



Protocolo general de prevención y actuación ante COVID-19 en empresas de ámbito no sanitario

CON LA SALUD LABORAL,
CON LAS PERSONAS

CONTIGO

Declaración del estado de alarma

Tras la publicación del Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19 <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2020-3692>, que incluye la suspensión de actividad de diversos sectores, y las medidas higiénicas a adoptar en medios de transporte; se producen cambios sustanciales en la actividad laboral de distintas empresas que quedan reflejadas en los siguientes artículos:

Artículo 10. Medidas de contención en el ámbito de la actividad comercial, equipamientos culturales, establecimientos y actividades recreativas, actividades de hostelería y restauración, y otras adicionales.

1. Se suspende la apertura al público de los locales y establecimientos minoristas, a excepción de los establecimientos comerciales minoristas de alimentación, bebidas, productos y bienes de primera necesidad, establecimientos farmacéuticos, médicos, ópticas y productos ortopédicos, productos higiénicos, peluquerías, prensa y papelería, combustible para la automoción, estancos, equipos tecnológicos y de telecomunicaciones, alimentos para animales de compañía, comercio por internet, telefónico o correspondencia, tintorerías y lavanderías. Se suspende cualquier otra actividad o establecimiento que a juicio de la autoridad competente pueda suponer un riesgo de contagio.

2. La permanencia en los establecimientos comerciales cuya apertura esté permitida deberá ser la estrictamente necesaria para que los consumidores puedan realizar la adquisición de alimentos y productos de primera necesidad, quedando suspendida la posibilidad de consumo de productos en los propios establecimientos.

Artículo 14. Medidas en materia de transportes.

2. Asimismo, se adoptan las siguientes medidas aplicables al transporte interior:

a) En los servicios de transporte público de viajeros por carretera, ferroviarios, aéreo y marítimo que no están sometidos a contrato público u obligaciones de servicio público (OSP), los operadores de transporte reducirán la oferta total de operaciones en, al menos, un 50 %. Por resolución del Ministro de Transportes, Movilidad y Agenda Urbana se podrá modificar este porcentaje y establecer condiciones específicas al respecto.

b) Los servicios de transporte público de viajeros por carretera, ferroviarios, aéreo y marítimo de competencia estatal que están sometidos a contrato público u OSP reducirán su oferta total de operaciones en, al menos, los siguientes porcentajes:

- i. Servicios ferroviarios de media distancia: 50 %.
- ii. Servicios ferroviarios media distancia-AVANT: 50 %.
- iii. Servicios regulares de transporte de viajeros por carretera: 50 %.
- iv. Servicios de transporte aéreo sometidos a OSP: 50 %.
- v. Servicios de transporte marítimo sometidos a contrato de navegación: 50 %.

e) En relación con todos los medios de transporte, los operadores de servicio de transporte de viajeros quedan obligados a realizar una limpieza diaria de los vehículos de transporte, de acuerdo con las recomendaciones que establezca el Ministerio de Sanidad.

g) En aquellos servicios en los que el billete otorga una plaza sentada o camarote, los operadores de transporte tomarán las medidas necesarias para procurar la máxima separación posible entre los pasajeros.

Consideraciones previas

- El presente documento es un modelo de protocolo cuyo objetivo es contribuir a la contención y mitigación de la enfermedad, de acuerdo con las directrices marcadas por el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar social, y proteger al máximo en el entorno laboral a los trabajadores y trabajadoras.
- Las pautas indicadas se basan principalmente en las indicaciones del Ministerio de Sanidad extraídas de los siguientes documentos:

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Procedimiento_COVID_19.pdf

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRLL_COVID-19.pdf

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Manejo_domiciliario_de_COVID-19.pdf (para las pautas de limpieza)

- También tiene en cuenta la experiencia en prevención de riesgos biológicos de MC MUTUAL y las indicaciones de otros organismos sanitarios reconocidos.
- Se están emitiendo continuamente indicaciones específicas por Comunidad Autónoma (CCAA). Estas deberán adoptarse de forma adicional a lo indicado en este documento.
- El presente protocolo deberá, por tanto, modificarse y adaptarse en función de las características específicas de cada empresa, la CCAA autónoma donde se ubica y el momento temporal definido por la situación sanitaria de la pandemia por coronavirus COVID-19.

Las recomendaciones incluidas en el presente documento están en continua revisión en función de la evolución y nueva información que se disponga de la infección por el nuevo coronavirus (SARS-COV-2)

Fecha: 19/3/202

Si algún enlace no funciona copiarlo en el navegador. Tener en cuenta también que el Ministerio de Sanidad está actualizando continuamente la información, por lo que puede haber algún error temporal de acceso.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

Para garantizar la seguridad y salud de los trabajadores, se recomienda que las empresas adopten las medidas preventivas de carácter colectivo e individual que sean indicadas por sus servicios de prevención y las autoridades sanitarias, que pueden ser las siguientes:

- Organizar el trabajo para reducir el número de personas expuestas, estableciendo reglas para evitar y reducir la frecuencia y el tipo de contacto de persona a persona:
 - Reorganizar turnos de trabajo, o entrada de clientes o visitantes en los centros de trabajo, para evitar al máximo la proximidad y las aglomeraciones, intentando mantener una distancia interpersonal de entre 1 y 2 metros. Tener en cuenta las obligaciones específicas para esta medida en los establecimientos, transportes y actos indicados en el Real Decreto 463/2020.
 - Evitar que se mezclen turnos de trabajo para minimizar la exposición y facilitar el control de contactos estrechos ante posibles casos de COVID-19.
 - Priorizar el uso de sistemas de comunicación digital evitando o limitando al máximo las reuniones y formación presenciales, así como los desplazamientos innecesarios: videoconferencias, videollamadas, etc. Recordar que hay aplicaciones gratuitas que cumplen esta función a través de PC y móvil.
 - Cuando las reuniones sean imprescindibles y no se puedan realizar por medios digitales, se tomarán las siguientes medidas:
 - Lavarse las manos antes y después de la reunión.
 - Evitar saludos y cercanía a menos de 1 metro.
 - Medidas de higiene respiratoria.
 - No compartir elementos de escritura o de oficina como bolígrafos o teclados de ordenador.
 - Dejar una distancia prudencial entre los asientos.
 - El teletrabajo podría adoptarse como medida temporal por acuerdo colectivo o individual incluso en aquellos supuestos en los que no se prevea inicialmente en el contrato de trabajo. Adecuado siempre a la legislación laboral (Estatuto de los Trabajadores y Ley 31/1995) y al convenio colectivo aplicable y que no suponga reducción de derechos de seguridad y salud ni una merma de derechos profesionales (salario, jornada -incluido el registro de la misma-, descansos, etc.). Teniendo en cuenta que la disponibilidad de medios tecnológicos a utilizar por parte de los trabajadores no les suponga coste alguno.

Recientemente, en el Real Decreto-ley 8/2020, de 17 de marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19, el Gobierno ha indicado de forma explícita a las empresas las consideraciones en la aplicación del teletrabajo durante la crisis sanitaria:

Artículo 5. Carácter preferente del trabajo a distancia.

Las medidas excepcionales de naturaleza laboral que se establecen en la presente norma tienen como objetivos prioritarios garantizar que la actividad empresarial y las relaciones de trabajo se reanuden con normalidad tras la situación de excepcionalidad sanitaria.

En particular, se establecerán sistemas de organización que permitan mantener la actividad por mecanismos alternativos, particularmente por medio del trabajo a distancia, debiendo la empresa adoptar las medidas oportunas si ello es técnica y razonablemente posible y si el esfuerzo de adaptación necesario resulta proporcionado. Estas medidas alternativas, particularmente el trabajo a distancia, deberán ser prioritarias frente a la cesación temporal o reducción de la actividad.

Con el objetivo de facilitar el ejercicio de la modalidad de trabajo a distancia en aquellos sectores, empresas o puestos de trabajo en las que no estuviera prevista hasta el momento, se entenderá cumplida la obligación de efectuar la evaluación de riesgos, en los términos previstos en el artículo 16 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, con carácter excepcional, a través de una autoevaluación realizada voluntariamente por la propia persona trabajadora.

En el siguiente folleto se ofrecen recomendaciones a empresas y trabajadores sobre teletrabajo. También disponemos de un curso online que pueden emplear para la formación de los trabajadores, con las recomendaciones en el trabajo con ordenador:



Si está interesado en más recursos para Teletrabajar de forma saludable durante la crisis sanitaria por COVID-19, solicite a su persona de contacto de MC MUTUAL las Guías específicas que hemos editado con recursos para empresas y trabajadores

- Adoptar, en caso que sea necesario, medidas específicas para las personas trabajadoras especialmente sensibles: con patología previa (hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes y enfermedad pulmonar crónica) o inmunodeprimidos.
- Proporcionar información sobre medidas higiénicas y asegurarse que se aplican correctamente:
 - Lavarse las manos con frecuencia siguiendo las pautas de una correcta higiene de manos y durante el tiempo establecido como necesario.

- No tocarse boca, nariz u ojos con las manos sin lavar.
 - No compartir objetos de uso personal (cubiertos, platos, bolígrafos...).
 - Ventilar los centros de trabajo (espacios cerrados) como mínimo 10 min al día.
 - Aplicar las medidas de higiene respiratoria: taparse con un pañuelo desechable al estornudar y toser tirando el pañuelo a continuación, si no es posible, taparse con el codo. Lavarse las manos.
 - La población general sana no necesita utilizar mascarillas, solo se recomiendan a personas enfermas para prevenir la transmisión del virus. Los profesionales sanitarios que pueden estar en contacto con aerosoles contaminados deben usar mascarillas con un nivel de protección alto (mínimo FFP2). También puede ser recomendable el uso de mascarilla en trabajos con exposición al público, donde se desconozca el estado de salud de las otras personas, y cuando no es posible mantener la distancia de seguridad de al menos 1 metro, teniendo en cuenta la situación actual de pandemia.
 - Recordar que los EPIs son de uso individual y deben emplearse y mantenerse según los procedimientos de trabajo establecidos (incluyendo su limpieza). La correcta colocación y retirada de guantes, mascarillas, etc., son fundamentales para asegurar la adecuada protección y evitar la contaminación de las manos al quitárselos.
- Intensificar la limpieza y desinfección de superficies (manetas de puertas, barandillas, mesas, grifos, lavabos...), especialmente de zonas comunes o de uso compartido. Así como realizar limpieza, entre turnos, de los puestos de trabajo compartidos.



Actualmente no se dispone de información exacta del tiempo de permanencia en superficie del nuevo COVID-19 (nombre científico SARS-CoV-2), sin embargo sí se conoce el de otros coronavirus como SARS y MERS. La supervivencia de estos depende del tipo de superficie y de las condiciones de temperatura y humedad.

De acuerdo con el estudio *Persistence of coronaviruses on inanimate surfaces and their inactivation with biocidal agents (Marzo 2020)* los coronavirus humanos (HCoV) pueden permanecer infectivos en superficies a temperatura ambiente (unos 20°C) hasta 9 días. La supervivencia en metal, madera, plástico, cristal y papel es de 4-5 días. Los expertos consideran que las superficies lisas y no porosas son mejores para la supervivencia de los virus.

Según el estudio anterior, no se encontró información sobre la transmisión de los coronavirus de las superficies contaminadas a las manos. Sin embargo, hay datos sobre el virus de la gripe A que indican que un contacto de 5 sg puede transferir el 31,6% de la carga viral a las manos.

Los autores del reciente estudio señalan que los coronavirus humanos pueden ser "eficientemente inactivados" en las superficies en un minuto si se limpian con soluciones que contengan un 62%-71% de etanol, un 0,5% de peróxido de hidrógeno o un 0,1% de hipoclorito de sodio. Se espera un efecto similar contra el SARS-CoV-2.

China también ha publicado un estudio sobre el SARS-CoV-2 donde indica que la permanencia es superior a la que se esperaba, de varios días.

Estudios aún más recientes indican que:

- El SARS-CoV-2 puede sobrevivir hasta tres días en superficies de plástico y acero inoxidable, y hasta 24 horas en cartón, según un estudio publicado en el *New England Journal of Medicine*. Los resultados sugieren que el virus podría permanecer con capacidad de infección durante ese tiempo en picaportes, teclados de ordenador, elementos del transporte público, teléfonos móviles, o juguetes.
- Suspendido en el aire, el patógeno tiene una vida media de tres horas.

- *The Lancet* se hace eco de un estudio en el que se aborda cómo se transmite el coronavirus Covid-19 y cuánta duración debe tener la exposición al mismo para que se produzca el contagio, basándose en el caso del paciente cero de Estados Unidos. En conclusión, el estudio sugiere que "la transmisión de persona a persona del SARS-CoV-2 podría ser más probable a través de la exposición prolongada sin protección a un individuo con COVID-19 sintomático".

A tener en cuenta que son estudios realizados con una muestra poco representativa por lo que deben acabar de ser validados, aunque ya arrojan datos interesantes para la prevención del virus.

Puede encontrarse más información de interés en los siguientes artículos:

[Persistence of coronaviruses on inanimate surfaces and their inactivation with biocidal agents](#)

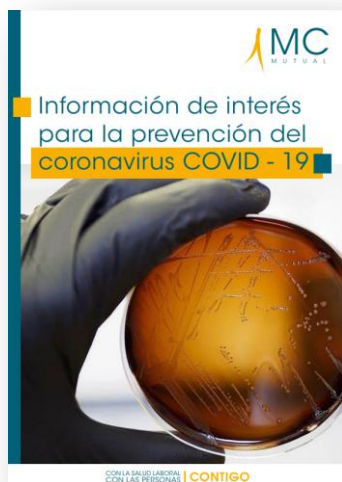
[La supervivencia de los gérmenes intrahospitalarios en superficies inanimadas](#)

[Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1](#)

[First known person-to-person transmission of severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 \(SARS-CoV-2\) in the USA](#)

- Se recomienda colocar o publicar información visual (carteles, folletos, etc.) en lugares estratégicos (entradas a edificios, aseos, vestuarios, etc.) o vía web para proporcionar instrucciones sobre el coronavirus, higiene de manos e higiene respiratoria. La empresa debe proporcionar el material higiénico necesario para llevarla a cabo (agua y jabón, toallas de papel desechable...).
- Por último, se recomienda a las empresas elaborar planes de contingencia contemplando los posibles escenarios en función de la evolución de la pandemia y el impacto sobre su actividad, teniendo siempre presente el principio de preservar en todo momento la seguridad y salud de los trabajadores.

A través de las siguientes imágenes puede accederse a los documentos con recursos preventivos y de información para trabajadores de MC MUTUAL sobre COVID-19:



Más información en la Web de MC MUTUAL:

https://www.mc-mutual.com/tu_perfil/empresas/prevencion_riesgos_laborales/asesoramiento/informaci%C3%B3n_sobre-el-coronavirus-covid-19

¿Qué debemos hacer si un trabajador ha sido diagnosticado o presenta síntomas de COVID-19?

El Servicio Público de Salud está clasificando actualmente los casos del siguiente modo:

- **Caso confirmado:** caso que cumple criterio de laboratorio para SARS-CoV-2 positivo.
- **Caso probable:** caso cuyos resultados de laboratorio para SARS-CoV-2 no son concluyentes.
- **Caso descartado:** caso cuyos resultados de laboratorio para SARS-CoV-2 son negativos.
- **Caso posible:** caso con infección respiratoria aguda leve sin criterio para realizar test diagnóstico.

En la situación de pandemia actual y el estado de alarma decretado, los casos confirmados, probables y posibles se tratan de forma similar.

- **A las personas que presenten síntomas leves** se les indicará que contacten con sus servicios de salud o los teléfonos habilitados dependiendo de los protocolos establecidos en cada CCAA. **En los casos posibles**, se indicará aislamiento domiciliario. El aislamiento se mantendrá hasta transcurridos 14 días desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto. El seguimiento y el alta serán supervisados por su médico de atención primaria o de la forma que se establezca en cada comunidad autónoma.
- Los **casos probables o confirmados**, siempre que los síntomas lo permitan, realizarán aislamiento domiciliario con monitorización de su situación clínica, al menos durante 14 días desde que aparecieron los síntomas.
- **Contacto estrecho con casos posibles, probables y confirmados:** Se considera contacto estrecho
 - Cualquier persona que haya proporcionado cuidados a un caso probable o confirmado 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.
 - 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.

No se hará un seguimiento activo de los contactos estrechos, únicamente se les indicará realizar cuarentena domiciliaria durante 14 días. Las autoridades sanitarias podrán valorar situaciones individuales que requieran otro tipo de recomendación. Si durante los 14 días posteriores a la exposición el contacto desarrollara síntomas y la situación clínica lo permite, deberá hacer autoaislamiento inmediato domiciliario y contactar con los servicios de atención primaria según se haya establecido en los protocolos de cada CCAA. **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. El seguimiento y manejo de los profesionales sanitarios se establece en un procedimiento específico. No se realizarán pruebas diagnósticas para coronavirus de rutina en los contactos.

- **Es por tanto IMPORTANTE que las empresas con un caso posible, probable o confirmado elaboren un listado de todas aquellas personas (trabajadores, clientes, proveedores, etc.) que hayan podido mantener un contacto cercano con el trabajador afectado.**

- **La actuación se debería hacer de forma coordinada con Salud Pública de la CAAA.** Por lo que recomendamos ponerse en contacto previamente con el centro de referencia de salud pública de la CCAA <https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/telefonos.htm> o bien con el 112, a fin de dar los pasos adecuados y de forma coordinada.

NOTA: Se deberá prestar especial atención a la comunicación de contactos estrechos y a la comunicación general interna a trabajadores por si hubiera personal especialmente sensible con patología previa (hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes y enfermedad pulmonar crónica) o inmunodeprimidos, aconsejándoles que se pongan en contacto con el servicio público de salud para que valoren su caso especial.

- Recomendamos también la ventilación, limpieza y desinfección de la zona de trabajo del trabajador con COVID-19 confirmado. **A tener en cuenta que actualmente se está estudiado el tiempo de permanencia en superficie de este virus (presumiblemente días), por lo que las medidas de limpieza indicadas tienen en cuenta el principio de máxima precaución.** Las indicaciones generales a aplicar serían:
 - La persona encargada de la limpieza deberá protegerse con guantes desechables. A tener en cuenta que, en condiciones de ventilación normal y como la persona afectada no está presente, no sería necesaria mascarilla; sin embargo, si está disponible, se puede valorar su uso para mayor tranquilidad del personal de limpieza así como el uso de bata desechable.
 - Las superficies que puede haber tocado el trabajador con frecuencia (mesa, teclado ordenador y ratón, teléfono, manetas de puerta, etc.), se recomienda preguntar a la persona si es posible), las superficies del baño y el inodoro deberán ser limpiadas con material desechable y desinfectadas con un desinfectante doméstico que contenga lejía al 5% a una dilución 1:50 (1 parte de lejía y 50 partes de agua) preparado el mismo día que se va a utilizar, o bien con otro desinfectante. Limpiar con paño humedecido, no emplear espray para evitar aerosoles.
 - Todo aquel material que NO puede ser limpiado fácilmente (papeles, materiales porosos, material de escritorio, etc.), recomendamos que se coloque en una caja precintada.
 - Si existe comedor o zona de office: Los cubiertos, vasos, platos y demás utensilios reutilizables se lavarán con agua caliente y jabón o preferiblemente en el lavavajillas.
 - Las bolsas de plástico con todos los residuos que puedan haber estado en contacto con la persona afectada o derivados de esta limpieza, (incluidos guantes desechables etc.) se deberá cerrar herméticamente. Esta bolsa se introducirá dentro de una segunda bolsa que se cerrará también herméticamente, y podrá descartarse con el resto de los residuos domésticos
 - Antes y después de realizar la limpieza y eliminación de residuos se deberá realizar higiene de manos.

NOTA: En caso de que la limpieza la tengan subcontratada debería activarse la Coordinación de Actividades Empresariales (CAE).

Ante cualquier **duda** llamar a los teléfonos de información de cada Comunidad Autónoma <https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/telefonos.htm>