

# Directrices de Buenas Prácticas para la Reincorporación de las Personas Trabajadoras a sus Puestos de Trabajo ante la Covid-19

**Virus  
SARS Cov 2**

## Índice

### 1. Introducción

### 2. Objetivos

### 3. Criterios para la reincorporación a los puestos de trabajo

#### 3.1. Antes de ir al trabajo

#### 3.2. Desplazamientos al trabajo

#### 3.3. Medidas organizativas

##### 3.3.1. En el centro de trabajo

##### 3.3.2. En el puesto de trabajo

#### 3.4. Medidas preventivas

##### 3.4.1. Medidas de higiene en el centro de trabajo

##### 3.4.2. Medidas de higiene personal

##### 3.4.3. Gestión de residuos

#### 3.5. Equipos de protección individual (EPIs)

### 4. Coordinación de actividades empresariales

## 1. Introducción

En este documento se recoge una selección no exhaustiva de recomendaciones y medidas de contención adecuadas para garantizar la protección de la salud de las personas trabajadoras frente a la exposición al coronavirus SARS-CoV-2. Con carácter más general deben considerarse también las recomendaciones para la vuelta al trabajo recogidas en el documento [“Buenas prácticas en los centros de trabajo. Medidas para la prevención del contagio de COVID-19”](#), así como los criterios generales que se establecen en el [“Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-COV-2”](#), ambos del Ministerio de Sanidad.

La reincorporación de las personas trabajadoras a sus puestos de trabajo, debe realizarse de forma ordenada, escalonada y responsable y garantizando la seguridad y la salud de las mismas. Para ello es preciso establecer un protocolo que recoja las directrices que debe de seguir las empresas en su vuelta a la “normalidad”.

Dicho protocolo dispondrá, según la actividad de la empresa y de cada uno de sus centros de trabajo, de cuáles serán los criterios de reincorporación para cada puesto de trabajo, de los procedimientos que se tienen que establecer antes de ir al trabajo y durante el desplazamiento al mismo, las medidas organizativas dispuestas en el centro de trabajo y las medidas preventivas aplicables, así como la evaluación de los puestos de trabajo frente al Covid-19, la formación e información, y el tratamiento de personas externas que puedan realizar cualquier actividad contratada, a través de la Coordinación de Actividades Empresariales.

Las condiciones de seguridad y salud que se tienen que cumplir en todas las empresas son las derivadas de la Ley 31/95 de Prevención de Riesgos Laborales y su normativa de desarrollo, además de las normas dictadas por las autoridades competentes y sanitarias en la actual situación de pandemia, que se han ido publicando en la página oficial del Ministerio de Sanidad.

La dirección de la empresa deberá valorar la necesidad de que las personas trabajadoras que desarrollen su actividad presencialmente en el centro de trabajo sea la estrictamente necesaria, se reduzca el tiempo de permanencia en el mismo, se reduzca al mínimo el número de personas que concurren en él al mismo tiempo, así como la adopción de medidas organizativas que consideren de turnos de trabajo, redistribución de tareas o la continuidad de la modalidad de teletrabajo, si fuese posible.

El servicio de Vigilancia de la Salud del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales deberá evaluar la existencia de personas trabajadoras especialmente sensibles a la infección por coronavirus y emitir informe sobre las medidas de prevención, adaptación y protección necesarias, siguiendo lo establecido en el [“Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2”](#).

En estos casos, la empresa debe informar a todas sus personas trabajadoras sobre la existencia de estos grupos de vulnerabilidad (personas con diabetes, enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión, insuficiencia renal crónica, enfermedad hepática crónica severa, obesidad mórbida (IMC>40), enfermedad pulmonar crónica, inmunodeficiencia, cáncer en fase de tratamiento activo, embarazo y mayores de 60 años.) y pedir a éstas que informen, en su caso, de tal circunstancia, lo que la empresa pondrá inmediatamente en conocimiento del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales.

Para la reincorporación de las personas de los grupos vulnerables que, por su especial sensibilidad, no hayan podido cambiar su puesto de trabajo o dotarlo de las medidas preventivas necesarias y estén en situación de IT, será el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales quien tenga que analizar de nuevo el puesto de trabajo y la persona, para establecer las condiciones de incorporación al mismo.



## 2. Objetivos

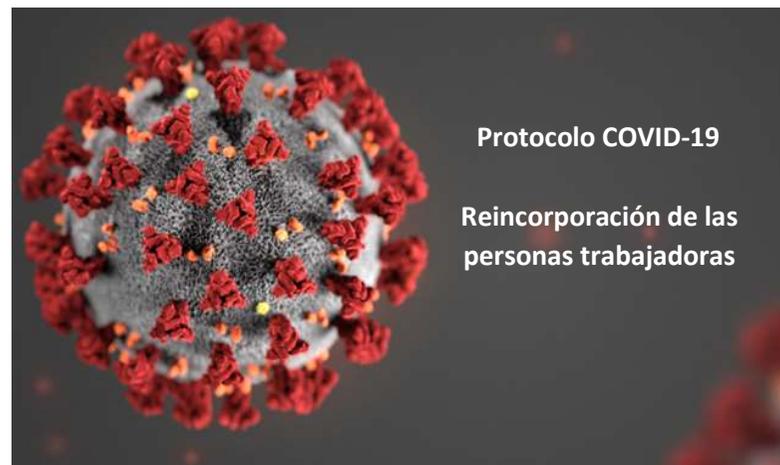
El objetivo principal de cualquier protocolo de reincorporación en el marco del Estado de Alarma generado por la COVID-19, es garantizar la seguridad y salud de las personas trabajadoras durante el regreso a su actividad laboral. Es esencial que las empresas definan sus propios objetivos, informando siempre a su personal de las medidas preventivas que se van a incorporar para su conocimiento y correcto cumplimiento y formándolos adecuadamente.



COVID-19

## 3. Criterios para la reincorporación a los puestos de trabajo

Para la elaboración de los criterios de reincorporación a los puestos de trabajo, será necesario un protocolo de vuelta al trabajo ordenado y escalonado, para ir incorporando a las personas trabajadoras en función de las necesidades de la empresa, primando el teletrabajo con carácter preferente.



### 3.1. Antes de ir al trabajo

Si presentas cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19 no debes acudir al trabajo, debes contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de tu Comunidad Autónoma o Ciudad Autónoma o con tu centro de atención primaria y seguir sus instrucciones. No debes acudir a tu puesto de trabajo hasta que te confirmen que no hay riesgo para ti o para los demás.



Si has estado en contacto estrecho (< 1,5 metros y >15 minutos) o has compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19, tampoco debes acudir a tu puesto de trabajo, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 14 días, como te indicará tu centro de atención primaria. En ese caso te realizarán un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad.

Si eres vulnerable por edad, por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores (hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión) comunícalo a tu empresa para que valore si puedes acudir. En caso de que no puedas acudir a tu centro de trabajo y no puedas teletrabajar, deberás contactar con tu médico para que acredite, en su caso, que efectivamente debes permanecer en una situación de aislamiento a efectos laborales y, si así fuese, se considerará una situación asimilada a accidente de trabajo para la prestación económica de incapacidad temporal.

## 3.2 Desplazamientos al trabajo

Las personas quedan obligadas al uso de mascarillas en los siguientes supuestos:



En la vía pública, en espacios al aire libre y en cualquier espacio cerrado de uso público o que se encuentre abierto al público, siempre que no resulte posible garantizar el mantenimiento de una distancia de seguridad interpersonal de, al menos, 1,5 metros.

En los medios de transporte aéreo, marítimo, en autobús, o por ferrocarril, así como en los transportes públicos y privados complementarios de viajeros en vehículos de hasta nueve plazas, incluido el conductor, si los ocupantes de los vehículos de turismo no conviven en el mismo domicilio.



Esta obligación no será exigible para las personas que presenten algún tipo de enfermedad o dificultad respiratoria que pueda verse agravada por el uso de la mascarilla o que, por su situación de discapacidad o dependencia, no dispongan de autonomía para quitarse la mascarilla, o bien presenten alteraciones de conducta que hagan inviable su utilización.

### 3.3 Medidas organizativas

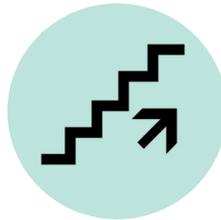
Junto a las medidas descritas anteriormente, en cuanto a, que tener en cuenta antes de ir al trabajo y cómo afrontar los desplazamientos al mismo, en este apartado recogemos las principales medidas organizativas que debemos poner en marcha en nuestra empresa o centro de trabajo, que influirán en la organización del trabajo y en el desarrollo de la actividad de la empresa.



#### 3.3.1 En el Centro de Trabajo

Se debe organizar la entrada al trabajo de forma escalonada para evitar aglomeraciones en el transporte público y en la entrada a los accesos de los centros de trabajo. Cuando sea posible, utilizar puertas de entrada y de salida independientes y evitar cruces. Otra buena práctica es liberar tornos de acceso en aquellos centros de trabajo que cuenten con los mismos, para evitar aglomeraciones.

Planifica tus tareas diarias con el fin de mantener la distancia interpersonal de, al menos, 1,5 metros, tanto en la entrada y salida al centro de trabajo como durante la permanencia en el mismo.



Priorizar la utilización de las escaleras en lugar del ascensor.

En caso de utilizar el ascensor, su uso se limitará al mínimo imprescindible. Cuando sea necesario utilizarlo, la ocupación máxima de los mismos será de una persona o en aquellos casos de personas que puedan precisar asistencia, en cuyo caso también se permitirá la utilización por su acompañante.

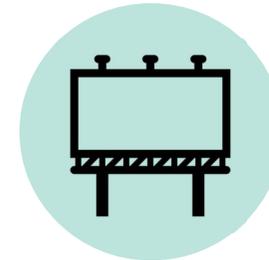


Se recomienda que el fichaje con huella dactilar será sustituido por cualquier otro sistema de control horario que garantice las medidas higiénicas adecuadas para la protección de la salud y la seguridad de las personas trabajadoras, o bien se deberá desinfectar el dispositivo de fichaje antes y después de cada uso, advirtiendo a los trabajadores de esta medida.



Se informará y formará a las personas trabajadoras sobre los riesgos de contagio y propagación del coronavirus, con especial atención a las vías de transmisión, y las medidas de prevención y protección adoptadas.

Usar barreras físicas cuando sea posible. Se recomienda la instalación de mamparas u otros elementos físicos de fácil limpieza y desinfección en los lugares de atención al público.



Colocar letreros en zonas visibles de las instalaciones que adviertan sobre las medidas de distanciamiento establecidas.

Calcular el aforo máximo permitido en cada una de las zonas de trabajo, teniendo en cuenta las dimensiones de las mismas, la ubicación y dimensión del mobiliario, equipos de trabajo, etc. y la distribución y dimensiones de los puestos de trabajo, para que se respete la distancia de, al menos, 1,5 metros.



Cuando el uso de los aseos esté permitido por clientes, visitantes o usuarios, su ocupación máxima será de una persona, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia, en cuyo caso también se permitirá la utilización por su acompañante. Deberá procederse a la limpieza y desinfección de los referidos aseos cuando sea utilizado. Para evitar que otro trabajador acceda a estos espacios cuando estén ocupados, podrá utilizarse una señal que le indique que hay una persona en su interior y que debe esperar a 1,5 metros de la puerta.



En las vías de circulación como pasillos que puedan existir en el centro de trabajo, siempre que el ancho de la misma lo permita, definir sentidos de circulación separados, al menos, por la distancia de seguridad de 1,5 metros y señalizarlos, longitudinal y transversalmente, con pintura, cintas o pegatinas (antideslizantes y resistentes al desgaste y limpieza), elementos de balizamiento, etc.

Evita la realización de actividades que impliquen aglomeraciones de personas. Cuando sea posible, se habilitarán mecanismos de control de acceso en las entradas. Cumple con las medidas para minimizar el contacto entre las personas trabajadoras y los clientes o público.



### 3.3.2 En el Puesto de Trabajo

Se asegurará el distanciamiento entre puestos de trabajo de, al menos 2 metros. Si no es posible guardar dichas distancias, se adoptará una de las medidas siguientes:

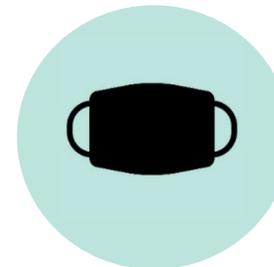
- 1.- Se intentará reorganizar el puesto de trabajo para respetarla.
- 2.- Se dotará de mamparas físicas protectoras de separación
- 3.- Se optará por la modalidad de teletrabajo, en caso de que no se pudiera disponer de alguna de las medidas anteriores.

Evitar, en la medida de lo posible, el uso compartido de equipos, fotocopiadora, herramientas, ...  
En caso de hacerlo, utilizar dichos equipos con guantes de protección de látex o nitrilo.



Asegurarse de disponer en el centro de trabajo solución hidroalcohólica y pañuelos de papel a disposición de todas las personas trabajadoras.

Es necesario contar con aprovisionamiento de guantes de protección de nitrilo, látex, vinilo, ... y mascarillas de protección higiénicas.



Evita, en la medida de lo posible, utilizar el teclado y teléfono de otro puesto de trabajo. En caso de que sea necesario, aumenta las medidas de precaución y, desinfectalos antes y después de usarlo. Si no es posible, lávate las manos inmediatamente después de haberlos usado.

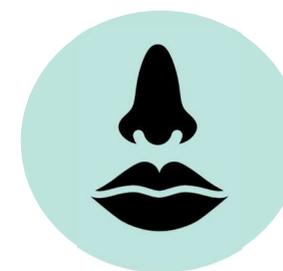
Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica. Es especialmente importante lavarse las manos después de toser o estornudar o después de tocar superficies potencialmente contaminadas. Trata de que cada lavado dure al menos 40 segundos.

Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y deséchalo a continuación en una papelera que cuente con tapa y pedal, si es posible. Si no dispones de pañuelos emplea la parte interna del codo para no contaminar las manos.

Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca. Si es necesario, desinfectate previamente las manos con gel hidroalcohólico o agua y jabón.



Facilita el trabajo al personal de limpieza cuando abandones tu puesto, despejando lo máximo posible la mesa de trabajo.



## Al finalizar la jornada y de vuelta a casa



Evita aglomeraciones. Sal de forma escalonada. Mantén la distancia mínima interpersonal.

Al salir, lávate las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico.

Evita dar la mano al despedirte.

Evita tocarte la cara, especialmente los ojos, la nariz y la boca.

Los trabajadores deberán cuidar las distancias y las medidas de prevención de contagios e higiene en el hogar, máxime si conviven con personas de grupos de riesgo.

Al volver a casa, intenta no tocar nada.

Quítate los zapatos y déjalos en la puerta de la casa. Quítate la ropa exterior y métela en una bolsa para lavar entre 60° y 90°C.

Deja bolso, cartera y llaves en una caja en la entrada y desinfectalos.

Dúchate, o si no puedes, lávate bien todas las zonas expuestas.

Lava el móvil y las gafas con agua y jabón o alcohol.

Lávate las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico.



## 4.1. Medidas preventivas

Si bien no existe en la actualidad un tratamiento específico para combatir al Covid-19, la Organización Mundial de la Salud (OMS) insiste en la importancia de la higiene frecuente como medida de prevención para evitar el contagio.

El virus COVID-19 puede estar en diferentes superficies que hemos tocado (cartón, plástico, papel, ...), que, en caso de que nos toquemos los ojos, nariz o boca con las manos infectadas, podría contagiarnos. Por ello, se necesita reforzar las medidas de higiene a nivel personal y en los centros de trabajo.

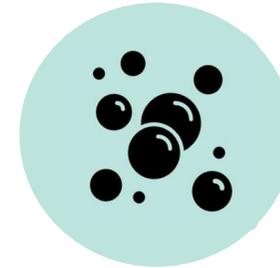
### 4.1.1. Medidas de higiene en el centro de trabajo

Será de vital importancia extremar la limpieza y desinfección de las áreas de trabajo, con las siguientes premisas básicas: Antes de la incorporación de la persona trabajadora a su puesto de trabajo el mismo deberá estar desinfectado, prestando especial atención a teclados, teléfonos, ratones, picaportes, pantallas de ordenador, brazos de sillones y resto de superficie de trabajo. Una vez desinfectado el puesto, la persona trabajadora respetará el tiempo de 5 minutos antes de volver a su puesto de trabajo y continuar con la tarea encomendada.



Esta desinfección se realizará antes, durante y después de la jornada laboral.

Es recomendable la limpieza y desinfección con virucida autorizado por el Ministerio de Sanidad, antisépticos y desinfectantes químicos. Si no disponemos de los productos descritos anteriormente, podemos elaborar una solución “doméstica” con hipoclorito sódico (lejía) al 0,1% (30 ml de lejía por cada litro de agua).



El personal de limpieza deberá llevar guantes de protección, mascarilla protectora, protección ocular o facial y bata desechable.

En referencia a la ventilación de los centros de trabajo, un cuarto de hora antes de la apertura de los mismos, se deben poner en marcha los sistemas en ventilación durante 15 minutos. Para ello se programarán los sistemas de ventilación que cuentan con control automático mediante central, mandos programables o relojes. En caso de no contar los sistemas automáticos con control automático que permita automatizarlo, a la llegada del centro se pondrán en marcha de forma manual y se desconectarán de forma manual, previa a la incorporación del personal al centro. El resto de la jornada utilizaremos ventilación natural (apertura de ventanas).

Asegurar que los sistemas de ventilación de los aseos funcionan de forma correcta. Si no se dispone de sistemas de ventilación forzada, utilizaremos ventilación natural.

Antes de la  
apertura



Al cierre de los centros de trabajos se tienen que poner en marcha los sistemas en ventilación durante 15 minutos. Para ello se programarán los sistemas de ventilación que cuentan con control automático mediante central, mandos programables o relojes. En caso de no contar los sistemas automáticos con control que permita automatizarlo, quince minutos antes del cierre del centro se pondrán en marcha de forma manual y se desconectarán a los 15 minutos de funcionamiento.

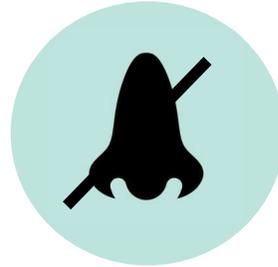


Será necesaria la revisión, limpieza y desinfección de los filtros en los sistemas de climatización y ventilación, previo a su uso por personal especializado.

#### 4.1.2. Medidas de higiene personal

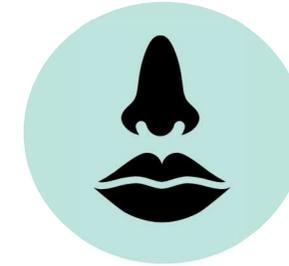
Será necesario reforzar las siguientes medidas:

Lavado frecuente de las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica.



Evitar tocarse la cara, la nariz y los ojos

Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar y desecharlo a continuación a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no dispones de pañuelos emplea la parte interna del codo para no contaminar las manos.



La forma correcta para la higiene de las manos sería la siguiente:



### 3.4.3. Gestión de residuos

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, a ser posible, accionados por pedal.

Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas).

En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor 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.



### 3.5. Equipos de protección individual (EPIs)

Los equipos de protección individual deben ser adecuados y proporcionales al riesgo o riesgos frente a los que debe ofrecerse protección acorde con la actividad laboral o profesional.

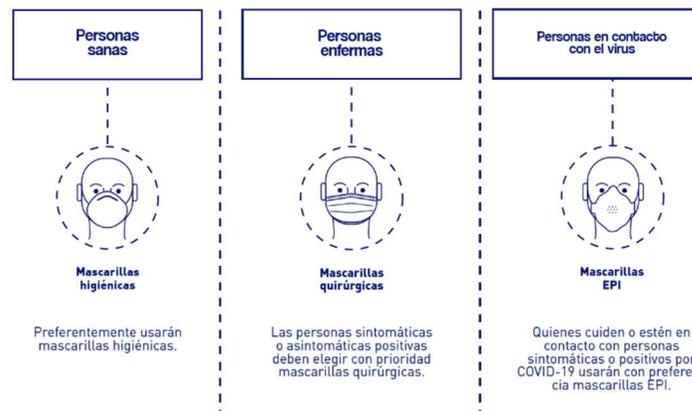
La forma óptima de prevenir la transmisión es usar una combinación de todas las medidas preventivas, no solo Equipos de Protección Individual (EPI). La aplicación de una combinación de medidas de control puede proporcionar un grado adicional de protección.

La información sobre Equipos de Protección Individual está recogida en el Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición a, SARS-COV-2, editado por el Ministerio de Sanidad.

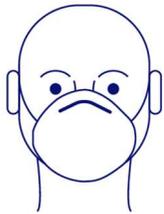
En caso de que sea necesaria la utilización de EPIs, pasamos a relacionar los principales equipos frente al Covid-19 y sus características:

#### Mascarillas

Las mascarillas son un complemento a las medidas de distanciamiento físico e higiene recomendados por el Ministerio de Sanidad. Existen varios tipos de mascarillas frente al Covid-19.

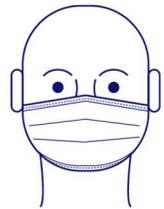


### **Mascarilla Higiénica:**



Este producto no es un EPI ni un producto sanitario. Las hay reutilizables y no reutilizables. Si son reutilizables, el fabricante dirá el número de lavados que puede soportar. Se recomienda no usar más de 4 horas seguidas. Si se humedece, se recomienda sustituir por otra. Cubren boca, nariz y barbilla y normalmente se sujeta a las orejas.

Pueden ser de 3 clases: las que cumplen con las especificaciones UNE 0064 y 0065, las que se someten a otros tipos de especificaciones no UNE y sin especificaciones.

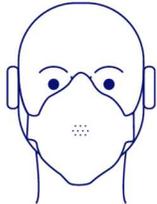


### **Mascarilla Quirúrgica:**

Las acostumbramos a ver en ambientes sanitarios. Es utilizada por el personal sanitario y los pacientes infectados para no transmitir los agentes infecciosos. Filtran el aire exhalado y protegen evitando la dispersión del virus al toser o estornudar. Cubre nariz, boca y barbilla y normalmente se sujeta a las orejas o mediante cintas a la cabeza. Se recomienda no usar más de 4 horas y si se humedece, debemos cambiarla.

Pueden ser de 2 clases en función de la eficacia de la filtración: Tipo I y Tipo II, incluso en el tipo II, podemos encontrar Tipo IIR, que significa resistente a salpicaduras. La norma de referencia de estas mascarillas es la UNE EN 14683 y el marcado CE nos asegura que cumple con la legislación.

## Mascarilla EPI:



Son equipos de protección individual que se emplean para crear una barrera entre la persona usuaria y el riesgo potencial. También es la recomendada para las personas de grupos vulnerables frente al Covid-19. No se recomienda usar más de 4 horas. Si se humedece o ensucie se debe cambiar.

Según la eficacia de la filtración se clasifican en FFP1, FFP2 y FFP3. Las que llevan filtro con partículas, se dividen en P1, P2 y P3. La norma de referencia de estas mascarillas es la UNE EN 149 y el marcado CE nos asegura que cumple con la legislación. El marcaje NR significa No Reutilizable y el marcaje R Reutilizable. Existen otras certificaciones válidas temporalmente durante la crisis del Covid-19, cuya relación se encuentra en la Resolución de 23 de abril de 2020.

Tipo de mascarilla		Protección personal	Protección hacia los demás
<b>Higiénica</b>	Con especificación UNE	✗	✓
	Sin especificación	✗	✓
<b>Quirúrgica</b>	Tipo I	✗	✓
	Tipo II	✗	✓
	Tipo IIR	✗	✓
<b>EPI</b>	FFP1	✗	✓
	FFP2 con válvula exhalación	✓	✗
	FFP2 sin válvula exhalación	✓	✓
	FFP3 con válvula exhalación	✓	✗
	FFP3 sin válvula exhalación	✓	✓

## Ropa de Protección

En lo relativo a la ropa, es necesaria la protección del uniforme del trabajador de la posible salpicadura de fluidos biológicos o secreciones procedentes de la persona sintomática a la que examina o trata.

Este tipo de ropa, como EPI, debe cumplir con la norma UNE-EN 14126:2004 que contempla ensayos específicos de resistencia a la penetración de microorganismos. Este tipo de ropa puede ofrecer distintos niveles de hermeticidad tanto en su material como en su diseño, cubriendo parcialmente el cuerpo como batas, delantales, manguitos, polainas, etc., o el cuerpo completo. En la designación, se incluye el Tipo y la letra B (de Biológico).

En caso de que sea necesario protección adicional en alguna zona, como cierta impermeabilidad, también puede recurrirse a delantales de protección química que cumplen con la norma UNE-EN 14605 :2009, denominados Tipos PB [3] y PB [4] (PB procede de “Partial Body”) que, aunque no sean específicamente de protección biológica, pueden ser adecuados para el uso de protección contra salpicaduras mencionado o para complementar una bata que no sea un EPI.

La ropa de protección puede ser buzos desechables, batas quirúrgicas, batas de protección de manga larga, delantales plásticos, ... Dependiendo al riesgo al que nos exponamos, usaremos una u otra.



## Guantes de Protección

Los guantes de protección deben cumplir con la norma UNE-EN ISO 374.5:2016.

En actividades de atención a la persona sintomática y en laboratorios, los guantes que se utilizan son desechables ya que las tareas asociadas requieren destreza y no admiten otro tipo de guante más grueso.

Sin embargo, es importante destacar que, en toda otra actividad que no requiera tanta destreza, como por ejemplo en tareas de limpieza y desinfección de superficies que hayan estado en contacto con personas sintomáticas, puede optarse por guantes más gruesos, más resistentes a la rotura.

Los guantes podrán ser de nitrilo, látex, vinilo, ..., y en función del riesgo podrán ser más o menos grueso, aunque es un equipo que no es necesario para protegerse contra el virus, si no está en un ambiente sanitario u hospitalario, ya que no aportan una protección adicional respecto a la higiene de manos. La OMS (Organización Mundial de la Salud) advierte que el uso de guantes no previene el contagio por coronavirus, se aconseja más lavarse las manos con agua y jabón o desinfectarse con gel hidroalcohólico que usar guantes de goma.



## Protección ocular y facial

Se debe usar protección ocular cuando haya riesgo de contaminación de los ojos a partir de salpicaduras o gotas (por ejemplo: sangre, fluidos del cuerpo, secreciones y excreciones).

Los protectores oculares certificados en base a la norma UNE-EN 166:2002 para la protección frente a líquidos pueden ser gafas integrales frente a gotas o pantallas faciales frente a salpicaduras (ambos, campo de uso 3), donde lo que se evalúa es la hermeticidad del protector (en el caso de la gafa integral) o la zona de cobertura del mismo (en el caso de la pantalla facial).

Se recomienda siempre protección ocular durante los procedimientos de generación de aerosoles. Cuando sea necesario el uso conjunto de más de un equipo de protección individual, debe asegurarse la compatibilidad entre ellos, lo cual es particularmente importante en el caso de la protección respiratoria y ocular simultánea, para que la hermeticidad de los mismos y por tanto su capacidad de proteger no se vea mermada.



## 4 Coordinación de actividades empresariales

Tal y como se ha venido haciendo hasta la aparición del Covid-19, era habitual que personas trabajadoras pertenecientes a empresas contratadas para realizar diversos tipos de actividades, accedieran a nuestros centros de trabajo. Cuando concurren trabajadores de otras empresas, bien de forma esporádica o continuada, es necesario establecer reglas de coordinación según establece el art. 24 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales y el Real Decreto 171/2004 en materia de coordinación de actividades empresariales (CAE).

Antes del inicio de cualquier trabajo de mantenimiento, reparación u otros, por parte de empresas mantenedoras externas, se deberá verificar si la documentación CAE está actualizada o, en caso contrario, se realizará las gestiones oportunas. Se debe verificar además si la persona que accede a nuestro centro, cuenta con los Equipos de Protección Individual adecuados frente al Covid-19.

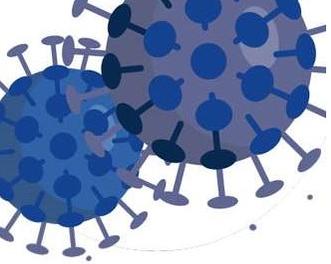
La documentación CAE recogida debería contemplar al menos la siguiente información:

- Las medidas higiénicas a cumplir por la persona trabajadoras que acude a nuestro centro de trabajo.
- La forma de respetar las distancias de seguridad entre el personal del centro.
- La organización de la visita en cuanto a día y hora de realización de la actividad.
- Los equipos de protección individual que se van a utilizar para realizar la actividad.
- La formación e información del personal que acude al centro.
- La comunicación en ambos sentidos, en caso de que se produzca un contagio entre personas trabajadoras de ambas empresas, que hayan estado en contacto estrecho.

## Bibliografía

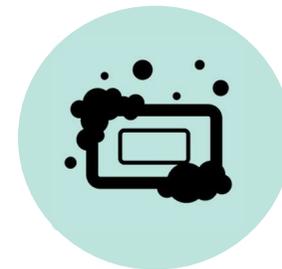
- ❖ Buenas prácticas en los centros de trabajo. Medidas para la prevención de contagios frente al Covid-19. Ministerio de Sanidad.
- ❖ Código electrónico de legislación Covid-19: Derecho Europeo, estatal y Autonómico. BOE.
- ❖ Directrices de buenas prácticas en sectores diversos. Medidas para la prevención de contagios el SARS-CoV-2. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- ❖ Guía “Qué debes tener en cuenta al comprar una mascarilla”. Ministerio de Consumo.
  - ❖ Criterios de reincorporación laboral en pandemia sars-cov-2. Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo (AEEMT)
  - ❖ Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al sars-cov-2. Ministerio de Sanidad
  - ❖ Guía práctica ante el retorno al trabajo en el periodo de crisis covid-19. UGT
  - ❖ Guía para la reincorporación del personal en Mutua de Andalucía y de Ceuta, CESMA, Mutua colaboradora con la Seguridad Social, nº 115.

# Anexos



Covid-19

# LAVADO DE MANOS



**RECUERDA:** A la entrada y salida del centro, aseos y otras estancias, **SIEMPRE** lávate las manos con solución hidroalcohólica o con agua y jabón.

Sus manos, una vez secas, son seguras

8



1 Depositar dosis de gel hidroalcohólico o agua y jabón en la palma de la mano

1



Frótese la punta de los dedos con la palma en ambas manos

7



2 Frótese las palmas de las manos entre sí

2



Haga un movimiento de rotación en ambos pulgares

6



3 Frótese las palmas con los dedos entrelazados

3



Frótese los dedos con la palma de la otra mano

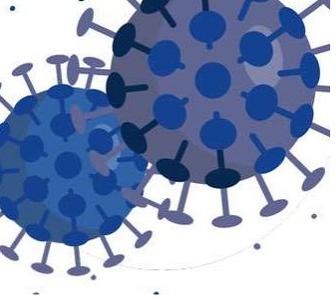
5



4 Entrelace el dorso de las manos en ambos sentidos

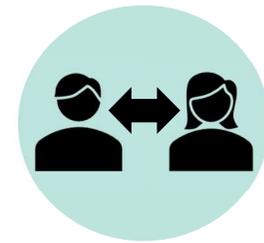
4



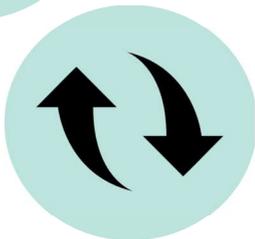


Covid-19

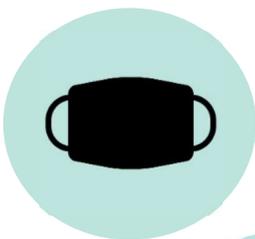
# MANTENGA LA DISTANCIA INTERPERSONAL



Por motivos de seguridad y salud, respete la distancia interpersonal de 1,5 metros con el resto de personas.



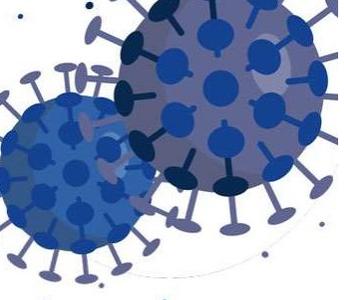
Respete los sentidos de circulación establecidos en todo el establecimiento, con especial atención en aseos, pasillos, entradas y salidas.



Se recomienda el uso de mascarillas higiénicas durante la estancia en este establecimiento.



En este establecimiento se controla el aforo como medida de seguridad.



# PRECAUCIONES GENERALES



Covid-19



Lávese las manos frecuentemente, utilizando los geles hidroalcohólicos a su disposición.



Evite tocarse la boca, nariz y ojos.

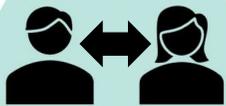


Al estornudar o toser, utilice pañuelos desechables y en caso de no disponer de ellos, cúbrase con el codo la nariz y boca.



Deseche los pañuelos en los contenedores del establecimiento y lávese las manos a continuación.

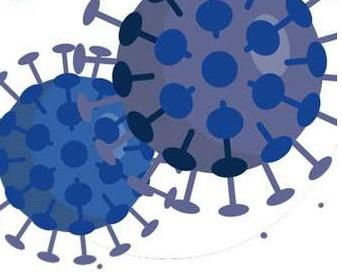
≥ 1,5 metros



Mantenga la distancia interpersonal de 1,5 metros.

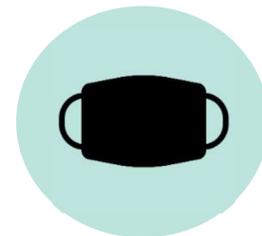


Este establecimiento está limpio y desinfectado. Manipule sólo los objetos que sean imprescindibles.

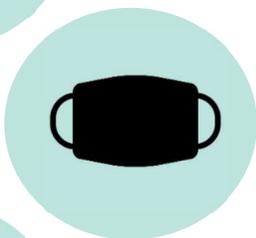


Covid-19

# USO CORRECTO DE MASCARILLAS HIGIÉNICAS



Lávese las manos antes de ponerse la mascarilla.



Durante todo el tiempo la mascarilla debe cubrir la boca, nariz y barbilla. Ajuste el solapado, presionando sobre la nariz.



Evite tocar la mascarilla mientras la lleve puesta.



Deseche la mascarilla cuando esté húmeda y no la reutilice a no ser que se indique que son reutilizables.



Para quitarse la mascarilla, hágalo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, desechándola en cubo cerrado y lávese las manos inmediatamente.