

ANEXO

PROTOCOLO EN HIGIENE Y SEGURIDAD - COVID 19

SECRETARIA DE OBRAS PÚBLICAS - TUCUMAN

APLICACIÓN: OFICINAS – TALLERES – OBRAS – ESPACIOS PUBLICOS, DE LAS REPARTICIONES Y ENTES AUTARQUICOS QUE DEPENDEN DE LA SECRETARIA DE OBRAS PUBLICAS DE TUCUMAN

En el marco de la EMERGENCIA PANDEMIA COVID-19, y en función de los. DNU N° 1/1 del 13 de marzo de 2020, ratificado por ley 9226, DNU N° 2/1-2020, N° 4/1-2020, N° 6/1-2020 y N° 8/1-2020

Se resuelve adoptar e implementar ***un Protocolo de Seguridad e Higiene***, en consonancia con las recomendaciones Nacionales, Provinciales, y de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

El presente Protocolo contiene una evaluación de los riesgos por puestos de trabajo, y las medidas de prevención a adoptar (de ingeniería, de aislamiento, de protección y/o administrativas), focalizado al riesgo de contagio del COVID 19 (Coronavirus).

INTRODUCCION

En el marco de la normativa vigente y de las buenas prácticas laborales de salud y seguridad en el trabajo, difundimos y recomendamos las siguientes medidas de protección y de prevención para todos los trabajadores en los diferentes ámbitos laborales (oficinas, talleres, obras en espacio público). En este mismo sentido, continuaremos actualizando este protocolo de recomendaciones, con el fin de lograr un equilibrio entre el cuidado de la salud y la actividad de nuestro organismo, permitiendo el desenvolvimiento de sectores, y garantizando la mínima circulación de personas en cada fase, en orden de prevenir contagios.

RECOMENDACIONES GENERALES

- Minimizar el riesgo de transmisión a las personas vulnerables, como las mayores de 60 años, embarazadas y personas que padezcan enfermedades cardiovasculares e hipertensión arterial, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer e inmunodepresión.

- Las personas que hayan viajado y vuelto del extranjero durante el último mes, o hayan tenido contacto con viajeros regresados, solo podrán trabajar en modalidad a distancia / Teletrabajo o, en caso de que no sea posible, gozar de licencia paga durante 20 días corridos contados desde su regreso al país.
- Se incentiva a mantener en modalidad a distancia o teletrabajo a la mayor cantidad de personal posible. Los administrativos deberán trabajar de manera rotativa para tareas presenciales, siempre que no estén dentro del grupo de riesgo.
- Los responsables de cada área deberán determinar el personal necesario para el funcionamiento de las mismas, respetando el distanciamiento de seguridad entre los mismos (2 metros), sumado a todas las medidas de seguridad.
- La reincorporación de aquellas actividades con riesgo de aglomeración debe producirse en último lugar.
- Puede ser preciso adaptar horarios y flexibilizar las entradas y salidas del organismo, para evitar aglomeraciones en el transporte público y en la entrada a los lugares de trabajo. Se recomienda suspender el fichaje con huella dactilar sustituyéndolo por cualquier otro sistema.
- Los Elementos de Protección Personal (EPP) deberán ser resistentes a la penetración de microorganismos, roturas y desgaste prematuro.
- El personal administrativo (de oficina o contacto con el público), deberá contar con protección respiratoria y guantes.
- Los trabajadores técnicos y/o de obras deberán estar provistos de protección facial (pudiendo ser visual-lentes de seguridad), protección respiratoria, guantes, calzado de seguridad, ropa de trabajo manga larga. Las tareas deberán ser organizadas de manera tal que no se encimen las cuadrillas, manteniendo al menos 1 metro de distancia entre ellos. Se debe lograr la menor concentración de trabajadores posibles, manteniendo las recomendaciones de higiene y seguridad correspondiente.
- EPP descartables: el trabajador deberá estar capacitado específicamente sobre el uso, estado, conservación, y descarte de los mismos.
- Capacitar a los trabajadores en la higienización previa y posterior a la tarea.
- Garantizar la ventilación de los ambientes de trabajo antes del ingreso.
- Controlar el estado, stock y reposición de los EPP y Kit de desinfección e higienización.
- Proveer de un kit de desinfección para utilizar sobre instalaciones y ambientes de trabajo.

- Desinfectar diariamente en cada cambio de guardia el vehículo utilizado para traslado. El mismo debe circular ventilado permanentemente y con la menor cantidad posible de trabajadores.
- Higienizar y desinfectar diariamente, con cada cambio de guardia o al finalizar la jornada, herramientas y equipos de trabajo.
- Hacer controles diarios sobre estado de salud de los trabajadores, incluyendo la verificación de la temperatura corporal.
- Implementar cartelería de las medidas preventivas y distancia entre personas.
- Se deberá mantener un aprovisionamiento necesario del material de limpieza para poder atacar las tareas de higienización reforzada a diario.
- Asegurar la implementación de las licencias laborales obligatorias para aquellos trabajadores cuyos hijos en edad escolar queden exclusivamente a su cuidado. Garantizar la ejecución de la medida y coordinar- en la medida de las posibilidades – las actividades laborales mediante soporte/herramienta digital.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE ESPACIOS Y AMBIENTES DE TRABAJO

Como medida de protección colectiva se recomienda utilizar la “técnica de doble balde - doble trapo”, que habitualmente se realiza en ámbitos hospitalarios para evitar las infecciones intrahospitalarias y que en el contexto epidemiológico actual aplicaría tranquilamente para cualquier actividad laboral.

- Es una técnica muy sencilla y se necesita contar con agua corriente, detergente e hipoclorito de sodio (*lavandina*), dos baldes y dos trapos:

1. Iniciar limpieza

En el balde N° 1 agregar agua y detergente.

Sumergir el trapo N° 1 en balde N° 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, instrumental de trabajo etc.). Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.

Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.

2. Realizar desinfección

En el balde N° 2 (limpio) agregar agua, colocar 100 ml de lavandina,

Sumergir el trapo N° 2 escurrir y friccionar en las superficies.

Enjuagar con trapo N° 2 sumergido en el balde N° 2 con agua.

Dejar secar

- En caso de ser posible, se mantendrá el ambiente laboral bien ventilado.
- Los lugares de trabajo deben mantenerse en condiciones de higiene y desinfección. Se deberán reforzar las medidas de higiene de los locales de trabajo y de atención al público, incrementando la limpieza de

mostradores, pasamanos, pisos, picaportes y toda otra superficie con la que el trabajador o público pueda entrar en contacto.

- Deberán contar con reposición de Elementos de Protección Personal (EPP) y kit de desinfección e higienización.
- Se deberán desinfectar las herramientas y equipos de trabajo.
- Se deberá realizar la limpieza del sector antes y después de realizar el trabajo.
- El personal de limpieza deberá contar con todos los elementos de seguridad necesarios para controlar y minimizar la exposición.
- Antes de un relevo en la operación de la maquinaria, limpiar y desinfectar adecuadamente el puesto de trabajo (controles, teclado, mouse, pantallas, herramientas, pisos, pasamanos, picaportes, etc.).
- En el caso de uso compartido de vehículos de asistencia técnica (por ejemplo: camionetas), desinfectar de manera regular (volante, tablero, puertas y picaportes, espejos, etc.). Lo recomendable es evitar el uso compartido.
- Las unidades de viviendas de los trabajadores deberán considerarse como ambientes laborales debiendo aplicar el mismo criterio preventivo que en ambientes laborales.
- Garantizar la provisión de agua potable en cantidades suficientes para garantizar la higiene y desinfección tanto del trabajador como del ambiente de trabajo.

No olvidar que las personas que realicen estas tareas deberán contar con los EPP (guantes impermeables y protectores oculares) a fin de evitar el contacto de la piel y de las mucosas con los detergentes y lavandinas utilizados durante las tareas de limpieza y desinfección con el objeto de prevenir enfermedades profesionales (irritación de conjuntivas, dermatitis de contacto por sensibilización e irritativas, entre otras).

Recordar que nunca hay que mezclar las sustancias utilizadas con otros desinfectantes, algunos pueden contener amoníaco y al mezclar se genera un vapor muy peligroso y fuertemente irritante de las vías respiratorias y de las mucosas, pudiendo generar una intoxicación cuya gravedad dependerá del tiempo de exposición y la concentración del vapor.

INDICACIONES PARA EL PREPARADO DEL KIT DE DESINFECCIÓN

- Limpieza de la superficie con una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico.
- Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección.
- Desinfección: Preparar Hipoclorito de sodio de uso doméstico (*lavandina con concentración de 55 gr/litro*).

- Colocar 100 ml de lavandina de uso doméstico en 10 litros de agua.
- Con esta solución pueden desinfectarse las superficies que estén visiblemente limpias.
- Esta solución produce rápida inactivación de los virus y otros microorganismos.

RECOMENDACIONES PARA DESPLAZAMIENTOS HACIA Y DESDE TU TRABAJO

- El traslado de personal deberá reducirse al mínimo posible, realizando la higiene y desinfección antes y después de cada traslado.
- En lo posible se implementarán métodos alternativos para el traslado de personal desde sus domicilios hasta los lugares de trabajo, minimizando el uso de transporte público.
- Se deberán recomendar medidas de prevención durante el uso de transporte público (higiene de manos, evitar tocarse las manos, uso de guantes o barbijos si es necesario, etc.).
- Recordar la importancia de una buena **higiene de la manos antes, durante y después** de los desplazamientos que vayas a realizar
- Desplázate provisto de un **kit de higiene personal**.
- Si te desplazas en tu vehículo particular: recordá **mantenerlo ventilado** para garantizar **la higiene y desinfección del interior** del mismo.
- **No utilices los asientos próximos al chofer del colectivo** y respeta las distancias mínimas recomendadas. Evitar el contacto con los choferes, dejar asiento vacío por medio entre pasajeros.
- **Evitá aglomeramientos** en los puntos de acceso al transporte que vas a utilizar.
- **No utilices transporte público si crees que estás enfermo o con síntomas** de coronavirus (*fiebre, dolor de garganta, tos, dificultad respiratoria*).
- **Cubrí tu nariz y boca** al toser o estornudar con un pañuelo descartable o con el pliegue del codo. (*no tosas o estornudes en dirección a otras personas*)
- **Si lo haces en taxi o remis**, solo debe viajar una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes

RECOMENDACIONES PARA DESPLAZAMIENTOS EN EL TRABAJO

- El traslado de personal deberá reducirse al mínimo posible, realizando la higiene y desinfección antes y después de cada traslado, como así también de las unidades (vehículos).
- En traslados largos **que se utilizan vehículos (camionetas, utilitarios, autos)**, procurar trasladar un mínimo de trabajadores.

RECOMENDACIONES PARA EL TRABAJO

- Mantener la distancia interpersonal (aproximadamente 2 metros).
- Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- Evitar en la medida de lo posible utilizar equipos y dispositivos de otros trabajadores y, en caso de que sea necesario, aumenta las medidas de precaución y, si puedes, desinfectalos antes de usarlo. Si no es posible, lávate las manos inmediatamente después de haberlos usado.
- Tirar cualquier desecho de higiene personal –especialmente, los pañuelos desechables- de forma inmediata a las papeleras o contenedores habilitados.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica. Es especialmente importante lavarse después de toser o estornudar o después de tocar superficies potencialmente contaminadas. Trata de que cada lavado dure al menos 40 segundos.
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y deséchalo 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.
- Evitar tocarte los ojos, la nariz o la boca.
- Si empiezas a notar síntomas, dar aviso.
- Las tareas y procesos laborales deben planificarse para que los trabajadores puedan mantener la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros, tanto en la entrada y salida al centro de trabajo como durante la permanencia en el mismo.
- Hay que asegurar que la distancia de seguridad esté garantizada en las zonas comunes y, en cualquier caso, deben evitarse aglomeraciones de personal en estos puntos. En particular, la zona de baños y vestuarios debe garantizar que se puede mantener la distancia interpersonal.

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

Los EPP serán seleccionados de acuerdo a la actividad y tarea a desarrollar por el trabajador, y se deberá tener en cuenta que:

- Son individuales, por lo que no se deben compartir.
- Los elementos de protección contra el coronavirus deben ser preferentemente descartables y no deben interferir con los EPP necesarios para desarrollar la tarea en forma segura.
- Los EPP y la ropa de trabajo deberán ser resistentes a la penetración de microorganismos, a las roturas y el desgaste prematuro.
- Además de la provisión de ropa y EPP el trabajador deberá estar capacitado específicamente sobre el uso, estado, conservación, retiro y descarte de los mismos

TRATAMIENTO DE RESIDUOS

- Mantener la limpieza de los depósitos de residuos, higienizándolos con agua y jabón, o soluciones desinfectantes.
- Utilizar elementos de seguridad, y en caso de ser factible asistencia mecánica que reduzca el contacto con los mismos.
- Identificar y señalizar lugares destinados a la disposición de los elementos de higiene, desinfección y EPP descartados.

CORRECTA COLOCACIÓN Y RETIRO DE PROTECTOR RESPIRATORIO

Antes de iniciar el proceso de colocación de un protector respiratorio lávese las manos con agua y jabón, o con alcohol en gel o alcohol al 70%. Es fundamental garantizar la higiene y desinfección de las manos.

PASOS A SEGUIR



1. Retire el protector del envase.



4. Pase el elástico Inferior y colóquelo debajo de la oreja y sobre el cuello.



2. Coloque la máscara sobre la palma de la mano con los elásticos libres. No tocar el Interior del mismo.



5. Ajuste los costados de la nariz utilizando los dedos.



3. Coloque la máscara sobre su cara con la pieza nasal sobre su nariz. Pase el elástico superior sobre su cabeza.



6. Ajuste correctamente la máscara.

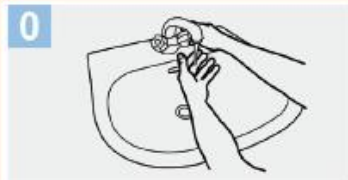
Para verificar que el protector respiratorio se encuentre correctamente colocado posicione las manos como se indica en el punto 5, inhale y exhale suavemente, de ser necesario ajuste el pliegue de la nariz o los elásticos.

También se debe tener en cuenta:

- Los protectores pierden su efectividad si se utilizan con barba o bigote.
- Nunca manipular la máscara con las manos sucias.
- Los protectores deben ser retirados a través del elástico y sin tocar su frente.

LAVADO DE MANOS CON AGUA Y JABON

Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado de manos debe durar al menos 40–60 segundos siguiendo estos pasos:



0 Mójese las manos con agua;



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



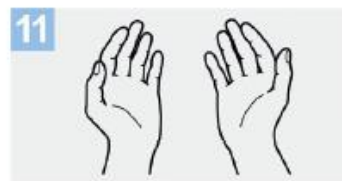
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

Crédito: OMS

LAVADO DE MANOS CON SOLUCIONES A BASE DE ALCOHOL

 <p>1a</p>	 <p>1b</p>	 <p>2</p>
<p>Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;</p>		<p>Frótese las palmas de las manos entre sí;</p>
 <p>3</p>	 <p>4</p>	 <p>5</p>
<p>Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;</p>	<p>Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;</p>	<p>Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;</p>
 <p>6</p>	 <p>7</p>	 <p>8</p>
<p>Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;</p>	<p>Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;</p>	<p>Una vez secas, sus manos son seguras.</p>
<p>Crédito: OMS</p>		

El lavado de manos debe darse principalmente:

- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, picaportes, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
- Después de ir al baño.

DEFINICIÓN DE CASO SOSPECHOSO

a) Criterios

- Fiebre o temperatura mayor a 37.5
- Uno o más de los siguientes síntomas tos, dolor de garganta, goteo nasal, alteración de gusto (disgusia) pérdida repentina de olfato (anosmia). en ausencia de patología previa que explique dichos síntomas.
- Contacto en los últimos 14 días con personas covid 19 + ò historia de viajes fuera del territorio provincial.

b) Ante la presencia de caso sospechoso se deberá:

- Asistir al paciente usando de forma estricta EPP incluyendo en este caso barbijo N°95.
- Correcto registro de datos filiatorios
- Aislar al paciente.
- No medicar
- Activar protocolo de acción, trasladar al hospital.
- En caso de paciente con insuficiencia respiratoria aguda, solicitar la presencia del personal médico para manejo adecuado.
- Evitar contacto innecesario con el paciente en cuestión.