



# Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

## Desarrollo de la Guía de Actuación Preventiva ante la COVID-19

Esta Guía de Actuación Preventiva ante la COVID-19, tiene como finalidad establecer los aspectos generales básicos sobre la posible actuación ante situaciones creadas por una posible infección debida al coronavirus SARS-CoV-19, en nuestra empresa.

Así mismo, se establecen algunos criterios de actuación general para prevenir la posible infección por este agente, en el ámbito laboral o a resultas del desarrollo de la actividad laboral de nuestra empresa.

Además, indica recomendaciones de tipo general e información de cómo y dónde acceder a más información, más específica y de mayor relevancia en relación con esta situación epidemiológica actual.

Los contenidos de esta GUIA son:

### Tabla de contenido

<b>Ámbito de Aplicación y Alcance .....</b>	<b>2</b>
<b>Medidas Preventivas Básicas.....</b>	<b>2</b>
<b>Criterios ante viajes a realizar o para después de ellos.....</b>	<b>3</b>
<b>Medidas de protección individual en personas con síntomas que NO hayan VIAJADO.....</b>	<b>4</b>
<b>Medidas organizacionales transitorias (mientras dure la situación actual).....</b>	<b>5</b>
<b>Actuación ante la sospecha de un posible CASO de infección por COVID-19 .....</b>	<b>5</b>
<b>Información facilitada por Quirónprevención, como Servicio de Prevención. ....</b>	<b>7</b>
<b>Evaluación del Riesgo (escenarios posibles y requerimientos), según lo establecido en el PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA LOS SPRL FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL NUEVO CORONAVIRUS (SARS-COV-2), del Ministerio de Sanidad de fecha 05 de marzo de 2020.....</b>	<b>8</b>
<b>ANEXO – I: INFOGRAFÍA SOBRE LAVADO DE MANOS.....</b>	<b>10</b>
<b>ANEXO – II: INFOGRAFÍA SOBRE BUENAS PRACTICAS PARA LA PREVENCION DEL CORONAVIRUS .....</b>	<b>12</b>



# Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

1

## Ámbito de Aplicación y Alcance

- ❖ Esta Guía es de aplicación en todos los centros de trabajo de la empresa.
- ❖ También es de aplicación a todas las personas que actúen en los diferentes puestos de trabajo o en nuestras instalaciones: Empleados, visitas, contratados y cualquier otro tercero que acuda o se encuentre en nuestras instalaciones.

2

## Medidas Preventivas Básicas

- ❖ Afectan a todo el personal y puestos referidos en el ámbito de aplicación y son:
  - Buena Higiene Respiratoria:  
Al toser o estornudar tápese la boca y nariz con la mano con un pañuelo o, de no ser posible, con la manga del antebrazo o la flexura del codo.
  - Buena Higiene de Manos:  
Después de haber tosido o estornudado y antes de tocarse la boca, la nariz o los ojos, lávese las manos de forma cuidadosa con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón, utilice soluciones desinfectantes con alcohol para limpiárselas.
  - Buena Higiene Ambiental:  
Incrementar la limpieza de los lugares y superficies de trabajo.
- ❖ Además, se han de contemplar las siguientes acciones:
  - Proporcionar dispensadores jabonosos y de solución alcohólica desinfectante en presentaciones individuales, para oficinas y lugares de trabajo.
  - Dotar de cajas de pañuelos desechables y contenedores para su eliminación en oficinas y lugares de trabajo.
  - Dotar de mascarillas quirúrgicas a los centros, para que estén disponibles en caso de que se presente alguna persona que refiera un posible contacto.
  - Definir una zona de espera para visitas.
  - Distribución de cartelería informativa por las diferentes áreas de trabajo para potenciar las medidas preventivas. (Anexos I y II).
- ❖ Vida útil de las mascarillas:
  - Las mascarillas del tipo quirúrgico se deben eliminar después de cada uso.
- ❖ Medidas al toser y estornudar:



## Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable.
- Tirar inmediatamente el pañuelo.
- Si no tiene un pañuelo desechable, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón líquido o solución alcohólica desinfectante (Ver ANEXO – I)

### 3 Criterios ante viajes a realizar o para después de ellos

#### A. Actuaciones en relación con la realización de viajes:

- ❖ Evitar todos los viajes que sean innecesarios
- ❖ Fomentar las teleconferencias
- ❖ Cuando sea posible realice teletrabajo, consultándolo previamente con su superior jerárquico (jefe o director)

#### B. Zonas de Riesgo por SARS-CoV-2:

La zona de riesgo es definida por las autoridades sanitarias y se somete a revisión periódica, en función de la evolución epidemiológica de la COVID-19.

##### ❖ A día de hoy las zonas de riesgo son:

- China (todas las provincias, incluyendo Hong Kong y Macao); el riesgo es mayor en la provincia de Hubei, donde ha habido transmisión comunitaria sostenida de mayor intensidad.
- Corea del Sur
- Japón
- Singapur
- Irán
- Italia (regiones de Lombardía, Véneto, Emilia-Romaña, Piamonte)

Para ver actualizaciones de la situación, consultar en:

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/areas.htm>

- Otros países de riesgo:

**Los países que cuentan con moderada / alta incidencia** de casos confirmados puede consultarse en:



## Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

[https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=15696:coronavirus-disease-covid-19&Itemid=4206&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15696:coronavirus-disease-covid-19&Itemid=4206&lang=es)

### C. Medidas después de un viaje a zonas de riesgo:

- ❖ Si no presenta ningún síntoma:
  - Seguir con su vida normal.
  - Observar durante 14 días si aparece algún síntoma de riesgo<sup>1</sup>.
  
- ❖ Sí presenta algún síntoma estando en el trabajo:
  - Poner a la persona sospechosa de posible infección una mascarilla quirúrgica y aislarla de las personas que tenga alrededor, al menos por dos metros de distancia.
  - Llame telefónicamente al 112 / 061 e informe de su situación y de la realización o no de viajes en los 14 días previos a la aparición de los síntomas y siga las indicaciones que le dé el Servicio de Salud por teléfono.
  
- ❖ Si presenta alguno de los síntomas y está en casa:
  - Permanezca en su domicilio o zona de residencia en ese momento.
  - Llame telefónicamente al 112 / 061 e informe de su situación y de la realización o no de viajes en los 14 días previos a la aparición de los síntomas y siga las indicaciones que le dé el Servicio de Salud por teléfono.
  - Notifique a la empresa su situación.

### 4 Medidas de protección individual en personas con síntomas que NO hayan VIAJADO

Se aplicarán a los trabajadores que comiencen CON SÍNTOMAS <sup>1</sup> aunque no hayan viajado los 14 días previos a una de las zonas de riesgo:

- ❖ Aparición de síntomas SIN antecedentes de viaje o contacto con afectados: No deben acudir al centro de trabajo, debiendo solicitar atención médica a su Centro de Atención Primaria o a través del 112.

---

<sup>1</sup> Los síntomas más comunes incluyen fiebre, tos, y sensación de falta de aire. En algunos casos también puede haber síntomas digestivos como diarrea y dolor abdominal. En casos más graves, la infección puede causar neumonía, dificultad importante para respirar, o problemas renales.



## Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

- ❖ Si los síntomas aparecen durante la jornada laboral:  
Se le facilitará una mascarilla, apartándole del puesto y remitiéndole a su domicilio para que active la comunicación con su Centro de Atención Primaria de forma telefónica. En caso de dudas, llamar al 112.

### 5 **Medidas organizacionales transitorias (mientras dure la situación actual)**

#### A. Actuaciones ante empresas colaboradoras:

- ❖ Esta Guía ha de darse a conocer a las empresas colaboradoras que realicen actividades en nuestras instalaciones y a los proveedores que nos visiten, como parte de la coordinación de actividades de nuestra compañía.

#### B. Reuniones internas y externas:

- ❖ Se evitarán las reuniones, salvo las que sean estrictamente necesarias y aprobadas por el máximo responsable del departamento que las organice:
  - Se facilitará e incrementará el uso de la tecnología para realizar reuniones, entre las que son de especial interés las teleconferencias (audioconferencias y videoconferencias).
  - Cuando se celebren reuniones, se deberá de recoger a través del acta de esta o por parte del organizador de ésta, las personas que han participado en ella y un medio de contacto (teléfono o email).

#### C. Organización de la actividad laboral

- ❖ Siempre que ello sea posible y en función del tipo de actividad y características del puesto de trabajo, se facilitará el teletrabajo, sobre todo en áreas o departamentos de “alta concurrencia” de personas.
- ❖ Se establecerá un procedimiento interno de actuación ante la posible sospecha de algún caso de infección por SARS-CoV-2 en la empresa.

### 6 **Actuación ante la sospecha de un posible CASO de infección por COVID-19**

- ❖ Siguiendo lo establecido por las autoridades sanitarias, se deberá de tener en consideración:



## Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

- Valorar si presenta CRITERIO CLINICO, es decir, SI PRESENTA SÍNTOMAS COMPATIBLES CON INFECCION RESPIRATORIA AGUDA, DE CUALQUIER GRAVEDAD, SI TIENE FIEBRE, TOS, DIFICULTAD RESPIRATORIA.
  - CRITERIO EPIDEMIOLÓGICO: SI TIENE HISTORIAL DE VIAJES A LAS ZONAS DE RIESGO EN LOS 14 DÍAS PREVIOS AL INICIO DE LOS SINTOMAS.
  - CRITERIO EPIDEMIOLOGICO: SI HA ESTADO EN CONTACTO CON UN CASO CONFIRMADO O POSIBLE DE LA COVID-19.
- ❖ A partir de lo anterior, se considerará CASO de probable INVESTIGACION, a quienes cumplan con lo establecido en el punto 1 y, al menos, uno de los casos reseñados en el punto 2 y 3, o lo que es lo mismo, tener criterio clínico y, al menos uno de los criterios epidemiológicos.
- ❖ EN CASO de que SEA AFIRMATIVO, se considerará un CASO en INVESTIGACION y se procederá a realizar los siguientes pasos:
- Se le aislará del posible contacto con otras personas, en una zona asilada o, si ello no es posible, a una distancia mayor de dos metros del resto de las personas.
  - Se le proporcionará una mascarilla quirúrgica, para que se la ponga cubriendo la boca y la nariz.
  - Las personas que vayan a estar en contacto o acompañen al CASO de probable INVESTIGACION deberán de usar también mascarilla quirúrgica al mismo tiempo.
  - Se llamará por teléfono al 112 ó 061 para informar del caso y que nos indiquen las medidas o pautas a seguir.
  - Se informará al responsable/coordinador asignado por la empresa para la COVID-19 o, en su defecto a Recursos Humanos de la situación planteada.
  - Se seguirán las indicaciones que nos de la autoridad sanitaria a través del 112 ó el 061.
- ❖ Manejo de contactos: Ante el caso anterior, si se ratificara que es un caso sospechoso, se deberá:
- Identificar (recoger datos de identificación y localización) a las personas que hayan mantenido contacto con la persona considerada CASO en INVESTIGACION de COVID-19.
  - Identificar también, a las personas del ámbito familiar y extralaboral que hayan podido estar en contacto con el CASO de INVESTIGACION.
  - Notificar dicha información a los Servicios de Salud para su control y posible seguimiento, si lo consideran necesario.



## Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

- ❖ Limpieza y desinfección: La limpieza y desinfección de las superficies con las que ha podido estar en contacto el caso en posible investigación, se realizará con un desinfectante incluido en la política de limpieza y desinfección del centro de trabajo. No obstante, dado que estos virus se inactivan tras 5 minutos de contacto con desinfectantes usados por el público en general, se recomienda utilizar lejía diluida en agua y preparada recientemente. El personal de limpieza que realice la misma, usará las prendas de protección individual que se considere en cada situación.

### 7 Información facilitada por Quirónprevención, como Servicio de Prevención.

Desde un primer momento Quirónprevención ha hecho un esfuerzo importante por mantener informada a sus empresas clientes y a sus trabajadores.

Como Servicio de Prevención para su empresa, Quirónprevención pone a su disposición, a través de su página web, la posibilidad de consultar cuantas preguntas les pueda surgir en relación con la actual situación de Alerta ante la infección por SARS-CoV-2 (COVID-19).

Para facilitar aún más el acceso a la información, además de la persona de contacto que use normalmente con su SPA, Quirónprevención ha creado dos vías de acceso nuevas a la información específica para esta situación:

1. Quirónprevención ha establecido un **CENTRO DE ATENCIÓN TELEFÓNICA** específico, para recibir llamadas en relación con la COVID-19.

A él se puede acceder a través del teléfono 946 781 585. En horario de 08.00 a 20:00, de lunes a viernes, donde se dará respuesta a las preguntas más frecuentes y se orientará sobre las acciones a realizar en caso de una situación de duda.

2. Se ha creado una **web sobre la COVID-19**, en nuestra página corporativa.

En nuestra web, podrá encontrar, en diferentes secciones, la información de mayor relevancia ante la infección por el virus SARS-CoV-2 y los accesos a las páginas de las principales autoridades sanitarias nacionales e internacionales, además de a información específica sobre esta situación de alerta sanitaria.

Puede acceder a la misma a través de nuestra página web:

[www.quironprevencion.com](http://www.quironprevencion.com) y en ella, pulsar sobre el banner de COVID-19, o a través del enlace directo:



## Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

<https://www.quironprevencion.com/prevencion/es/campanas-prevencion-riesgos-laborales/coronavirus-covid-2019>

8

### **Evaluación del Riesgo (escenarios posibles y requerimientos), según lo establecido en el PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA LOS SPRL FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL NUEVO CORONAVIRUS (SARS-COV-2), del Ministerio de Sanidad de fecha 05 de marzo de 2020.**

En relación con el procedimiento de actuación del Ministerio de Sanidad en el que se indica que **corresponde a las empresas evaluar el riesgo de exposición**, resaltar que siempre se han de seguir las pautas y recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias. Se puede acceder a las mismas y a otra información de interés, a través de la web de Quirónprevención.

Esta evaluación se debe realizar teniendo en cuenta la naturaleza de las actividades y mecanismos de transmisión del nuevo coronavirus SARS-Cov-2, que se incluyen en la tabla 1 de dicho procedimiento, y que presenta tres escenarios diferenciados:

**EXPOSICIÓN DE RIESGO:** Corresponde a actividades en las que, por su desarrollo laboral, no se puede evitar el contacto (personal sanitario que atiende un caso confirmado, conductor de ambulancia que traslada al paciente, tripulación medios transporte que atiende durante el transporte un caso sintomático procedente de zona de riesgo y situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en reuniones de trabajo con un caso sintomático. Es decir, serían puestos donde por su actividad hay contacto con casos confirmados o en investigación sintomáticos.

Requerimientos: en función de la evaluación específica del riesgo de exposición en cada caso, componentes de EPI de protección biológica y, en ciertas circunstancias, de protección frente aerosoles y salpicaduras.

**EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO:** Personal sanitario cuya actividad no incluye contacto estrecho con el caso confirmado (celadores, camilleros...), personal de laboratorio con diagnóstico virológico, personal no sanitario que pudiese estar en contacto con material sanitario o desechos posiblemente contaminados (limpieza, desinfección, funerarias, atención al público ...), ayuda a domicilio de contactos asintomáticos.

Requerimientos: en función de la evaluación específica del riesgo de exposición en cada caso, componentes de EPI de protección biológica.



## Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

**BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN:** Trabajadores sin atención directa al público o a más de dos metros de distancia, o con medida de protección colectiva que evitan contacto: personal administrativo, conductores de ambulancia, conductores transporte público, personal de seguridad, policías/guardias civiles, personal aduanero, bomberos...

Requerimientos: No es necesario uso de EPI. En algunas circunstancias, por ejemplo, si no hay colaboración de una persona sintomática, se usará protección respiratoria y guantes de protección.

En base a estos tres escenarios, se evaluará la situación de riesgo de exposición viendo si la naturaleza de las actividades que realizan implica contacto con casos confirmados o en investigación sintomático (exposición de riesgos), no incluye contacto estrecho con el caso confirmado (exposición de bajo riesgo) o trabajadores sin atención directa al público, a más de 2 metros de distancia o con medidas de protección colectiva (baja probabilidad de exposición).

**PERSONAL ESPECIALMENTE SENSIBLE FRENTE AL COVID-19:** Así mismo, según se establece en el protocolo del Ministerio de Sanidad<sup>2</sup>, debe evitarse la exposición de los trabajadores sanitarios y no sanitarios que, en función de sus características personales o estado biológico conocido, debido a patologías previas, medicación, trastornos inmunitarios, embarazo o lactancia, sean considerados especialmente sensibles a este riesgo.

En relación con la COVID-19, se considerará personal especialmente sensible a las personas que presenten hipertensión, procesos de tipo cardiovascular, diabetes, patologías respiratorias crónicas, patologías de tipo inmunitario y personas en tratamiento de cáncer.

A este respecto, se recomienda reubicar a estas personas en puestos con tareas con baja probabilidad de exposición. En el caso del personal sanitario no dedicarlos a tareas asistenciales y extremando, en cualquier caso, las medias de protección individual recomendadas.

---

<sup>2</sup> Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus



## Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

### ANEXO – I: INFOGRAFÍA SOBRE LAVADO DE MANOS



# Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

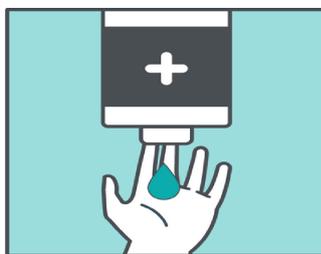
 quirónprevención

## BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)

Sigue estos pasos durante el lavado de manos:



Mójate las manos



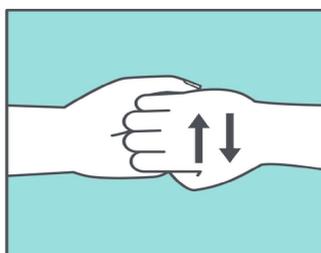
Deposita la cantidad  
suficiente de jabón en  
las palmas



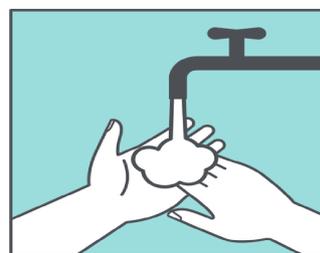
Frótate las palmas de  
las manos



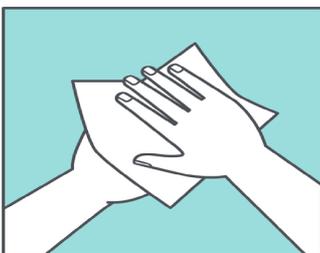
Frótate las palmas con  
los dedos entrelazados



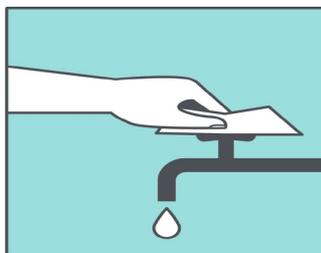
Frótate los dedos de  
una mano con la palma  
de la opuesta



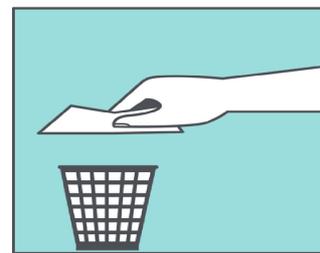
Enjuágate las manos  
con agua



Sécate las manos con  
una toalla desechable



Usa la misma toalla  
para cerrar el grifo



Tira la toalla a la  
basura



## Guía de Actuación Preventiva ante la COVID - 19

ANEXO – II: INFOGRAFÍA SOBRE BUENAS PRACTICAS PARA LA  
PREVENCION DEL CORONAVIRUS



## BUENAS PRÁCTICAS EN LA PREVENCIÓN FRENTE AL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)



EN CASO DE SUFRIR UNA  
INFECCIÓN RESPIRATORIA,  
EVITA EL CONTACTO  
CERCANO CON OTRAS  
PERSONAS



EVITA TOCARTE LOS OJOS,  
NARIZ Y LA BOCA



LAVATE LAS MANOS  
FRECUENTEMENTE  
CON AGUA Y JABÓN



AL TOSER O ESTORNUDAR,  
CÚBRETE LA BOCA Y LA NARIZ  
CON EL CODO FLEXIONADO O  
CON UN PAÑUELO  
DESECHABLE



SI NOTAS SÍNTOMAS DE  
FIEBRE, TOS O FALTA DE AIRE,  
CONTACTA CON EL 112/061

### REDUCE EL RIESGO DE CONTAGIO