



Anexo 1.- RECOMENDACIONES PREVENTIVAS FRENTE AL COVID-19 EN EL SECTOR INDUSTRIAL (17.04.2020)

Este documento recoge una selección no exhaustiva de recomendaciones y medidas de contención, ordenadas por criterio de jerarquía preventiva, para garantizar la protección de la salud de la población trabajadora frente al COVID-19.

Cada empresa definirá, con el asesoramiento de su Servicio de Prevención de Riesgos Laborales (SPRL), las medidas específicas que precise su actividad y se contará con la consulta y participación de los trabajadores y trabajadoras o sus representantes.

POBLACIÓN TRABAJADORA ENFERMA, CONTACTOS Y ESPECIALMENTE SENSIBLES

- Informar a los trabajadores de que **NO DEBEN ACUDIR** al centro de trabajo en el caso de presentar síntomas compatibles con el COVID-19 (fiebre, tos, dificultad respiratoria...) o de haber estado en contacto estrecho¹ con personas que los presenten. El trabajador llamará inmediatamente al centro de salud y si cursa baja médica, lo comunicará a la empresa. En el caso de que los síntomas aparezcan estando presente en el puesto de trabajo, se comunicará al responsable, se aislará al afectado dotándole por mascarilla quirúrgica y se le remitirá a su médico de cabecera.
- La empresa pondrá en conocimiento de la unidad de Vigilancia de la salud de su SPRL todos los casos de COVID-19 para que les asesore en relación a los contactos estrechos. Si se identificaran contactos estrechos en el centro de trabajo, se notificarán al Servicio de Salud Laboral del ISPLN que tramitará una baja laboral por aislamiento mientras dure el “estado de alarma”.
- La unidad de vigilancia de la salud del SPRL deberá identificar a las personas trabajadoras especialmente sensibles a este riesgo.
- El SPRL valorará si los trabajadores especialmente sensibles pueden seguir desarrollando su actividad laboral, bien en idénticas condiciones, bien mediante una adaptación de puesto, bien mediante reubicación en un puesto de trabajo exento de riesgo. El resultado de esta valoración debe recoger una descripción clara de las medidas de adaptación específicas propuestas para la protección del trabajador especialmente sensible.
- Si las medidas previstas en el punto anterior no se pueden aplicar, se le debe apartar al trabajador del puesto de trabajo de manera preventiva. El SPRL comunicará esta situación al Servicio de Salud Laboral del ISPLN, que tramitará una baja laboral por aislamiento mientras dure el “estado de alarma”.

ENTRADA Y SALIDA DEL CENTRO DE TRABAJO

- El desplazamiento al centro de trabajo se realizará preferentemente de forma individual.
- Si es necesario el transporte en vehículos compartidos (coche, autobús o furgonetas), se realizará manteniéndose la mayor distancia posible entre los ocupantes. En el caso de los autobuses no se podrá ocupar más de un tercio de sus plazas y se mantendrá siempre vacía la fila posterior al asiento del conductor². Habrá que limpiar y desinfectar el vehículo diariamente.
- Favorecer una entrada y salida escalonada de los y las trabajadoras para garantizar 2 m de distancia entre personas.



- Habilitar una vía de entrada y otra de salida en el centro de trabajo, debidamente señalizadas, para evitar el cruce de personas.
- Evitar sistemas de fichajes por huella dactilar; de mantenerse, se pondrá a disposición de la población trabajadora solución hidroalcohólica para usar antes y después del fichaje.
- Eliminar tornos y, si es posible, mantener las puertas interiores abiertas.

ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

- Seguir las recomendaciones sanitarias en lo referente a fomentar reuniones por videoconferencia, flexibilidad horaria, teletrabajo, turnos de trabajo, restricción de movilidad, etc.
- Establecer medidas organizativas de forma que se disminuya al mínimo el número de trabajadores en cada turno.
- Asegurar en los puestos la distancia de 2 m entre trabajadores o, en su defecto, colocar medidas físicas de separación entre personas (mamparas).
- Si el conjunto de medidas desarrolladas no permite asegurar el mantenimiento de la distancia de seguridad de 2 m estudiar otras alternativas de protección adecuadas, como por ejemplo, modificación de los procesos productivos o uso de equipos de protección individual.
- Limitar el acceso al centro de trabajo de personal ajeno no esencial para el desarrollo de la actividad.
- Adoptar las mismas medidas de seguridad para todos los trabajadores concurrentes en el centro de trabajo independientemente de la empresa a la que pertenezcan.
- Minimizar los movimientos del personal dentro de la empresa. Organizar el flujo del personal evitando, en la medida de lo posible, los cruces.
- Identificar y controlar los riesgos psicosociales asociados a la organización del trabajo: posible sobrecarga de trabajo, ritmos, establecer procedimiento de participación, dotar de autonomía, reforzar apoyo social jerárquico...).

LUGARES , HERRAMIENTAS Y EQUIPOS DE TRABAJO

- Garantizar una ventilación adecuada de los lugares de trabajo. Siempre que sea factible, aumentar la renovación de aire (natural o forzada) e incrementar la limpieza de filtros. En los sistemas de climatización, reducir la recirculación y aumentar el aporte de aire limpio exterior.
- Reforzar la limpieza y desinfección de las instalaciones, en especial de las superficies de contacto: manillas, escaleras, pasamanos, superficies de trabajo. Se utilizarán diluciones de lejía comercial, preparadas recientemente (30 ml por cada litro de agua si es lejía común), alcohol etílico (al menos 70º recomendado al 95º) u otros virucidas autorizados. El virus puede permanecer activo diferente tiempo³ según el material de la superficie sobre la que se deposite.
- Limpiar y desinfectar las instalaciones entre cada turno, por lo que sería oportuno establecer un periodo inter turnos que lo permitiera.
- Desinfectar superficies que puedan estar contaminadas y zonas comunes tras rotaciones de puestos y cambios de turno.
- Habilitar el uso individualizado de herramientas y equipos de trabajo. En su defecto, se pondrá a disposición desinfectante para aplicar por el trabajador/a tras cada uso.



- Evitar compartir material de oficina (grapadoras, bolígrafos, teclados, tijeras...). Si se comparten los objetos es imprescindible limpiarlos antes.
- Facilitar en las zonas comunes y en las proximidades de los puestos de trabajo geles hidroalcohólicos, toallas de papel desechables y papeleras de pedal con tapa.

VESTUARIOS, SALAS DE DESCANSO y ASEOS

- Aplicar medidas a fin de garantizar la distancia social de 2 m en estos espacios. Los trabajadores deben retirarse los EPI antes de acceder a estos espacios.
- Establecer turnos para el uso de zonas comunes limitando el número de trabajadores presentes en cada momento y garantizar la distancia de 2 m.
- Al organizar el acceso al vestuario, procurar que las taquillas a utilizar de manera simultánea sean alternas o estén lo más distanciadas posible.
- Retirar bancos corridos y sustituirlos por sillas distanciadas 2 m. Otra opción es señalar en los bancos corridos posiciones para la sedestación distanciadas 2 m.
- En las salas de descanso, establecer el número máximo de trabajadores sentados en cada mesa (según dimensiones de la mesa, señalar esquinas contrarias).
- En los locales de aseo, clausurar y señalar lavabos y urinarios alternos.
- Disponer en estos lugares de infografías que recuerden a los trabajadores la necesidad de lavarse bien las manos, antes y después del descanso y de acceder a los aseos, así como antes de abandonar el centro de trabajo.
- Disponer de soluciones hidroalcohólicas junto a las máquinas dispensadoras de bebidas y comida, así como de infografías que recuerden la instrucción de higienizarse las manos con hidroalcohol, antes y después de hacer uso de tales dispensadoras.
- Reforzar la limpieza y desinfección de las zonas comunes.
- Limpiar mesas, bancos y máquinas dispensadoras entre un grupo de descanso y el siguiente.

INFORMACIÓN Y FORMACIÓN A LOS TRABAJADORE/AS

- Garantizar que todos los trabajadores estén correctamente informados de los riesgos derivados del SARS-CoV-2, con especial atención a las vías de transmisión, y las medidas de prevención y protección adoptadas.
- Colocar infografías en aseos, vestuarios y otras zonas comunes sobre:
 - El lavado frecuente de manos.
 - Prácticas higiénicas respiratorias (protección al toser, estornudar...).
 - Mantener la distancia de seguridad de 2 metros entre personas.
 - Usar pañuelos desechables y depositarlos tras su uso en la papeleras de pedal con tapa.
 - No tocarse la cara, boca, ojos y nariz con las manos desnudas, ni cuando se lleven guantes puestos.
 - No compartir con los compañeros vasos, recipientes, botellas de agua, cubiertos o similar

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (EPI)

- Deberá utilizarse protección respiratoria individual en aquellas tareas en las que no se pueda garantizar el mantenimiento, en todo momento, de la distancia de seguridad de 2 m entre los trabajadores.



- En estos casos, la protección respiratoria deberá ser una mascarilla autofiltrante FFP2⁴ o una mascarilla compuesta por adaptador facial y filtro frente a partículas P2. En caso de desabastecimiento de mascarillas con marcado CE se podría optar, de manera excepcional, por el uso de aquellos equivalentes como son las KN95 y otras ([Comparativas de especificaciones técnicas aplicables a mascarillas autofiltrantes](#) Ministerio de Trabajo y Economía Social 18-03-20).
- Para ciertas tareas o situaciones (limpiezas, gestión de residuos, etc.) pueden ser necesarios guantes que deberán ser de protección frente a microorganismos, al menos frente a bacterias y hongos.
- Dada la escasez de equipos de protección provocada por esta situación excepcional, en caso de no disponer de los mismos consulte con su Servicio de Prevención posibles alternativas. Si se optara por la utilización de Productos Sanitarios (PS), como la mascarilla quirúrgica, esta deberá ser resistente a la penetración de salpicaduras de líquidos (mascarilla quirúrgica tipo IIR⁵).
- Para ciertas tareas o situaciones (limpiezas, gestión de residuos, etc.) pueden ser necesarios guantes que deberán ser de protección frente a microorganismos, al menos frente a bacterias y hongos.
- Los trabajadores que empleen EPI deben estar adiestrados en su correcto uso mediante una formación teórico-práctica que incluya información suministrada por el fabricante. Una utilización incorrecta de los EPI, desde su colocación hasta su retirada, es una posible fuente de contagio.

CONSULTAS

- **Servicio de Prevención de Riesgos Laborales** de la empresa
- **Servicio de Salud Laboral** del Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra.
Tfno.: 848 428948 email: : ispln.sprl@navarra.es

OTRAS FUENTES DE INFORMACIÓN

- Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el trabajo. Espacio Covid – 19
<https://www.insst.es/espacio-campana-covid-19>
- Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra. Web oficial sobre el coronavirus
<https://coronavirus.navarra.es/es/>

¹ Se define como contacto estrecho de casos posibles, probables o confirmados a los convivientes, a los familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.

²Orden TMA/254/2020, de 18 de marzo, por la que se dictan instrucciones de transporte por carretera y aéreo y Orden TMA/278/2020, de 24 de marzo, por la que se establecen ciertas condiciones a los servicios de movilidad, en orden a la protección de personas, bienes y lugares.

³ La permanencia de SARS-CoV-2 viable en superficies de cobre, cartón, acero inoxidable, y plástico ha sido de 4, 24, 48 y 72 horas, respectivamente cuando se mantiene a 21-23 °C y con 40% de humedad relativa. En otro estudio, a 22 °C y 60% de humedad, se deja de detectar el virus tras 3 horas sobre superficie de papel (de imprimir o pañuelo de papel), de 1 a 2 días cuando lo aplican sobre madera, ropa o vidrio y más de 4 días cuando se aplica sobre acero inoxidable, plástico, billetes de dinero y mascarillas quirúrgicas.

⁴ Norma UNE-EN 149:2001+A1:2010 Dispositivos de protección respiratoria. Medias máscaras filtrantes de protección contra partículas. Requisitos, ensayos, marcado.

⁵ Norma UNE-EN 14683:2019+AC. Mascarillas quirúrgicas. Requisitos y métodos de ensayo.