

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN CORONAVIRUS (COVID-19)

- **¿Qué es?**

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan solo a los animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas. Producen cuadros clínicos que van desde el resfriado común hasta dolencias más graves.

El COVID-19 es un **nuevo tipo** de coronavirus que puede afectar a las personas y se ha detectado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei (China). Todavía hay muchas cuestiones que se desconocen en relación al COVID-19.

- **¿Cómo se transmite el nuevo Coronavirus COVID-19?**

Como cualquier virus respiratorio, el COVID-19 se transmite principalmente por contacto con una persona infectada a través de las microgotas de saliva o de secreciones nasales que se generan con la tos o los estornudos. Estas gotas pueden infectar a una persona sana si le llegan a la boca, la nariz o los ojos (las mucosas), por lo cual la OMS recomienda mantener una distancia mínima de un a dos metros de las personas enfermas. Los virus también se transmiten a través de las superficies donde aterrizan estas gotas si se toca esta superficie y después se llevan las manos en la boca o la nariz, las mucosas. Todavía no se ha determinado cuánto tiempo puede vivir el virus sobre las superficies, pero la información preliminar apunta que pueden ser unas horas (se habla de hasta 6 horas). Las superficies se pueden limpiar con un desinfectante (clorado). La medida preventiva más útil es lavarse las manos con frecuencia.

- **Síntomas**

Los síntomas más comunes incluyen **fiebre, tos seca, dificultad respiratoria y cansancio**. La mayoría de los pacientes aproximadamente el 80% se recuperan sin tratamiento. Uno de cada seis puede empeorar hasta estado grave con dificultades respiratorias y neumonía. Las personas mayores o con patologías previas son más vulnerables.

- **¿Cuál es su tratamiento?**

No existe un tratamiento específico.

Todavía no hay ni una vacuna ni un medicamento antiviral específicos para prevenir ni para tratar el Covid-19. Los enfermos reciben tratamiento para aliviar los síntomas en función de su gravedad. Los casos más graves requieren hospitalización.

- **¿Cómo se puede prevenir el COVID-19?**

1.- Medidas individuales

Ante la duda, los trabajadores que presenten síntomas compatibles con una infección de vías respiratorias bajas o haber estado en contacto directo con una persona positiva de Coronavirus, tienen que llamar al 061 o al 112 y seguir las indicaciones de la autoridad sanitaria. Hay que comunicar a la empresa estas indicaciones.

Medidas que tiene que tomar cada individuo para protegerse él mismo del contagio o para proteger a otras personas; medidas que tiene que facilitar la empresa de manera individual.

La acción más efectiva sería la de mantener una buena **higiene de manos** durante toda la jornada laboral. Principalmente si hemos estado en lugares públicos y hemos tenido contacto con superficies de riesgo.

En caso de tos y estornudos se tendrá que:

1.- Usar pañuelos de papel para taparse la boca y la nariz cuando se estornude o tosa.



2.- Echar los pañuelos después de su uso. Lavarse las manos después de estornudar o toser.

3.- **Lavar las manos** a menudo con agua y jabón preparados con alcohol:



a) Una vez mojadas las manos con agua aplicar el jabón.



b) Friccionar las palmas de las manos de la mano derecha con el dorso de la mano izquierda y viceversa.



d) Friccionar la palma de la mano con la otra con los dedos entrelazados.



e) Friccionar el dorso de los dedos contra las palmas opuestas a los dedos.



f) Friccionar por rotación los dedos de la mano izquierda cerrada alrededor del dedo pulgar derecho y viceversa.



g) Friccionar por rotación las puntas de los dedos juntas sobre la palma de la mano contraria y viceversa.

h) Aclarar las manos con agua abundante.



i) Secarse las manos con una toalla de papel desechable.



j) Usar el mismo papel para cerrar el grifo.

4.- No tocarse la nariz y los ojos con las manos sucias.

5.- Usar una **mascarilla médica** por parte de la persona afectada puede ayudar a limitar la propagación, parando las gotas de secreciones respiratorias, pero no bloqueando las partículas más

pequeñas. No protegen los ojos que también es una posible vía de infección.

La mascarilla FFP2 o FFP3 son las que se tienen que hacer servir para protegerse de una persona próxima sospechosa o confirmada de Covid-19 o otras infecciones respiratorias.

Fuera de la zona endémica, la OMS solo recomienda uso de la mascarilla de la gente que tiene síntomas y de sus cuidadores.

2.- Medidas ambientales:

- Establecer las medidas para garantizar la limpieza de superficies con los productos clorados habituales de manera frecuente. Eliminar, en medida de lo posible, los objetos de difícil limpieza.
- Garantizar que ninguna persona esté en un lugar sin ventilación junto a otros trabajadores.
- Distanciar los trabajadores a la distancia de seguridad de uno a dos metros de distancia, reducir la posibilidad de contacto físico entre ellos.
- Proporcionar los suministros suficientes y asequibles para el control de la infección (p. ej.:
 - productos para la higiene de las manos, desinfectantes, pañuelos y recipientes para desechos) en todas las ubicaciones de la empresa.

3.- Medidas organizativas:

- Informar a la plantilla y establecer mecanismos de comunicación permanente.
- Limitar las reuniones presenciales, fomentar las videoconferencias.
- Medidas de flexibilidad para el personal, como el teletrabajo, en los casos que sea posible o pactos específicos según la casuística productiva de la empresa.
- Establecer políticas de restricción **de viajes** profesionales en las **áreas geográficas afectadas** (tanto de lugares nacionales como internacionales), la evacuación de los empleados que trabajen en un área afectada o cerca cuando se desencadene un brote, y las pautas para el retorno desde las áreas afectadas.
- Informar y capacitar al personal de plantilla sobre la situación.

Para ampliar la información en relación al nuevo coronavirus (COVID-19), facilitamos algunas de las plataformas digitales proporcionadas por organismos oficiales, en las que se encuentra documentación en constante actualización:

- Ministerio de Sanidad
- Organización Mundial de la Salud (OMS)
- Centros por el Control y la Prevención de Dolencias

***ESTE PROTOCOLO PUEDE ESTAR SUJETO A MODIFICACIONES Y ACTUALIZACIONES.**

RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS SEGUN EL NIVEL DE RIESGO DE LOS TRABAJADORES

El nivel de riesgo depende, en parte, de la necesidad de mantener la proximidad con personas potencialmente afectadas por el virus.

- Ocupaciones con nivel de riesgo bajo (no existe riesgo derivado de la actividad laboral): Todos los trabajos que no incluyan la atención al público de manera frecuente ni continuada.
- Ocupaciones con riesgo medio: ocupaciones que requieran del contacto frecuente a menos de un metro con personas presumiblemente no afectadas (compañeros de trabajo, público en general, alumnos...).
- Ocupaciones con riesgo alto: ocupaciones con contacto con fluidos, microgotas o que realicen exploraciones físicas a personas, aún que sean consideradas inicialmente personas sanas. (E j.: médicos y personal de enfermería que atienden directamente a personas, personal de transporte de emergencias de personas ...).
- Ocupaciones con muy alto riesgo: ocupaciones con exposiciones con personas afectadas o en sospecha, sus fluidos, microgotas,... especialmente si realizan tratamientos invasivos o que generen expansión de las microgotas en forma de

aerosol Ej.: Técnicos de laboratorio que trabajen con el virus, procedimientos que supongan generación de aerosoles (maniobra de reanimación, intubación, toma de muestras respiratorias, ventilación natural, aspiración nasofaríngea, broncoscopio, nebulizaciones, inducción de esputo, fisioterapia torácica, curas de traqueotomía, cirugía y procedimientos post mortem en los cuales se usan instrumentos que funcionen a alta velocidad, algunos procedimientos dentales...).

Protección del embarazo: es importante tener en cuenta todas las trabajadoras en situación de embarazo y en especial las que en su puesto de trabajo se lleven a cabo tareas con un alto/muy alto riesgo de exposición.

1. Recomendaciones para tareas con bajo riesgo (no existe riesgo laboral)

Hacer llegar a todas las personas con trabajos que no incluyan la atención en el público, las siguientes recomendaciones (medidas higiénicas generales):

- Tiene que cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable cuando se tosa o estornude.
- Echar los pañuelos desechables a la basura.
- Toser y estornudar a la parte superior de la manga si no se dispone de pañuelos desechables. Tiene que limpiarse las manos después de toser o estornudar. Usar agua y jabón o un limpiador de manos a base de alcohol.
- Limpiarse las manos regularmente con agua y jabón, especialmente después de toser, estornudar o de haber usado un pañuelo. Lavarse las manos en el momento de llegar al trabajo y en el momento de llegar a casa.
- Si se está enfermo, se tiene que quedar en casa y promover la activación del procedimiento establecido por las autoridades competentes sanitarias para la confirmación de la enfermedad/sospecha.
- Dar información a los trabajadores sobre recursos sanitarios en caso de necesidad.
- Dar información a los trabajadores sobre la gestión de ausencias a causa o relacionadas con la dolencia.
- Evitar aglomeraciones de trabajadores en cursos, reuniones, talleres u otras actividades afines o similares.

2. Recomendaciones para tareas con riesgo medio de contagio: ocupaciones con contacto frecuente con personas presumiblemente no afectadas.

Tener presentes las recomendaciones específicas para añadirlas a las recomendaciones higiénicas básicas, para las personas trabajadoras con este nivel de riesgo:

- Establecer las medidas que garanticen a los trabajadores poder mantenerse a más de 1 metro de las otras personas.
- Establecer los cambios en los procedimientos de trabajo que faciliten el trabajo a distancia (información telefónica no presencial, en línea...).
- Dar información a los trabajadores sobre recursos sanitarios en caso de necesidad.
- Dar información a los trabajadores sobre gestión de ausencias a causa de la dolencia.
- Establecer barreras físicas con los clientes, siempre que sea posible.
- Evitar aglomeraciones de trabajadores en cursos, reuniones, talleres u otras actividades afines o similares.

3. Recomendaciones para tareas con alto y muy alto riesgo de contagio: ocupaciones con contacto con personas diagnosticadas o con sospecha de sufrir la dolencia

Tener presente estas recomendaciones específicas, para añadirlas a las recomendaciones higiénicas básicas para las personas trabajadoras con este nivel de riesgo:

- Facilitar los equipos de protección que se recomiendan específicamente.
- Determinar (los empresarios con la participación de los trabajadores o sus representantes) los procedimientos de trabajo que se podrían modificar para eliminar o minimizar el riesgo.
- Aislar a las personas afectadas que tiene que ser atendidas por los trabajadores y establecer, si es necesario, barreras físicas. Aplicar a la persona sospechosa una mascarilla FFP1 o quirúrgica para evitar propagación de particulares, aislar del resto de los trabajadores, activar procedimiento de confirmación / pruebas establecer por la autoridad sanitaria competente / 112, mascarilla FFP2 o FFP3 para todos que tengan que estar en contacto (esporádico) con la persona sospechosa.
- Reducir al mínimo el número de trabajadores que deban tener contacto con personas afectadas, o con sospecha de afectación.

- Usar equipos de protección individual (EPI) de acuerdo con la exposición, siguiendo las recomendaciones de la autoridad sanitaria específica de cada momento.

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

En general se seguirán los criterios siguientes:

La utilización de los EPI'S tiene que basarse en la evidencia disponible y guardar proporcionalidad con el riesgo que se genere por contacto con las secreciones respiratorias. Además, tiene que adecuarse a las características de transmisibilidad del virus en cada fase.

Usar una mascarilla médica puede ayudar a limitar la propagación, parando las gotas de secreciones respiratorias pero NO bloqueando las partículas más pequeñas. Fuera de la zona endémica, la OMS solo recomienda uso de la mascarilla de la gente que tiene síntomas y de sus cuidadores.

Información protectores respiratorios:

Sirven para prevenir la inhalación de agentes infecciosos que provienen de las vías respiratorias y se encuentran contenidos en los aerosoles, suspendidos en el aire. Tienen que rechazarse después de cada uso. Tienen que quedar siempre debidamente adaptados en la nariz y la boca.



1.- Protector respiratorio tipo FFP2

Tiene que utilizar-se en los procedimientos rutinarios de aislamiento, como medida preventiva de transmisión aérea ordinaria, por parte de:

- El personal sanitario que atiende directamente los casos confirmados o sospechosos o personas que trabajan en situaciones de contacto directo y prolongado con estos casos.
- El personal auxiliar, incluyendo el personal de limpieza, personal de lavandería que pueda entrar en contacto con el paciente, con restos de sangre o secreciones corporales.
- El personal de laboratorio que manipula las muestras de enfermos.

- Los familiares que participan en la cura de los pacientes.

2.- Protector respiratorio **tipo FFP3**

Está indicado en los procedimientos que supongan generación de aerosoles (maniobra de reanimación, intubación, toma de muestras respiratorias, ventilación manual, aspiración nasofaríngea, broncoscopio, nebulizaciones, inducción del esputo, fisioterapia torácica, curas de traqueotomía, cirugía y procedimientos post mortem en los cuales se usen instrumentos que funcionen a alta velocidad). Estos procedimientos tienen que realizarse con la puerta cerrada y solo estará presente el personal encargado de practicarlos.



Los **protectores FFP3** se pueden usar en lugar de los FFP2, puesto que ofrecen un nivel de protección **superior.**

- **Guantes, bata, delantal desechable.**
- **Gafas protectoras.**
- **Procedimiento escrito que tiene que seguirse al ponerse y retirarse los EPI's.**