientes manipulen.
- Al momento de atender clientes se deberá mantener una distancia entre 1.5 a 2 metros.
- Se deberá proporcionar a los clientes gel al 70% de alcohol.
- No realizar contacto al momento de despedirse del cliente.

Medidas para trabajadores del Área Técnica en visitas de Campo a domicilios de Clientes, vendedores, cuadrillas de activaciones, otros.

Al llegar al domicilio o instalación de servicio para un cliente, el procedimiento a seguir será:

- Desinfectar el vehículo al inicio y al final de la jornada de trabajo con el desinfectante establecido.
- Se deberá desinfectar las herramientas de trabajo al inicio, y después de cada visita al cliente, y al final de la jornada de trabajo.
- Se deberá garantizar mediante supervisión rigurosa, que el personal técnico cuente con las medidas de bioseguridad, como ser: mascarilla, caretas (pantallas faciales) o en su defecto lentes de protección, gel de alcohol al 70% y líquido desinfectante para objetos y superficies.
- Se deberá consultar si hay personas con síntomas de infección como fiebre, tos o problemas para respirar; en caso de que la respuesta sea positiva, se procederá a aplazar la visita hasta salir de cuarentena, tal y como se recomienda por parte de las autoridades gubernamentales.

- Evitar en todo momento aceptar o pedir alimentos u agua, los trabajadores de las empresas de telefonía móvil deberán portar su agua de forma personal.
- Evitar compartir objetos de uso personal como lápiz, papel, etc.
- Utilizar de forma frecuente el gel en base alcohol al 70%.
- Se debe evitar portar papeles a lo largo de la jornada laboral, siempre y cuando las circunstancias lo permitan o que el cliente tenga que firmar algún documento para evitar contaminación cruzada.
- No permitir calzado descubierto o de tela en los trabajadores de campo, preferiblemente calzado que cubra hasta el tobillo.

Para la atención al público tomar en cuenta las siguientes consideraciones:

- El aforo máximo deberá permitir cumplir con el requisito de distancia interpersonal (entre 1.5 y 2 metros).
- Habilitarán mecanismos para el control de acceso y salida de las instalaciones.
- Todo el público, incluido el que espera, debe guardar la distancia interpersonal de acuerdo con las medidas generales.
 - Si durante la espera para el ingreso, se debe aguardar tiempo debido al cumplimiento de distanciamiento social dentro de las instalaciones del centro de trabajo, este debe ser bajo sombra sin exposición a fuentes de calor (sol, maquinaria, etc.) para evitar medidas de temperatura erróneas o falsas.
- El centro de trabajo deberá disponer de equipos de protección individual de reserva (para trabajadores y clientes), a utilizar cuando los riesgos no puedan evitarse o no puedan limitarse lo suficiente por medios técnicos de protección colectiva o mediante medidas o procedimientos ya establecidos de organización del trabajo.
- Los equipos de protección individual serán adecuados a las actividades y trabajos a desarrollar

Reuniones o eventos: Consideraciones clave para prevenir o reducir los riesgos de COVID-19

A. Antes de la reunión o evento

- Consulte los consejos de las autoridades de la comunidad donde planea celebrar la reunión o evento. Siga sus consejos.
- Desarrolle y acuerde un plan de preparación para prevenir la infección en su reunión o evento.
 - Considere si se necesita una reunión o evento cara a cara. ¿Podría ser reemplazado por una teleconferencia o un evento en línea?
 - ¿Podría reducirse la reunión o el evento para que asistan menos personas?
 - Asegure y verifique de antemano los canales de información y comunicación con socios clave como las autoridades de salud pública y atención médica.
 - Preordenar suministros y materiales suficientes, incluidos pañuelos de papel y desinfectante para manos para todos los participantes. Tenga máscaras quirúrgicas disponibles para ofrecer a cualquier persona que desarrolle síntomas respiratorios.
 - Informe a los participantes de antemano que, si tienen algún síntoma o se sienten mal, no deben asistir.
 - Asegúrese de que todos los organizadores, participantes, centros de trabajo de catering y visitantes en el evento proporcionen detalles de contacto: número de teléfono móvil, correo electrónico y dirección donde se hospedarán. Indique claramente que sus detalles se compartirán con las autoridades locales de salud pública si algún participante se enferma con una sospecha de enfermedad infecciosa. Si no están de acuerdo con esto, no pueden asistir al evento o reunión.
- Desarrolle y acuerde un plan de respuesta en caso de que alguien en la reunión presente síntomas de COVID-19 (tos seca, fiebre, malestar general). Este plan debe incluir al menos:
 - Identifique una habitación o área donde alguien que se siente mal o tenga síntomas pueda aislarse de manera segura

- Tenga un plan sobre cómo se pueden transferir de manera segura desde allí a un centro de salud.
- Sepa qué hacer si un participante de la reunión, un miembro del personal o un proveedor de servicios dan positivo para COVID-19 durante o justo después de la reunión
- Acuerde el plan con anticipación con su proveedor de atención médica o departamento de salud asociado.

B. Después de la reunión o evento

1. Conserve los nombres y detalles de contacto de todos los participantes durante al menos un mes. Esto ayudará a las autoridades de salud pública a rastrear a las personas que pueden haber estado expuestas a COVID-19 si uno o más participantes se enferman poco después del evento.
2. Si alguien en la reunión o evento fue aislado como un caso sospechoso de COVID-19, el organizador debe informarles a todos los participantes y las autoridades de la secretaría de salud. Se les debe aconsejar que vigilen por aparición síntomas durante 14 días y tomen su temperatura dos veces al día.
3. Si desarrollan incluso una tos leve o fiebre leve (es decir, una temperatura de 37.5 C o más), deben quedarse en casa y aislarse. Esto significa evitar el contacto cercano (entre 1.5 y 2 metros mínimo) con otras personas, incluidos los miembros de la familia. También deben llamar a su proveedor de atención médica o al departamento de salud pública local, dándoles detalles de sus viajes y síntomas recientes.
4. Agradezca a todos los participantes por su cooperación con las disposiciones vigentes.

5. Instalaciones sanitarias y de servicio.

Personal de limpieza

- Asegurar que el personal de limpieza esté debidamente capacitado para realizar dichas tareas, se debe incluir capacitación sobre el uso correcto del EPP.

- Capacitar al personal sobre los riesgos y peligros de los productos químicos de limpieza a utilizar para la desinfección de las instalaciones.
- Uso de EPP (guantes propios de su actividad, protector facial o gafas, mascarilla) y lavado periódico de las manos.
- Mantener un distanciamiento adecuado de acuerdo a las medidas generales de distanciamiento con los diferentes trabajadores.
- Se recomienda el uso de batas desechables para las actividades de limpieza con material de riesgo biológico y manipulación de los desechos.
 - El EPPS se debe retirar cuidadosamente siguiendo las medidas de bioseguridad mencionadas en los anexos de este protocolo para evitar la contaminación del usuario y del área circundante.
- Establecer cronograma de actividades de limpieza y desinfección con sus respectivos registros, número de veces, responsables y horarios establecidos.
- Portar herramientas de limpieza asignadas y no prestar utensilios entre trabajadores.
- Mantener abastecido el recipiente con la solución desinfectante a utilizar, no mezclar sustancias químicas entre sí.
- Limpiar primero las superficies sucias, deben limpiarse con un detergente y agua o con jabón y agua, según sea el origen de la superficie, luego utilizar una solución desinfectante para la desinfección de objetos y superficies.
- Todos los locales deberán someterse a una limpieza con la frecuencia necesaria, y siempre que sea posible, fuera de las horas de trabajo, con la antelación precisa para que puedan ser ventilados durante media hora al menos antes de la entrada al trabajo.
- Las zonas de contacto frecuentes son todas aquellas con las que los trabajadores y clientes, tiene un contacto físico de manipulación reiterada. Son las áreas de mayor cuidado en las que se debe hacer una correcta, adecuada limpieza y desinfección. Se les dará prioridad y deben ser las primeras a higienizar al comenzar su jornada laboral diaria (manijas de puerta, pasamanos, superficies de

metal, interruptores de luz, servicios sanitarios, lavamanos, ascensor etc., estas áreas deben de limpiarse periódicamente durante la jornada de trabajo.

- Para superficies blandas (porosas), como piso alfombrado, alfombras y cortinas, elimine la contaminación visible si está presente y limpie con limpiadores adecuados indicados para su uso en estas superficies. Después de la limpieza: si los artículos se pueden lavar, lave los artículos de acuerdo con las instrucciones del fabricante y luego séquelos completamente.
- Garantizar que se utilicen las técnicas apropiadas para el manejo de los desechos de la organización o centro de trabajo.
- Toda herramienta y utensilio deberá ser higienizado de acuerdo con las medidas generales.
- El personal de limpieza debe informar inmediatamente algún daño en el EPP (por ejemplo, desgarró en los guantes) o cualquier exposición potencial a su supervisor.
- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante periódicamente y al retirar su EPP. Evite tocarse la cara con los guantes o las manos sin lavar.

Zonas comunes

- Se debe revisar al menos diariamente el funcionamiento de dispensadores de jabón, gel desinfectante, papel desechable, etc., procediendo a reparar o sustituir en aquellos equipos que presenten averías. Se recomienda disponer de un registro de estas acciones.
- También se debe vigilar el funcionamiento y la limpieza de sanitarios y grifos de aseos.
- Reforzar la limpieza de los filtros de aire y aumentar el nivel de ventilación de los sistemas de climatización para renovar el aire de manera más habitual.

Servicios sanitarios.

Los inodoros y urinarios del personal y clientes son el espacio más compartido entre los trabajadores y clientes 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 mismos:

- Antes y después de hacer uso del sanitario/urinario, realizar lavado de manos con agua y jabón, se sugiere la instalación de llaves para el lavabo con cierre automático o lavabo de mando con pedal.
- Facilitar toallas de papel, y recipientes adecuados para el desecho de las mismas.
- Evitar el ingreso a esta área bajo toda circunstancia de alimentos, recipientes de agua, recipientes vacíos, bolsas u otros que puedan generar un foco de infección.
- Procurar mantener un distanciamiento de seguridad recomendado entre personas de 1,5 a 2 metros.
- Habilitar urinarios manteniendo el distanciamiento de seguridad.

Recomendaciones prácticas para la operación de servicios en instalaciones del Sistema de Calefacción, Ventilación y Aire Acondicionado.

- Asegure la ventilación de los espacios con aire exterior.
- Cambie la ventilación a velocidad nominal al menos 2 horas antes del tiempo de uso de las instalaciones y cambie a velocidad más baja 2 horas después del tiempo de uso de las mismas.
- En las noches y fines de semana, no apague la ventilación, pero mantenga los sistemas funcionando a menor velocidad.
- Asegure una ventilación regular con ventanas (incluso en edificios con ventilación mecánica)
- Mantenga la ventilación del inodoro 24/7 en funcionamiento
- Evite abrir ventanas en los inodoros para asegurar la dirección correcta de ventilación.
- Indique a los ocupantes de las instalaciones que descarguen los inodoros con la tapa cerrada

- Cambie las unidades de tratamiento de aire con recirculación a aire 100% exterior
- Inspeccione el equipo de recuperación de calor para asegurarse de que las fugas estén bajo control.
- Apague las bobinas del ventilador o actívelas para que los ventiladores estén continuamente encendidos
- No cambie los puntos de ajuste de calefacción, refrigeración y posibles humectaciones.
- No planifique la limpieza de conductos para este período
- Reemplace el aire exterior central y extraiga los filtros de aire como de costumbre, de acuerdo con el programa de mantenimiento
- Los trabajos regulares de reemplazo y mantenimiento del filtro se realizarán con medidas de protección comunes, incluida la protección respiratoria.
- Utilice los filtros de mayor eficiencia que sean compatibles con el sistema de calefacción, ventilación y aire acondicionado (CVAC) existente y adopte flujos de aire direccionales "limpios a sucios".
- Si los recursos lo permiten, se pueden utilizar ventiladores de techo con rotación ascendente del flujo de aire combinada con sistemas de desinfección con radiación germicida ultravioleta superior (UVGI).

6. Instalaciones para la alimentación (Comedor)

Para los trabajadores que hacen uso de áreas designadas para alimentación

- Evitar el uso de guantes desechables ya utilizados, estos deben de ser retirados y depositados en un basurero designado para desechos contaminados por material biológico antes de empezar a comer.
- Realizar lavado de manos con agua y jabón o desinfección con gel desinfectante de manos (base alcohol al 70%) para entrar al área para alimentación.
- Ingresar en orden, con el distanciamiento adecuado según las medidas generales y evitar, dentro de lo posible, el contacto con superficies. Se sugiere señalar en piso las distancias seguras entre las personas de 1,5 a 2 metros.

- Proporcionar dispensadores de gel desinfectante de manos (a base de alcohol al 70%) en área para alimentación.
- Prever estación de lavado de manos en área de alimentación, se sugiere la instalación de llaves para el lavabo con cierre automático o lavabo de mando con pedal.
- Facilitar toallas de papel y recipientes adecuados para el desecho de las mismas.
- Al toser o estornudar realizarlo según las normas de etiqueta respiratoria establecidas en las medidas generales.
- Cada trabajador es responsable de las medidas de bioseguridad de sus propios alimentos. (Evitar compartir comidas, bebidas, implementos o utensilios a utilizar, con otras personas)
- Limitar la capacidad máxima de 2 trabajadores por mesa, o mejor criterio según el tamaño de estas. De acuerdo con las dimensiones, guardando siempre el distanciamiento adecuado.

7. Instalaciones de atención en salud en la organización o centro 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 prontitud.
- Sensibilizar a los trabajadores sobre 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, señalizado e identificados como residuos biológicos o contaminados.

- 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.

Las unidades de salud que se encuentren dentro de las instalaciones del centro de trabajo deben de identificar a los trabajadores con vulnerabilidades y factores de riesgo. Se deben identificar a todos aquellos trabajadores con ciertas condiciones de salud, que se consideran de riesgo para exposición del SARS-CoV-2 y establecer las correspondientes medidas preventivas.

8. Equipo de Protección Personal (EPP).

Todo trabajador deberá poseer los insumos básicos de bioseguridad (mascarilla, lentes, alcohol gel desinfectante, guantes desechables). Cada uno de los trabajadores es responsable del uso adecuado de los mismos y la vigilancia y seguimiento del uso y buenas prácticas sanitarias será llevado a cabo por los encargados de cada centro de trabajo.

Para esta medida específica de prevención, se recomienda seguir de manera rigurosa las siguientes recomendaciones:

- Garantizar que todo el personal que labora en la organización o centro de trabajo utilice los EPP requerido según su actividad laboral para prevenir la transmisión del virus según lo previsto en la legislación nacional.
- Colocar el EPP antes de entrar a su puesto de trabajo, el EPP desechable una vez utilizado será descartado utilizando las técnicas adecuadas.
- Descartar el EPP desechable, en los recipientes de residuos adecuados con tapa de apertura con pedal, etiquetado con las advertencias precisas.
- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante después de retirar el EPP.
- Los centros de trabajo que decidan implementar el uso obligatorio de la mascarilla deberán hacerlo, en base a las recomendaciones establecidas en las medidas generales y en ningún momento será considerado esto como principal medida de protección, ya que los controles de ingeniería, controles administrativos y prácticas de trabajo seguro siempre serán más efectivos en la reducción de riesgo.
- La utilización de EPP es un requerimiento imprescindible para aquellas áreas 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 ventas, choferes y ayudantes de camiones.

No es imprescindible usar mascarilla durante la jornada laboral si el tipo de trabajo no lo requiere, no se comparten espacios con compañeros de trabajo y ningún otro trabajador ingresa al área del puesto de trabajo.

9. Manejo de desechos sólidos y líquidos.

Para esta medida específica de prevención, se recomienda seguir de manera rigurosa las siguientes recomendaciones:

- Garantizar que se utilicen las técnicas apropiadas para el manejo de los desechos de la organización o centro de trabajo.
- Garantizar que todo el personal que labora en el manejo de desechos sólidos y líquidos utilice los EPP requeridos y cumpla con las técnicas y productos establecidos.
- Disponer de recipientes de basura seguros, con tapa de apertura con pedal.
- Es importante prestar especial atención, al manejo de los desechos que no son habituales en la organización o centro de trabajo, como los provenientes de los EPP y las instalaciones de salud.
- La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos.
- Se recomienda que los pañuelos desechables que el personal emplee para el secado de manos o para el cumplimiento de la “etiqueta respiratoria” sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, de ser posible, accionados por pedal.
- Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos como posible foco de infección señalizada como riesgo biológico).
- En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor o basurero donde haya depositado pañuelos u otros productos usados. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura, con cierre, para su depósito en la fracción resto.

10. Medidas a considerar frente a casos sospechosos y enfermos.

- El trabajador que se encuentre sospechoso de COVID-19 durante la jornada de trabajo deberá portar su mascarilla y evitará hablar con otras personas.
- Se debe aislar a la persona en un área destinada para estos casos, la cual se desinfectará posterior a su salida.

- Remisión de la persona afectada al servicio de atención en salud informando al personal encargado de su transporte de tomar las debidas precauciones en el vehículo.
- Manejo de los datos y la información del caso sospechoso o probable, con la debida confidencialidad.
- El empleador debe estar pendiente de los diagnósticos brindados y del contacto de epidemiólogos de la región para las siguientes medidas a tomar con los trabajadores que han sido contactos.

IV. 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/>

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.

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 o patrono. España. 2020.

Instituto Nacional de Estadísticas (INE). Clasificador nacional de actividades económicas (CIIU4HN-2018). Honduras. 2018. Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.ine.gob.hn/V3/2019/07/04/clasificador-actividad/>

Instituto Nacional de Estadísticas (INE). Encuesta Permanente de Hogares de Propósitos Múltiples. Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.ine.gob.hn/V3/ephpm/>

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.

Occupational Safety and Health Administration (OSHA). Diez Medidas que Todos los Lugares de Trabajo Pueden Tomar para Prevenir la Exposición al Coronavirus OSHA. USA. 2020.

Occupational Safety and Health Administration (OSHA). Guía sobre la Preparación de los Lugares de Trabajo para el virus COVID-19 OSHA.USA. 2020.

Organización Panamericana de la Salud, OPS. COVID-19

Revisado: 13 de abril de 2020

Disponible

en:

https://www.paho.org/hon/index.php?option=com_content&view=article&id=1877:covid-19-informacion-actualizada-sobre-la-nueva-enfermedad-por-coronavirus&Itemid=229

Organización Panamericana de la Salud, OPS. COVID-19

Revisado: 13 de abril de 2020

Disponible en: <https://www.paho.org/hq/index.php?lang=es>

V. 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** 

Sírvase 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
Americas

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 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  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.



Enfermedad por coronavirus 2019

CUBRA SU TOS

EVITE QUE LAS PERSONAS A SU ALREDEDOR SE ENFERMEN



Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar.

Deseche el pañuelo usado en un basurero y lávese las manos con agua y jabón, o use un gel para manos a base de alcohol.



Si no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude en el pliegue interno del codo, no en las manos.



Si está enfermo y hay mascarillas disponibles, úselas para proteger a los demás.

OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
ORGANIZACIÓN REGIONAL DE AMÉRICAS

Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.paho.org/coronavirus

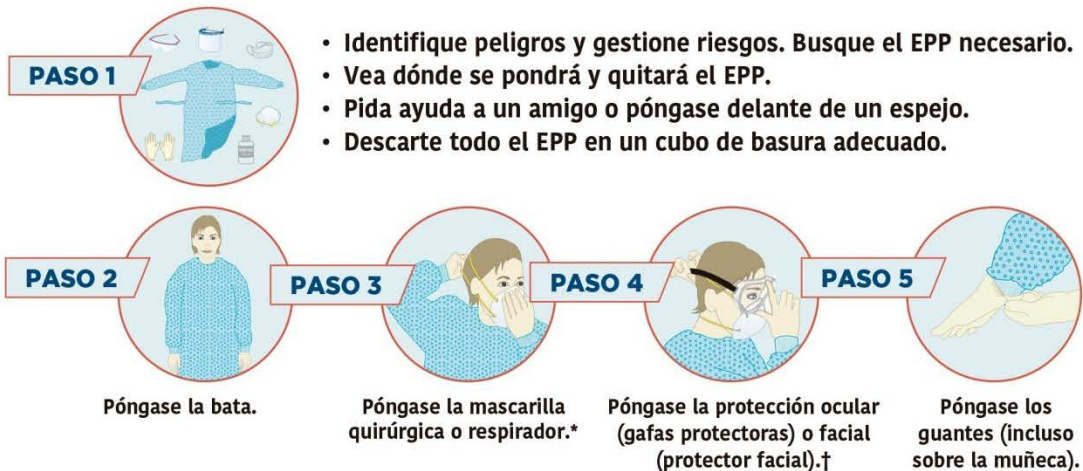
Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

Anexo 5. Técnicas para ponerse y quitarse los EPP.

COVID-19

Enfermedad por coronavirus 2019

CÓMO PONERSE EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)



*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, careta o gafas protectoras (considere la posibilidad de usar gafas antiempañante o un líquido antiempañante).

CÓMO QUITARSE EL EPP

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



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

Anexo 6. Eficiencia de las mascarillas nasobucales.



Fuente: VARSOY Healthcare.

Anexo 7. 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 (varia de 2 cm hasta 15cm), 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 8. 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 $\frac{3}{4}$ partes, en el segundo cubo, de color rojo, que vamos a utilizar para el agua sucia se llena $\frac{1}{4}$ 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 zigzag.
- 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/>