MAS PREVENCIÓN
SERVICIO DE PREVENCIÓN

MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A COVID-19

INFORMACIÓN Y MEDIDAS PREVENTIVAS ANTE LA SITUACIÓN DE CRISIS SANITARIA POR EL CORONAVIRUS COVID-19

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan sólo a animales. Algunos se pueden transmitir de animales a personas. El nuevo coronavirus SARS-CoV-2 (COVID 19) es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y se ha detectó por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China.

Inquieta conocer la expansión de este virus, presente en más de 200 países y que pasados cuatro meses de su identificación haya afectado a más de un millón de personas y ocasionando un número elevado de fallecidos. Respecto a las personas recuperadas, es esperanzador conocer como aumenta la cifra diariamente. Pero dado que estos datos son cambiantes, podemos consultar su evolución en la web del Ministerio de Sanidad, que además de publicar cifras globales, nos informa de la evolución a nivel de nuestro país y autonómico.

Enlace a situación actual

CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS POR INFECCIÓN A CORONAVIRUS COVID-19

Los síntomas más comunes son fiebre y tos. En algunos casos también pueden darse síntomas como dolor de garganta, malestar, mareo, dolor de cabeza y diarrea.
En los casos más graves, la infección puede causar dificultad para respirar, neumonía, fallo renal e incluso la muerte.
Los casos más graves ocurren en personas de edad avanzada o con alguna enfermedad crónica, como enfermedades del corazón, de pulmón o problemas de inmunidad.

Síntomas

Fiebre, tos, sensación de falta de aire

CÓMO SE TRANSMITE LA INFECCIÓN POR CORONAVIRUS COVID-19.

La transmisión se da por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma. Su nivel de contagiosidad depende de la cantidad del virus en las vías respiratorias. Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca. No es probable la transmisión por el aire a distancias mayores de uno o dos metros

¿Cómo se transmite?

Por gotas que se expulsan al toser o estornudar

MEDIDAS PREVENTIVAS EN RELACIÓN A LA SINTOMATOLOGÍA

- Para evitar la transmisión de esta enfermedad Covid-19 y otros procesos respiratorios infecciosos que generan incertidumbre, el personal que tenga síntomas como fiebre, tos o sintomatología de catarro, se recomienda no acudir al trabajo y quedarse en su domicilio en aislamiento preventivo siguiendo las recomendaciones que ha establecido el Ministerio de Sanidad ante la sospecha de ser un posible caso leve de COVID-19 (más información en el anexo de este documento).

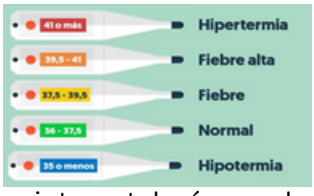
- Al quedarse en domicilio lo antes posible comunicará al personal de recursos humanos de la empresa la ausencia al trabajo y procederá a llamar al teléfono habilitado de su Comunidad Autónoma que atiende dudas y proporciona información sobre su sintomatología. (más información en el anexo de este documento)

Enlace a Teléfonos

- Será en esta comunicación donde le indicarán el proceder en relación a la sintomatología que refiera en el momento de la llamada. También deberá solicitar consulta con su Centro de Salud a través de teléfono, web o la App y le valorarán si procede programar una cita para asistencia sanitaria presencial o telemática así como la prescripción de la baja médica laboral y el seguimiento de su proceso.

- Si a los síntomas iniciales de fiebre y tos le sobreviene una sensación de falta de aire, con empeoramiento y sensación de gravedad con cualquier otro síntoma, deberá llamar al 061.

- Si la sintomatología mencionada de fiebre (temperatura a partir de 37,5 ºC), tos o proceso catarro aparece durante el horario laboral y la empresa dispone de mascarilla, se la deben proporcionar. Si se dispone de termómetro, se puede valorar tomar la temperatura por personal adiestrado de la empresa y objetivar la temperatura inicial.



Si la sintomatología que le aparece en el trabajo, se lo permite, el desplazamiento a su domicilio deberá realizarse siguiendo las recomendaciones preventivas que ha establecido el Ministerio de Sanidad: respetando la distancia social con otras personas, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado al toser o estornudar y utilizar mascarilla si la empresa se la puede proporcionar.

Una vez en su domicilio, debe seguir las recomendaciones que se han comentado en los apartados anteriores de notificación En los casos leves, y durante el aislamiento domiciliario, debe seguir unas normas que puede consultar en:

Enlace a documento

MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

- Durante las actividades que realicen en el puesto de trabajo se debe mantener una distancia social de seguridad dado la transmisión por gota de esta enfermedad. La distancia mínima recomendada es 1 metro, aunque algunos estudios sugieren que sea de 1,8 metros como mínimo, pero teniendo en cuenta que los trabajos realizados implican esfuerzos físicos (sudor, etc.) y en muchas ocasiones dar instrucciones o comunicarse con voz en alto, con el riesgo de expulsión de gotas o esputos, se aconseja dejar una distancia de unos 2 metros entre trabajadores.

- Si se dispone de mascarillas en la empresa se entregarán para utilizarlas en las tareas que se requiera una proximidad menor a 2 metros. Al final de la jornada, se debe guardar adecuadamente y conocer su tiempo de uso siguiendo las instrucciones del fabricante. Asimismo se recomienda lectura de como colocarla adecuadamente. (más información en el anexo de este documento)

.

- En la zona de comedor, vestuario, almacén... con varias personas en su interior se debe mantener las distancias de seguridad recomendadas por la autoridad sanitaria. Asimismo en la zona de comedor y vestuario debe organizarse de modo que el número de personas que acceden puedan mantener esa distancia de seguridad.

- En reuniones con los trabajadores también debe mantenerse esa distancia de seguridad, así como en aquellas zonas que por el motivo que fuera se puedan generar filas de personal, donde se marcará y señalizará la distancia obligatoria de 2 metros.

- En el desplazamiento a la empresa también se deberá tener en cuenta las indicaciones dadas por el gobierno y la autoridad sanitaria de mantener la distancia obligatoria de 2 metros. Como norma general, el personal debe acudir al centro de trabajo en vehículo individualmente, a no ser que el medio de transporte utilizado permita otro tipo de organización.

- Higiene de manos frecuente. Lavado con agua y jabón o desinfección con soluciones alcohólicas.

Por ello, los aseos deben estar en adecuadas condiciones higiénicas, con jabón suficiente y papel de secado. Así mismo, se dispondrá de cubo de basura donde depositar todo el papel utilizado y mascarillas ya usadas. Dicho cubo dispondrá de bolsa de basura adecuada que será cerrada y llevada al contenedor adecuado cada vez que sea necesario.

No comparta utensilios personales

Lávese las manos con agua y jabón

Tápese al toser y estornudar con un pañuelo de papel

Tire el pañuelo en la papelera con apertura a pedal dentro de la habitación

MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

En las instalaciones de la empresa, especialmente en los espacios comunes se recomienda colocar carteles informativos recordando las medidas preventivas marcadas por el ministerio de sanidad.

- Al toser o estornudar,cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado, y si se usan pañuelos desechables, siempre tirarlos tras su uso a contenedores o bolsas de basura y no tirarlos al suelo.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz, y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión.
- Recoger el cabello largo en una coleta o moño bajo.
- Las uñas deben de llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de adornos como anillos, pulseras, relojes.
- Evitar el uso de lentillas, y utilizar solo gafas.

- Limpieza e higiene de las zonas comunes, aseos, así como el mobiliario de oficinas, laboratorio... utilizando los productos desinfectantes autorizados en España para tratar el covid-19 con refuerzo de la misma de modo que siempre estén en condiciones adecuadas.

Lave la ropa a 60-90º y séquela bien

Limpie a diario las superficies que se tocan a menudo con bayetas desechables y lejía.

Use lavavajillas o friegue con agua caliente

No sacudir la ropa meterla en la bolsa hermética. Lavarse siempre las manos después de tocar la ropa

En 1 litro de agua sería añadir de 5 a 10 ml de lejía, que equivale a llenar un pequeño tapón de botella.

Ventilación frecuente de los espacios cerrados (oficina, laboratorio, sala de reuniones, aseos, vestuarios, almacenes...)

BUENAS PRÁCTICAS DE LIMPIEZA

El procedimiento de limpieza y desinfección de las superficies y de los espacios en contacto con el espacio se hará de acuerdo con la política habitual de limpieza y desinfección del centro de trabajo. Existe evidencia de que el coronavirus covid-19 se inactiva en contacto con una solución de hipoclorito sódico (lejía) con una concentración al 0,1%, etanol al 62-71% o peróxido de hidrógeno al 0.5% en el minuto.

- La limpieza general se hará siempre en húmedo, desde las zonas más limpias a las más sucias.
- Limpiar de limpio a sucio, de arriba abajo y de dentro hacia fuera.
- No barrer nunca, recoger la suciedad con mopa o protegiendo el cepillo con textil húmedo.
- Limpiar las superficies con bayetas húmedas.
- El material de limpieza usado tiene que ser exclusivo para esa zona y procedimiento y su desinfección posterior.
- Ventilar, pero no crear corrientes de aire que faciliten el desplazamiento de gérmenes.
- No mezclar productos incompatibles.
- Llevar siempre en el carro de la limpieza los envases originales tanto de detergentes como de desinfectantes, y las zonas susceptibles de estar contaminadas, no entrar con el carro de la limpieza.
- No se recomienda fumigar ni utilizar sprays.
- El material utilizado para limpiar todo tipo de superficies ha de estar lo más escurrido posible.
- Dejar actuar el desinfectante sobre las superficies, no es necesario aclarar ni secar.
- El material utilizado para la limpieza debe dejarse limpio, desinfectado y bien escurrido en cada uso.
- El material de limpieza empleado en las zonas de alto riesgo y /o habitaciones de aislamiento, tiene que ser especifico, es aconsejable utilizar material de un solo uso (bayetas) para las superficies, exceptuando el suelo.
- Durante la manipulación de los productos de limpieza, el personal que los utilice se protegerá para prevenir posibles riesgos con equipos de protección individual (siempre guantes y mascarilla si dispone)
- Incluir en la limpieza los pomos de puertas, armarios, las barandillas, teléfonos, botones de ascensor...
- Para el tratamiento de la vajilla use lavavajillas o friegue con agua caliente. No es necesario usar material y utillaje de cocina desechable.

En la web del Mº de Sanidad se pueden consultar pautas de limpieza y desinfección de superficies y espacios:

Enlace a documento

También se puede consultar listado de productos desinfectantes autorizados para tratar el covid-19.

Enlace a documento

PRODUCTOS VIRUCIDAS

Productos virucidas- Sustancias Activas- autorizados en España TP2 para la desinfección de superficies y aérea, uso ambiental

- Ácido láctico: 0,42%
- Peróxido de hidrogeno: 0.36%, 7.2%, 35%, 59%
- Bis (peroximonosulfato) bis(sulfato) de pentapotasio-sal triple: 49.7% (10.49% oxigeno disponible)
- Peróxido de hidrogeno: 25%,Ácido peracético: 5%,
- Ácido acético 8%
- Cloruro de didecildimetil amonio: 6.9%
- Hipoclorito sódico (cloro activo): 2.6%, 4.2%, 13%
- Cloruro de didecil dimetil amonio: 0,6 %, 4,5 %, 6.93%, 7%, 7.2%
- Bifenil-2-ol: 0.4%, Etanol: 30.6%
- Ácido salicílico: 2.5%, Peróxido de hidrogeno: 6.36%
- Ácido salicílico: 0.11%, Peróxido de hidrogeno: 0.3%
- Cloruro de alquildimetilbencil amonio: 7.28%
- Peróxido de hidrogeno: 0.2%,
- Acido peracético: 0.05%
- Dicloroisocianurato sódico: 81%
- Cloruro de didecildimetil amonio: 5%, Cloruro de alquil C12-16 dimetilbencil amonio: 5%
- Cloruro de alquil C12- 16 dimetilbencil amonio: 10%
- Dicloroisocianurato sódico: 81%
- Etanol: 71%, Fenoxietanol: 2.1%,
- N-(3-aminopropil)-Ndodecilpropano- 1,3- diamina: 0.1%
- Dicloroisocianurato sódico dihidratado: 81%
- Cloruro de didecildimetil amonio: 5%, Cloruro de bencil C12-C16 alquildimetil amonio: 5%
- Peróxido de hidrogeno: 5%, Plata: 0.00415
- Propan-1-ol: 49%, Propan-2-ol: 19.5%
- Cloruro de bencil- C12-C16- alquildimetilamonio: 10%

EVALUACIÓN DE RIESGOS DE EXPOSICIÓN ANTE COVID-19 EN RELACIÓN A LA ACTIVIDAD DE LA EMPRESA

En relación al procedimiento de actuación para los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-COV-2) publicado por el Ministerio de Sanidad y dado que el contacto con el virus puede afectar al entorno laboral, corresponde a las empresas evaluar el riesgo de exposición y seguir las recomendaciones que sobre el particular emita el Servicio de Prevención, siguiendo las pautas y recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias.

En función de la naturaleza de las actividades y los mecanismos de transmisión del nuevo coronavirus SARS-CoV-2, podemos establecer los diferentes escenarios de riesgo en los que se pueden encontrar los trabajadores, que se presentan en la Tabla 1, y entendiendo por:

- **Exposición de riesgo: aquellas situaciones laborales en las que se puede producir un "contacto estrecho" con un caso confirmado de infección por el SARS-CoV-2 sintomático.**
- **Exposición de bajo riesgo: aquellas situaciones laborales en las que la relación que se pueda tener con un caso probable o confirmado no incluye contacto estrecho.**
- **Baja probabilidad de exposición: trabajadores que no tienen atención directa al público o, si la tienen, se produce a más de dos metros de distancia, o disponen de medidas de protección colectiva que evitan el contacto (mampara de cristal, separación de cabina de ambulancia, etc.).**

Tabla 1. Escenarios de riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2 en el entorno laboral

EXPOSICIÓN DE RIESGO	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN
Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende a una persona sintomática. Técnicos de transporte sanitario, si hay contacto directo con la persona sintomática trasladada. Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en el trabajo con una persona sintomática.	Personal sanitario cuya actividad laboral no incluye contacto estrecho con una persona sintomática, por ejemplo: – Acompañantes para traslado. – Celadores, camilleros, trabajadores de limpieza. Personal de laboratorio responsable de las pruebas de diagnóstico virológico. Personal no sanitario que tenga contacto con material sanitario, fómites o desechos posiblemente contaminados. Ayuda a domicilio de contactos asintomáticos.	Trabajadores sin atención directa al público, o a más de 2 metro de distancia, o con medidas de protección colectiva que evitan el contacto, por ejemplo: – Personal administrativo. – Técnicos de transporte sanitario con barrera colectiva, sin contacto directo con el paciente. – Conductores de transportes públicos con barrera colectiva. – Personal de seguridad.
REQUERIMIENTOS		
En función de la evaluación específica del riesgo de exposición de cada caso: componentes de EPI de protección biológica y, en ciertas circunstancias, de protección frente a aerosoles y frente a salpicaduras.	En función de la evaluación específica del riesgo de cada caso: componentes de EPI de protección biológica.	**No necesario uso de EPI.** En ciertas situaciones (falta de cooperación de una persona sintomática): – protección respiratoria, – guantes de protección.

GESTIÓN PREVENTIVA DEL TRABAJADOR ESPECIALMENTE VULNERABLE A COVID-19.

Según el procedimiento de actuación para los Servicios de Prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-COV-2), debe evitarse la exposición de los trabajadores que en función de sus características personales o estado biológico conocido, debido a patologías previas, medicación, trastornos inmunitarios o embarazo, sean considerados especialmente vulnerables a este riesgo biológico. El Ministerio de Sanidad en uno de sus documentos ha incluido dentro de los grupos vulnerables a los mayores de 60 años, y aquellas personas diagnosticadas de hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedad hepática crónica, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer en fase de tratamiento activo, inmunodeficiencias, y el embarazo por el principio de precaución.

Según indicaciones del Ministerio de Sanidad, es responsabilidad de los Servicios de Prevención identificar trabajadores vulnerables frente a la infección por Covid 19.
En nuestra web: Procedimiento trabajadores vulnerables frente infección COV-19. se detalla este protocolo específico de vigilancia de la salud.

Enlace a www.spmas.es

Cuando la empresa nos comunique que valoremos a algún trabajador que puede considerarse vulnerable frente a posible infección por COVID-19, se ha establecido que desde el departamento de Vigilancia de la Salud del Servicio de Prevención se accederá al historial médico del trabajador y si se considera oportuno en los casos que proceda se le solicitaría al trabajador que aportara informe actualizado de su médico de atención primaria o especialista así como la hoja de tratamiento sobre los fármacos que tiene prescritos.

Con la información disponible se valorará desde el departamento de Vigilancia de la Salud del servicio de prevención si se cumple el criterio de trabajador especialmente vulnerable a covid 19, y se emitirá un escrito para que lo reciba tanto la empresa como el trabajador.

En el escrito que se emite se detallan las recomendaciones:
· Se deben extremar al máximo las medidas de higiene de manos (utilizando agua y jabón o solución hidroalcohólica)
. Se debe respetar en la actividad laboral y fuera del trabajo una distancia social superior a 1 metro.
· Se recomienda valorar medidas organizativas por parte de la empresa

Con el escrito que recibe el trabajador especialmente vulnerable a covid 19, éste puede solicitar consulta en su Centro de Salud, bien por teléfono o por la web o la App .

Y será su centro de salud quien valorará programarle una cita para asistencia sanitaria presencial o no presencial, así como la prescripción de la baja médica laboral o no considerarla.

GESTIÓN PREVENTIVA DEL TRABAJADOR ESPECIALMENTE VULNERABLE A COVID-19.

Hay que recordar que en la actual situación de pandemia a Covid-19 en el caso de que algún trabajador especialmente vulnerable a covid 19 presentara síntomas como fiebre o clínica respiratoria, deberá realizar automáticamente medidas de aislamiento domiciliario y contactar con los servicios de atención primaria que se han establecido en los protocolos de cada Comunidad Autónoma llamando al teléfono habilitado que atiende dudas y proporciona información sobre Covid 19, y le indicarán el proceder en relación a la sintomatología que refiera en el momento de la llamada, bien seguir con aislamiento preventivo o recomendarle acudir al hospital.

Lógicamente si se le recomienda permanecer en domicilio, lo comunicará al personal de recursos humanos de su empresa, sabiendo que la prescripción de una baja laboral por ausencia al trabajo, hasta la fecha solo la emite su médico de familia, para ello tendría que solicitar consulta en su Centro de Salud, siguiendo las recomendaciones comentadas.

En la situación actual, su centro de salud tras solicitar la consulta valorará programarle una cita para asistencia sanitaria presencial o no presencial, así como la prescripción de la baja médica laboral y el seguimiento de su proceso.

GESTIÓN DE LA EMPRESA RESPECTO AL TRABAJADOR ESPECIALMENTE VULNERABLE A COVID-19.

Enlace a www.spmas.es

Dado que en la empresa puede haber trabajadores con enfermedades a los que puede aumentar su susceptibilidad frente a la infección por COVID 19, sería importante que, todo el personal que pueda estar encuadrado en uno de los supuestos mencionados lo comunique al departamento de recursos de la empresa para que este pueda informar al Departamento de Vigilancia de la Salud de su Servicio de Prevención, y así su personal sanitario consultar el expediente de cada trabajador identificado y valorarlo de manera individualizada.

La situación atípica que se ha producido en nuestra sociedad con la pandemia de coronavirus, que no tiene un origen laboral, pero que nos afecta a todos, ha originado que las autoridades sanitarias adopten decisiones extraordinarias que nos obliga a colaborar conjuntamente tanto a servicios de prevención, empresa y personas trabajadoras.

Por ello, se solicita la colaboración y apoyo para que se transmita a la plantilla un comunicado en el que, como medida preventiva organizativa, temporal y extraordinaria, por motivos de salud pública y de su propia integridad física, aquellas personas que pudieran estar en grupos de riesgo por padecer patologías previas que pudieran poner en riesgo su salud, puedan advertirlo, sin desvelar ningún dato de salud, con la finalidad de que el servicio médico de vigilancia de la salud del servicio de prevención determine si son especialmente sensibles al riesgo por coronavirus.

Como empresa no deben conocer ningún dato referente a la salud, pero sí garantizar de manera específica la protección de los trabajadores que, por sus propias características personales o estado biológico conocido, sean especialmente sensibles.

GESTIÓN PREVENTIVA DEL TRABAJADOR ESPECIALMENTE VULNERABLE A COVID-19.

Según indicaciones del Ministerio de Sanidad, es responsabilidad de los Servicios de Prevención el determinar que trabajadores pertenecen a un grupo vulnerable para el COVID 19 en el desarrollo de su actividad laboral.Se considera grupo vulnerable, todo trabajador con enfermedades o situación de embarazo que pueda aumentar su susceptibilidad frente a la infección por COVID 19.Si considera que algún trabajador de su plantilla pertenece a un grupo vulnerable, se tienen que poner en contacto con el personal de MAS Prevención responsable de su empresa para que le indique la forma de proceder en cada caso.

¿Cuáles son los grupos vulnerables?

- Mayores de 60 años.
- Hipertensió arterial.Diabetes.
- Enfermedades cardiovasculares.
- Enfermedades pulmonares crónicas.
- Cáncer en fase de tratamiento activo.
- Inmunodeficiencias.
- Embarazo.

En cualquier caso, por indicaciones del Gobierno de España, en este apartado sólo se valorarán las empresas que pueden permanecer abiertas tras la declaración del estado de alarma.SI alguno de sus trabajadores pertenecen a este grupo, descargue el fichero adjunto y remítalo a su técnico en vigilancia de la salud o técnico de prevención habitual para valoración según el protocolo establecido para COVID-19.

Acceda al documento en el siguiente enlace:

Enlace a www.spmas.es

Apellidos y nombre	Puesto de trabajo	DNI	Teléfono de contacto	Posibilidad de adaptación del puesto de trabajo (distancia social 2 metros, teletrabajo...), protección adecuada que evite el contagio o reubicación en otro puesto exento de riesgo de exposición al SARS-CoV-2 (SI/NO)	Dirección de e-mail

MÁS PREVENCIÓN, SERVICIO DE PREVENCIÓN, S.L.U con CIF B99083404 y domicilio social en calle Monasterio de Samos, 31- 33, 50013 Zaragoza, le informa que los datos de carácter personal que nos han proporcionado tienen la finalidad de proceder a la valoración del trabajador, de acuerdo con los criterios del Ministerio de Sanidad, sobre la pertenencia a grupo de población más vulnerable a la enfermedad provocada por el virus SARS-CoV-2 (COVID-19) y comunicación a la empresa empleadora al objeto de adoptar las medidas preventivas necesarias para la protección de la salud. Base legitimadora para esta finalidad es: Proteger intereses vitales de la persona física y terceros (art. 6.1 d RGPD). Interés público (art. 6.1. e y 9.2.I RGPD). Obligación Legal (art. 6.1 c y 9.2 h. RGPD). Se cederá a la empresa en la que presta sus servicios un informe donde se indicará si es considerado trabajador sensible o no de acuerdo a los mencionados criterios del Ministerio de Sanidad y a las autoridades sanitarias si fuera requerido. No existen transferencias internacionales de datos. Podrá ejercer los derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición, portabilidad, limitación o suprimir los datos, ante SPMAS en la dirección indicada ut supra, aportando documentación que acredite su identidad e indicando el derecho que desea ejercer. Puede presentar una reclamación ante la autoridad competente www.aepd.es.

TRABAJADOR DE LA EMPRESA QUE HA SIDO DIAGNOSTICADO POSITIVO POR CORONAVIRUS

En el caso de que se conozca que un trabajador de la empresa ha sido diagnosticado positivo por coronavirus Covid-19 se debe seguir el protocolo establecido por el Ministerio de Sanidad, Intentando identificar a todo el personal de la empresa, incluyendo personal de subcontratas y autónomos que hayan podido tener contacto durante los últimos 15 días y que cumpla el criterio de contacto estrecho, que sería aquel trabajador que haya estado en el mismo lugar que el caso afectado mientras presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.

.

Dado que los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales son los encargados de establecer los mecanismos para la investigación y seguimiento de los contactos estrechos en el ámbito de sus competencias, de forma coordinada con las autoridades de salud pública, la empresa deberá informarnos de aquellos casos conocidos con el fin de aplicar el protocolo COVID 19: estudio y manejo de contactos donde se estable si

1. **El trabajador que cumple criterio de contacto estrecho o**
2. **El trabajador que no cumple criterio de contacto estrecho.**

En el caso de que se considere que el trabajador cumple el criterio de contacto estrecho, tanto la empresa como el trabajador recibe un escrito con las siguientes recomendaciones:

- **Debe realizarse cuarentena domiciliaria durante 14 días.**
- **Si durante los 14 días posteriores a la exposición desarrolla síntomas y la situación clínica lo permite, deberá continuar con autoaislamiento domiciliario.**
- **Deberá contactar con los servicios de atención primaria según se haya establecido en los protocolos de cada CCAA. (más información en el anexo de este documento)**
-

Enlace a
www.spmas.es

En la situación de pandemia ¿a quien se le hace el test del coronavirus?

- **Personas con infección respiratoria aguda con criterio de ingreso hospitalario, así se asegura la transmisión en los hospitales.**
- **Personas con infección respiratoria aguda que sean: personal sanitario, personal socio-sanitario, y otros servicios esenciales. Así garantizamos los servicios esenciales y protegemos a los grupos vulnerables controlando la transmisión.**

SEGUIMIENTO DE CONTACTOS ESTRECHOS COVID-19
Comunicado para trabajadores COVID-19

Enlace a
www.spmas.es

Según el procedimiento de actuación frente a casos de infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2) del 15 de marzo: Los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales serán los encargados de establecer los mecanismos para la investigación y seguimiento de los contactos estrechos en el ámbito de sus competencias, de forma coordinada con las autoridades de salud pública.

Las personas que presenten síntomas leves se les indicará que contacten con sus servicios de salud o los teléfonos habilitados en cada CCAA.

Se convertirán en casos posibles: caso con infección respiratoria aguda leve sin criterio para realizar el test diagnóstico.

En los casos posibles: se indica aislamiento domiciliario durante 14 días desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto. El seguimiento y alta será supervisado por su médico de atención primaria.

Se clasifica como contacto estrecho de casos posibles, probables o confirmados:
Cualquier persona que haya proporcionado cuidados mientras el caso presentaba síntomas: trabajadores sanitarios que no han utilizado las medidas de protección adecuadas, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar
-Convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.

Cuando el Servicio de Prevención de una empresa tenga conocimiento de la existencia de un caso posible, probable o confirmado de enfermedad por el coronavirus COVID-19, el servicio de prevención investigará la existencia de contactos estrechos de ese caso dentro de la empresa.

El área sanitaria del Servicio de Prevención informará a las personas calificadas de ser contacto estrecho de que deberán realizar cuarentena domiciliaria durante 14 días desde que se produjo el contacto.

Ante la existencia de un posible contacto estrecho, deberían de enviar la relación de trabajadores que cumplen con la definición de contacto estrecho.

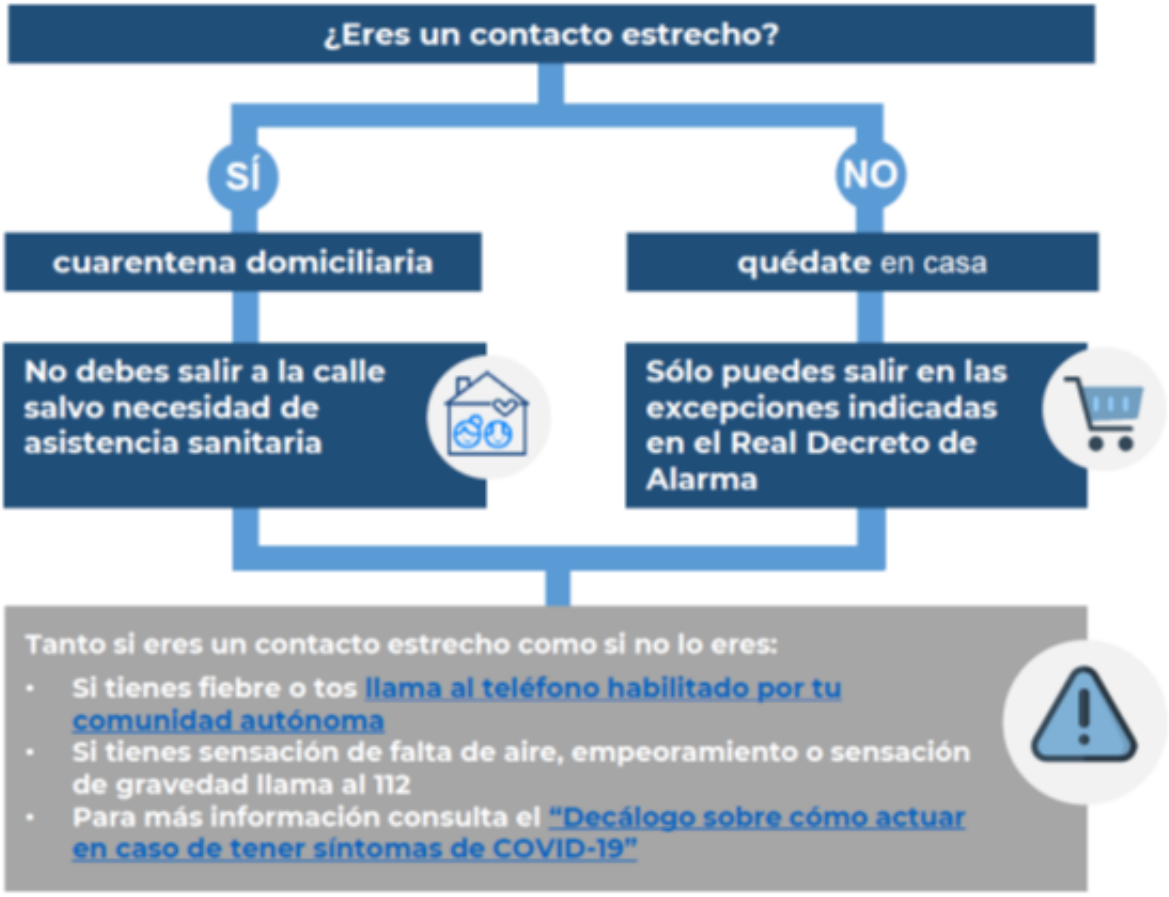
Apellidos y nombre	Puesto de trabajo	DNI	Tel. contacto	Dirección e-mail

MAS PREVENCION, SERVICIO DE PREVENCIÓN, S.L.U con CIF B99083404 y domicilio social en calle Monasterio de Samos, 31- 33, 50013 Zaragoza, le informa que los datos de carácter personal que nos han proporcionado tienen la finalidad de proceder a la valoración del trabajador, de acuerdo con los criterios del Ministerio de Sanidad, sobre la pertenencia a grupo de población más vulnerable a la enfermedad provocada por el virus SARS-CoV-2 (COVID-19) y comunicación a la empresa empleadora al objeto de adoptar las medidas preventivas necesarias para la protección de la salud. Base legitimadora para esta finalidad es: Proteger intereses vitales de la persona física y terceros (art. 6.1. d RGPD). Interés público (art. 6.1. e y 9.2.I RGPD). Obligación Legal (art. 6.1 c y 9.2 h. RGPD). Se cederá a la empresa en la que presta sus servicios un informe donde se indicará si es considerado trabajador sensible o no de acuerdo a los mencionados criterios del Ministerio de Sanidad y a las autoridades sanitarias si fuera requerido. No existen transferencias internacionales de datos. Podrá ejercer los derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición, portabilidad, limitación o suprimir los datos, ante SPMAS en la dirección indicada ut supra, aportando documentación que acredite su identidad e indicando el derecho que desea ejercer. Puede presentar una reclamación ante la autoridad competente www.aepd.es.

¿Qué hago si conozco a alguien con síntomas de coronavirus?

En primer lugar debemos saber si hemos tenido un contacto estrecho o no. Un contacto estrecho se produce cuando:

- Has cuidado a una persona con coronavirus o con sospecha de coronavirus.
- Has mantenido una relación próxima (menos de 2 metros) y continuada.



WEB Y TELÉFONOS DE INFORMACIÓN Y CONSULTA SOBRE CORONAVIRUS COVID-19.

MAS PREVENCIÓN

Enlace a www.spmas.es

ATENCIÓN AL CLIENTE SOBRE CORONAVIRUS.

Para realizar preguntas y trasladar sus dudas, puede ponerse en contacto con nosotros a través de las siguientes vías.
Email: coronavirus@spmas.es Teléfonos: 976 11 61 96 Horario: De lunes a viernes de 7:00 h. a 19:00h

GOBIERNO DE ESPAÑA

Enlace a Gobierno de España

AGENCIA DE PROTECCIÓN DE DATOS

Agencia protección de datos

CENTRO EUROPEO PARA LA PREVENCIÓN Y EL CONTROL DE ENFERMEDADES (ECDC)

ECDC CORONAVIRUS

ECDC FAQS

ECDC INFO

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS)

OMS INFO

CENTROS PARA EL CONTROL Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES (CDC)

CDC

INFORMACIÓN DE ACTUALIDAD FRENTE A COVID-19

¿Cómo se transmite?

Por gotas que se expulsan al toser o estornudar

Síntomas

Fiebre, tos, sensación de falta de aire

Medidas de prevención

- Lavado de manos.
- Evitar tocarse la nariz, ojos y boca.
- Al toser o estornudar taparse la nariz con el codo flexionado.
- En caso de sufrir una infección respiratoria evitar el contacto con otras personas.

Sólo si tienes síntomas, y tienes personas a tu cargo sigue estos pasos:

- Mantente aislado siempre que sea posible.
- Lávate las manos siempre que sea posible y SIEMPRE antes y después de cada contacto.
- Protégete boca y nariz usando mascarilla, o un pañuelo de tela.

Protocolo de actuación frente a síntomas

EVITAR ACUDIR DIRECTAMENTE AL CENTRO DE SALUD

- Vaya al centro de salud únicamente ante una emergencia.
- La colaboración ciudadana es fundamental para que el sistema sanitario pueda dar respuesta a la situación actual.
- Para atender dudas y solicitudes de información:

Teléfonos de atención Sanitaria

- Andalucía: 955 545 060
- Aragón: 976 696 382 - 061 Sólo casos urgentes
- Baleares: 061
- Canarias: 900 112 061
- Cantabria: 112 y 061
- Castilla la Mancha: 900 122 112
- Castilla León: 900 222 000
- Cataluña: 061
- Comunidad de Madrid: 900 102 112
- Comunidad Foral de Navarra: 948 290 290
- Comunidad Valenciana: 900 300 555
- Galicia: 900 400 116 y según los casos deriva al 112
- La Rioja: 941 298 333 y según los casos se deriva al 112.
- Región de Murcia: 900 121 212 y según los casos se deriva al 112.
- País Vasco: 900 203 050
- Principado de Asturias: 112

MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A COVID-19

Lavado de manos:

El lavado de manos tiene que durar mínimo 20 segundos.

Humedece tus manos

Utiliza jabón

Fronta palma contra palma

Palma sobre dorso

Zonas interdigitales

Dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta

Pulgares

Uñas frente a palma

Aclara tus manos

Seca tus manos con papel desechable

Cierra el grifo con el papel

Sus manos son seguras

A tener en cuenta:

Todos los pasos tienen que hacerse en ambas manos.
Llevar las uñas cortas y cuidadas, no llevar joyas ni relojes.

El mismo procedimiento debería llevarse a cabo con el gel hidroalcohólico.

CÓMO ACTUAR EN CASO DE SÍNTOMAS DE COVID-19

Protocolo de actuación:

Saber cómo actuar nos puede ayudar a controlar mejor las situaciones que puedan surgir estos días y a prestar ayuda a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

1 Auto-aislarte
Habitacion de uso individual con ventana manteniendo la puerta cerrada y baño individual.

2 Mantente Comunicado
Ten disponible un teléfono para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos.

3 Sensación de Gravedad
Si tienes sensación de falta de aire o sensación de gravedad por cualquier otro síntoma llama al 112

4 Teléfono de tu CC.AA.
También puedes llamar al teléfono habilitado para la Comunidad Autónoma.

5 Autocuidados
Un paracetamol para controlar la fiebre, ponte paños húmedos en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; bebe líquidos, descansa, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando.

6 Aislamiento Domiciliario
Una vez realizado lo más inmediato, aplica las recomendaciones para el aislamiento domiciliario, e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena.

7 Lavado de manos
Asegúrate de que sabes realizar un lavado de manos adecuado.

8 Si empeoras
Si tienes sensación de que empeoras y tienes dificultad respiratorio o no se controla la fiebre, llama al 112.

9 14 días
Se recomienda mantener el aislamiento 14 días desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto.

10 Alta
El seguimiento y el alta será supervisado por su médico de Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma.

A tener en cuenta: **Información proveniente de Fuentes Oficiales.**

Les recordamos que ponemos a su disposición:
Call center: 976 11 61 96 Email: coronavirus@spmas.es
que atenderá sus peticiones y dudas de L-V de 7:00 a 19:00

AISLAMIENTO DOMICILIARIOS DE CASOS LEVES: COVID-19

Protocolo de actuación:

Saber cómo actuar nos puede ayudar a controlar mejor las situaciones que puedan surgir estos días y a prestar ayuda a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

1 **Quédese en casa**
Evite salir de la habitación, manteniéndola ventilada y con la puerta cerrada.

2 **Evite distancias menores**
de dos metros de los convivientes.

3 **Autocuidado**
Un paracetamol para controlar la fiebre, ponte paños húmedos en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; bebe líquidos, descansa, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando.

4 **Utilice su propio baño**
Si lo comparte, debe desinfectarse antes de que lo usen otros.

5 **Productos de higiene**
Tenga en la habitación productos de higiene de manos.

6 **Tenga un cubo de basura**
con pedal en la habitación. Los productos de desecho deben tirarse en la bolsa de plástico colocada dentro del cubo de basura. Anúdela bien antes de tirarla.

PERSONA CUIDADORA

7 **Cuarentena 14 días.**
La persona responsable de los cuidados será considerada contacto estrecho y deberá realizar cuarentena domiciliaria durante 14 días.

8 **Factores de riesgo**
La persona cuidadora no debe tener factores de riesgo de complicaciones y debe realizar autovigilancia de los síntomas.

9 **Utilice mascarilla cuando comparta espacio.**

10 **Guantes para cualquier contacto con secreciones.**

11 **Lave las manos si entra en contacto aunque haya usado guantes.**

AISLAMIENTO DOMICILIARIOS PERSONA CUIDADORA

PERSONA CUIDADORA

1 Cuarentena 14 días.

La persona responsable de los cuidados será considerada contacto estrecho y deberá realizar cuarentena domiciliaria durante 14 días.

2 Factores de riesgo

La persona cuidadora no debe tener factores de riesgo de complicaciones y debe realizar autovigilancia de los síntomas.

3 Utilice mascarilla cuando comparta espacio.

4 Guantes para cualquier contacto con secreciones.

5 Lave las manos si entra en contacto aunque haya usado guantes.

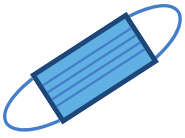
PREVENIR CONTAGIOS

Tápese al toser y estornudar con un pañuelo de papel

Tire el pañuelo en la papelera con apertura a pedal dentro de la habitación

Lávese las manos con agua y jabón

No comparta utensilios personales como toallas, vasos, platos cubiertos y cepillo de dientes.



Póngase la mascarilla si sale a espacios comunes o alguien entra en la habitación, mantenga la distancia y lávese las manos al salir

Comuníquese por un teléfono para evitar salir de la habitación

LIMPIEZA

Use lavavajillas o friegue con agua caliente

No sacudir la ropa meterla en la bolsa hermética. Lavarse siempre las manos después de tocar la ropa.

Lave la ropa a 60-90º y séquela bien

Limpie a diario las superficies que se tocan a menudo con bayetas desechables y lejía.

PROTOCOLOS AL ENTRAR EN CASA - COVID19

AL VOLVER A CASA INTENTA NO TOCAR NADA

Lo primero que debes hacer es lavarte las manos.

QUÍTATE LOS ZAPATOS

Y desinféctalos con lejía.

DESINFECTA LAS PATAS DE TU MASCOTA

si has salido a pasearlo.

QUÍTATE LA ROPA EXTERIOR

Lávala a 60,90º

DEJA BOLSO, CARTERAS, LLAVES EN UNA CAJA

en la entrada

DÚCHATE Y SI NO PUEDES LAVA TODAS LAS ZONAS EXPUESTAS

Manos, muñecas, cara, cuello

LAVA LA PANTALLA DEL MÓVIL Y TUS GAFAS

con alcohol o un paño y agua y jabón.

LIMPIA CON LEJÍA LAS SUPERFICIES QUE HAYAS TRAÍDO DEL EXTERIOR

20ml de lejía por litro de agua.

QUÍTATE LOS GUANTES CON CUIDADO

Tíralos y lávate las manos.

RECUERDA QUE NO SE PUEDE HACER UNA DESINFECCIÓN TOTAL

Es sólo por precaución.

A tener en cuenta:

Información proveniente de Fuentes Oficiales.

Les recordamos que ponemos a su disposición:
Call center: 976 11 61 96 Email: coronavirus@spmas.es
que atenderá sus peticiones y dudas de L-V de 7:00 a 19:00

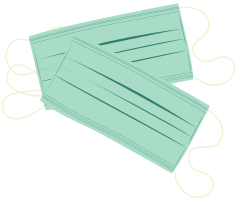
PROTOCOLOS AL SALIR DE CASA - COVID19

AL SALIR PONTE UNA CHAQUETA DE MANGA LARGA

De esta forma estarás más protegido.

RECÓGETE EL PELO, NO LLEVES JOYAS NI RELOJES

Te tocarás menos la cara.



SI TIENES MASCARILLA PÓNTELA ANTES DE SALIR.

RECUERDA QUE ESTA MEDIDA NO ES IMPRESCINDIBLE.

INTENTA NO USAR EL TRANSPORTE PÚBLICO.

Si coges tu vehículo, recuerda ir solo.

SI VAS CON TU MASCOTA, PROCURA QUE NO SE ROCE

con superficies en el exterior.

LLEVA GUANTES POR SI TOCAS CUALQUIER SUPERFICIE.

O pañuelos desechables.

INTENTA NO PAGAR EN EFECTIVO

Paga siempre con tarjeta.

SI TOSES O ESTORNUDAS, HAZLO EN EL CODO.

MANTÉN LA DISTANCIA DE SEGURIDAD CON LAS PERSONAS QUE TE CRUCES

SALIDAS RESPONSABLES

Recuerda las medidas que el estado de alarma ha impuesto.

A tener en cuenta: **Información proveniente de Fuentes Oficiales.**

Les recordamos que ponemos a su disposición:
Call center: 976 11 61 96 Email: coronavirus@spmas.es
que atenderá sus peticiones y dudas de L-V de 7:00 a 19:00

USO DE GUANTES COMO MEDIDA PREVENTIVA FRENTE A COVID-19 ACLARACIONES BÁSICAS

1) Los guantes únicamente protegen tus manos.

2) Están en contacto con las superficies del exterior que podrían estar contaminadas, por tanto el guante puede estar contaminado.

3) Los guantes deben ser desechables.
No son EPIS reutilizables.

NO TE TOQUES LA BOCA, LA NARIZ, NI LOS OJOS CUANDO LLEVES GUANTES

SI LO HACES PODRÍAS CONTAMINAR ESTAS ZONAS

¡Acuérdate de que llevas guantes!

No te confíes, no adquieras una falsa sensación de seguridad.
No toques tu cara.

Lava tus manos tras el uso de guantes

Recuerda lavar tus manos cuando te quitas los guantes. Que los hayas llevado no implica que tus manos estén libres de bacterias.

Conoce el protocolo para quitar tus guantes de forma segura

Es importante que no toques la parte contaminada.

CÓMO QUITARTE LOS GUANTES DE FORMA SEGURA

MEDIDA PREVENTIVA FRENTE A COVID-19

PASO 1

Agarra la parte exterior del guante por la muñeca sin tocar tu piel.

PASO 2

Despega el guante de tu mano, tirando de él de adentro hacia afuera.

PASO 3

Sostén el guante que acabas de quitarte con la mano que aún tienes enguantada

PASO 4

Despega el segundo guante metiendo los dedos dentro de él a la altura de tu muñeca

PASO 5

Da la vuelta al segundo guante mientras lo despegas de tu mano y deja dentro de él el primer guante

PASO 6

Desecha los guantes de forma segura, sin reutilizarlos en ningún caso

PASO 7
LAVA TUS MANOS

Inmediatamente después de quitarte los guantes lava tus manos con agua y jabón

Fuente: Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades, CDC.

CÓMO PONER LOS EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL (EPIS)

MEDIDA PREVENTIVA FRENTE A COVID-19

CUANDO TODOS LOS EPIS SON NECESARIOS

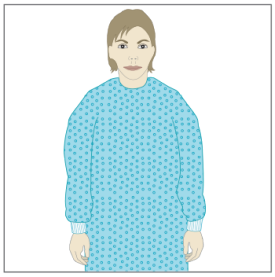
PASO 1

Identificar los peligros y manejar los riesgos. Reunir las EPIS necesarias.

Planificar donde ponerse y quitarse los EPIS

¿Tienes un espejo? ¿Puede ayudarte algún compañero?

¿Sabes cómo actuar frente a los desechos?



PASO 2

Ponte una bata

PASO 3a

Ponte una careta protector facial.

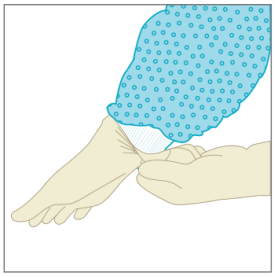
Ó

PASO 3b

Ponte una mascarilla y protección ocular (visera o gafas de protección)

NOTA

Si se realiza un procedimiento con generación de aerosoles (aspiración de tracto respiratorio, intubaciones, reanimación, broncoscopias, autopsias), se debe de utilizar mascarilla (US: NIOSH certificada N95, en EU FFP2, o equivalentes), protector facial o protector ocular.



PASO 4

Ponte los guantes (sobre el puño de la bata)

FUENTE_: WORLD HEALTH ORGANIZATION

CÓMO QUITAR LOS EQUIPOS DE PROTECCION INDIVIDUAL (EPIS)

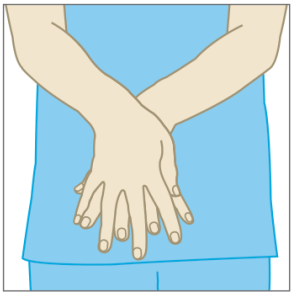
MEDIDA PREVENTIVA FRENTE A COVID-19

CUANDO TODOS LOS EPIS SON NECESARIOS

PASO 1

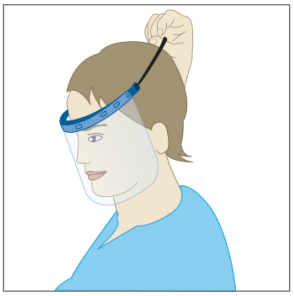
Evitar la contaminación de uno mismo, de los demás y del ambiente.

- Quitarse los guantes y la bata:
- Quitarse la bata y los guantes y enrollarlos hacia dentro
- Desechar los guantes y la bata de forma segura



PASO 2

Realizar lavado de manos.

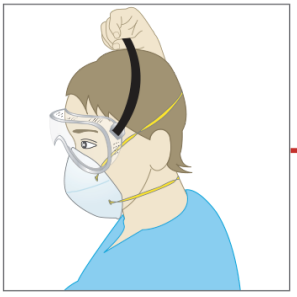


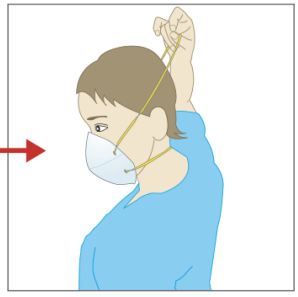
PASO 3a

Si lleva protector facial:

- Quitar la careta por detrás·
- Desecharla de forma segura

Ó

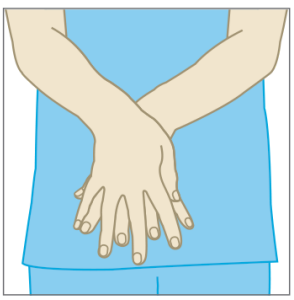




PASO 3b

Si lleva protector ocular y mascarilla:

- Quitar las gafas de protección por detrás.
- Poner las gafas en un contenedor diferente para su reutilización.
- Quitar la mascarilla por detrás y desecharla de forma segura



PASO 4

Realizar lavado de manos.

FUENTE_: WORLD HEALTH ORGANIZATION

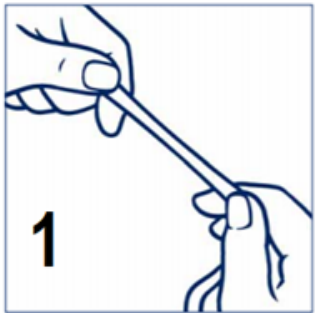
COLOCACIÓN DE MASCARILLA

MEDIDA PREVENTIVA FRENTE A COVID-19

A TENER EN CUENTA:

- Lavarse las manos adecuadamente.
- Comprobar la fecha de caducidad y que la mascarilla no presenta defectos ni en las bandas ni en el material filtrante, clip nasal, etc.
- Los elementos de protección se deben colocar en el siguiente orden: mascarilla, y guantes.
- Ajustar la mascarilla correctamente para conseguir una protección adecuada. La barba, patillas, etc. pueden impedir el ajuste.
  En caso de llevar gafas, hay que quitárselas para colocar y ajustar la mascarilla.

COLOCACIÓN DE MASCARILLA



PASO 1

Verifique el estado de las tiras.

PASO 2

Coloque la copa del respirador en su palma con las tiras colgando.

PASO 3

Posiciónelo bajo el mentón y sobre la nariz. Sosténgalo y firmemente coloque las tiras por detrás de su cabeza.

PASO 4

Ajuste las tiras de forma que la de arriba que la de arriba quede en su nuca y la otra debajo de sus orejas.

PASO 5

Usando ambas manos al mismo tiempo, ajustala en la zona de la nariz.

PASO 6

Cubra el frente con ambas manos. Inhale profundamente. Si penetra aire por las orillas ,reajuste la banda y las tiras y repita el chequeo

FUENTE_: WORLD HEALTH ORGANIZATION

¿CUÁNDO SE DEBE UTILIZAR MASCARILLA PARA PROTEGERSE DEL COVID-19?

MEDIDA PREVENTIVA FRENTE A COVID-19

EL USO DE MASCARILLA QUIRÚRGICA ES RECOMENDABLE EN ESTOS CASOS:

- **Si tienes síntomas: TOS, FIEBRE, FALTA DE AIRE,**
- **SI ESTÁS INFECTADO POR COVID-19.**

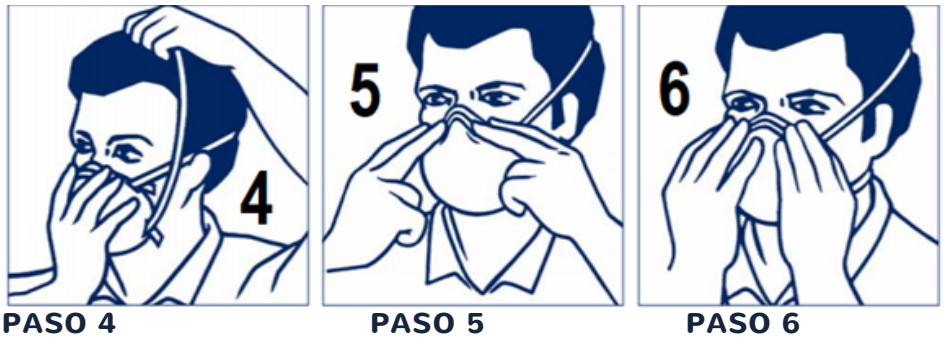
Si cuidas de una persona con infección o sospecha de infección por coronavirus.

COLOCACIÓN DE MASCARILLA

PASO 1
Verifique el estado de las tiras.

PASO 2
Coloque la copa del respirador en su palma con las tiras colgando.

PASO 3
Posiciónelo bajo el mentón y sobre la nariz. Sosténgalo y firmemente coloque las tiras por detrás de su cabeza.



PASO 4
Ajuste las tiras de forma que la de arriba que la de arriba quede en su nuca y la otra debajo de sus orejas.

PASO 5
Usando ambas manos al mismo tiempo, ajustala en la zona de la nariz.

PASO 6
Cubra el frente con ambas manos. Inhale profundamente. Si penetra aire por las orillas ,reajuste la banda y las tiras y repita el chequeo

FUENTE_: WORLD HEALTH ORGANIZATION

¿CUÁNDO SE DEBE UTILIZAR MASCARILLA PARA PROTEGERSE DEL COVID-19?

MEDIDA PREVENTIVA FRENTE A COVID-19

EL USO DE MASCARILLA QUIRÚRGICA ES RECOMENDABLE EN ESTOS CASOS:

- **Si tienes síntomas: TOS, FIEBRE, FALTA DE AIRE,**
- **SI ESTÁS INFECTADO POR COVID-19.**

Si cuidas de una persona con infección o sospecha de infección por coronavirus.

COLOCACIÓN DE MASCARILLA

PASO 1
Verifique el estado de las tiras.

PASO 2
Coloque la copa del respirador en su palma con las tiras colgando.

PASO 3
Posiciónelo bajo el mentón y sobre la nariz. Sosténgalo y firmemente coloque las tiras por detrás de su cabeza.

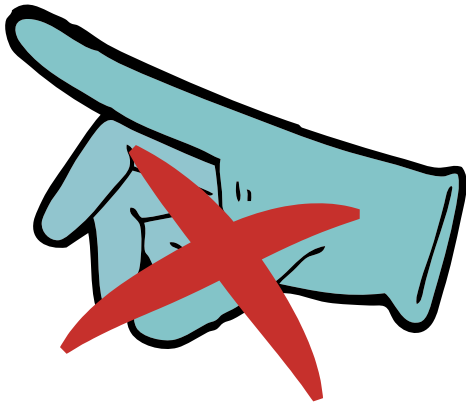
PASO 4
Ajuste las tiras de forma que la de arriba que la de arriba quede en su nuca y la otra debajo de sus orejas.

PASO 5
Usando ambas manos al mismo tiempo, ajustala en la zona de la nariz.

PASO 6
Cubra el frente con ambas manos. Inhale profundamente. Si penetra aire por las orillas ,reajuste la banda y las tiras y repita el chequeo

FUENTE_: WORLD HEALTH ORGANIZATION

NO SE DEBEN UTILIZAR GUANTES PARA SALIR A LA CALLE.



EXISTEN MEDIDAS MÁS ADECUADAS PARA PREVENIR EL CONTAGIO.

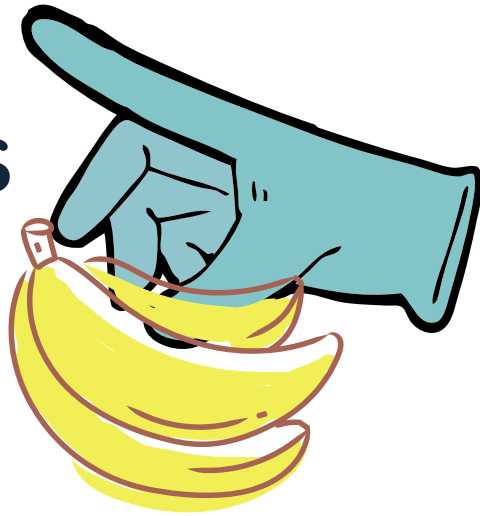
Utilizar guantes durante mucho tiempo hace que se ensucien y puedan contaminarse.

Te puedes infectar si tocas tu cara con unos guantes que estén contaminados.

Quitarse los guantes sin contaminarse las manos no es sencillo. Requiere de una técnica.

Si se utiliza guantes se recomienda el lavado de manos después de su uso.

SÍ SE DEBEN UTILIZAR GUANTES DESECHABLES EN COMERCIOS



PARA ELEGIR FRUTAS Y VERDURAS.

EN EL ÁMBITO LABORAL SE DEBERÁN SEGUIR LAS ESPECIFICACIONES DE SALUD LABORAL

Un uso incorrecto de los guantes puede generar una sensación de falta protección y poner en mayor riesgos de infección a quién los lleva, contribuyendo así a la transmisión.