

**REPUBLICA DE EL SALVADOR
ALCALDÍA MUNICIPAL DE SAN MARCOS
SAN SALVADOR**



**PROTOCOLO SANITARIO EN EL ÁREA DE
PROYECTOS MUNICIPALES ANTE LA PANDEMIA
DEL COVID-19.-ANEXO AL PROGRAMA DE
GESTIÓN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS DE LA
ALCALDÍA MUNICIPAL
DE SAN MARCOS.**



SAN SALVADOR, JUNIO DE 2020.

Contenido

1. Introducción..... 2

2. Marco Normativo..... 3

3. Objetivos. 4

4. Generalidades de las enfermedades transmisibles..... 4

5. Caracterización del Coronavirus 2019. 5

6. Clasificación de riesgo de exposición al coronavirus (SARS-COV-2) en los lugares de trabajo..... 6

7. Cumplimiento de la Ley General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo..... 8

 7.1 Obligación de formular y ejecutar el Programa de Gestión de Riesgos Ocupacionales o medidas sustitutivas. 8

 7.2 Comités de Seguridad y Salud Ocupacional..... 8

 7.3 Medidas generales de prevención en los lugares de trabajo..... 9

 7.4 Recomendaciones para el uso adecuado de los equipos de protección personal. . 11

8. Medidas de prevención para personas con mayor vulnerabilidad..... 12

9. Implementación de modalidades de trabajo..... 13

10. Medidas preventivas a implementar en los lugares de trabajo..... 13

 10.1 Recomendaciones generales a los lugares de trabajo. 13

 10.2 Acciones para el ingreso a la obra de Construcción..... 15

 10.3 Acciones al interior de las obras. 17

 10.4 Señalización visual de medidas preventivas..... 18

 10.5 Protocolo de acción ante casos sospechosos. 18

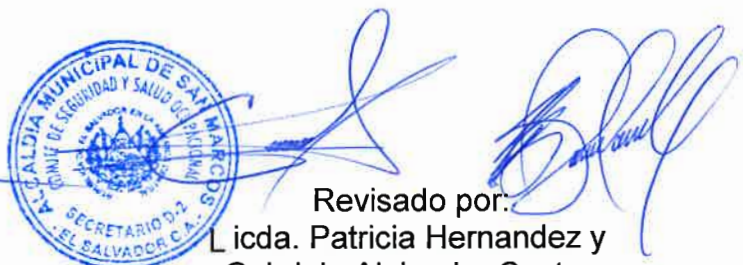
 10.6 Acciones en horarios de almuerzo/refrigerios..... 20

 10.7 Acciones para salida de la obra..... 20

11. Infográfico de Enfermedad por el Coronavirus (COVID-19)..... 21

Elaborado por:
 Ing. Civil Roberto Martínez Valle


Revisado por:
 Licda. Patricia Hernandez y
 Gabriela Alejandra Castro
 Comité de seguridad y salud ocupacional



1. Introducción.

Durante las últimas décadas a nivel mundial, han surgido brotes de enfermedades infecciosas, que han dado muestras de una elevada transmisión. Recientemente, el 11 de marzo del presente año, la Organización Mundial de la Salud (OMS), consideró el brote del nuevo coronavirus (SARS- CoV-2) como una pandemia, por sus alarmantes niveles de propagación y gravedad.

Los gobiernos, los empleadores, los trabajadores y sus organizaciones se enfrentan a enormes desafíos mientras tratan de combatir la propagación del virus y fortalecer la seguridad y la salud ocupacional en la ejecución de las actividades económicas.

Siendo que el movimiento pendular de la población es un factor que propicia la transmisión de enfermedades debido a que determinadas ciudades concentran mayor actividad económica, lo cual genera la migración circular de personas y facilita la dispersión a mayor escala de las enfermedades; por lo tanto, los lugares de trabajo deben contar con un protocolo de prevención integral para hacer frente a las crisis sanitarias y epidémicas; y estar mejor preparados para actuar de forma coordinada y eficaz, adaptando las medidas a la situación de emergencia.

Es importante el seguimiento continuo a las condiciones de seguridad y salud ocupacional, así como la realización de evaluaciones de riesgo apropiadas para garantizar que las medidas de control contra el riesgo de contagio se adapten a los procesos productivos, las condiciones de trabajo y las características específicas de la fuerza laboral durante el período crítico de contagio y posteriormente, para prevenir la recurrencia.

Un adecuado monitoreo también garantizará que las medidas de seguridad y salud para mitigar el riesgo de contagio no generen riesgos nuevos para los trabajadores (tanto físicos como psicológicos). Todos los peligros derivados de los nuevos procesos y disposiciones laborales deben ser identificados y los riesgos asociados deben ser evaluados y controlados.

El Programa de Gestión de Prevención de Riesgos Ocupacionales, debe incluir procedimientos claros sobre la preparación para casos de emergencia y la planificación de respuestas para diferentes escenarios, incluido un brote moderado o una epidemia. Estas disposiciones deberían aplicarse en colaboración con el Comité de Seguridad y Salud Ocupacional, a fin de

adoptar medidas apropiadas para proteger a los trabajadores de los riesgos profesionales de contagio de enfermedades infecciosas.

2. Marco Normativo.

El artículo 5 de la **LGPRLT**, estipula que es competencia del **MTPS**, a través de la Dirección General de Previsión Social y Dirección General de Inspección del Trabajo, garantizar el cumplimiento y promoción de dicha Ley, así como desarrollar funciones de vigilancia, asesoramiento técnico y verificación del cumplimiento de las obligaciones por parte de los sujetos obligados y sancionarlos por las infracciones que cometan, previo el debido proceso.

Además, el artículo 7 de la **LGPRLT**, determina que la salud ocupacional se relaciona con todas las acciones que tienen como objetivo promover y mantener el mayor grado posible de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las profesiones y ocupaciones; prevenir todo daño a la salud de éstos por las condiciones de su trabajo, protegerlos en sus labores contra los riesgos resultantes de la presencia de agentes perjudiciales para su salud, así como colocarlos y mantenerlos en un puesto de trabajo adecuado a sus actitudes fisiológicas y psicológicas.

Por otra parte, el Convenio No. 155 sobre Seguridad e Higiene Ocupacional de la Organización Internacional del Trabajo, establece los requisitos de seguridad y de salud ocupacional que deben aplicarse en los lugares de trabajo.

A raíz de la actual pandemia de COVID-19, El Salvador ha implementado medidas para contener el contagio masivo, siendo una de ellas, la elaboración de protocolos de seguridad y salud ocupacional aplicables a los lugares de trabajo que, en el marco de las medidas sanitarias, pueden continuar con el ejercicio de sus actividades económicas. Estas medidas de igual forma deberán ser acatadas por los lugares de trabajo que paulatinamente vayan siendo autorizadas para su funcionamiento.

3. Objetivos.

- a. Establecer directrices para aumentar la eficacia de las medidas de prevención para combatir la propagación de enfermedades transmisibles en los lugares de trabajo, equilibrando la ejecución normal de las labores con las condiciones de seguridad y salud ocupacional en el trabajo.
- b. Fortalecer la participación de Comité de Seguridad y Salud Ocupacional en los lugares de trabajo y su coordinación con el Ministerio de Trabajo o y Previsión Social, a fin de implementar metodologías que les permita identificar de manera oportuna los riesgos biológicos, así como proponer y ejecutar medidas preventivas orientadas a evitar daños en la salud de los trabajadores.

4. Generalidades de las enfermedades transmisibles.

- a. **Causas:** La causa principal de una enfermedad transmisible siempre es un agente biológico patógeno (agente infeccioso) o sus toxinas, virus, hongos, bacterias, parásitos, etc.
- b. **Síntomas:** Los síntomas específicos son variables que dependen de cada enfermedad y su agente causal; sin embargo, podemos mencionar algunos síntomas generales más frecuentes: fiebre, dolor de cabeza, tos, estornudos, secreción nasal, malestar general, escalofríos, vómitos, diarrea, entre otros.
- c. **Formas de transmisión:** La transmisión o forma de contagio de las enfermedades transmisibles también depende del agente que las causa, pero generalmente las principales vías de transmisión descritas son:
 - ✓ Por contacto directo: infecciones respiratorias, enfermedades diarreicas, infecciones de transmisión sexual y otros.
 - ✓ Por contacto indirecto: a través de objetos o superficies contaminadas, alimentos o agua contaminada
 - ✓ Por vectores que transmiten la enfermedad: Dengue, Chikungunya, Leptopirosis, etc.

Según los informes publicados por el Ministerio de Salud, por medio de sus boletines epidemiológicos, en los últimos 2 años las enfermedades transmisibles que requieren vigilancia y que más afectan a la población salvadoreña son: Infecciones respiratorias agudas (causadas por diferentes agentes infecciosos), enfermedades diarreicas agudas (es necesario mencionar que una proporción de ellas no tienen un agente infeccioso como factor causal), Arbovirosis (Dengue, Chikungunya, Zika), Fiebre Tifoidea y Parotiditis.

Para este año 2020, en el cuadro epidemiológico de enfermedades transmisibles presentes en la población salvadoreña, se debe incorporar el **COVID-19**.

5. Caracterización del Coronavirus 2019.

La enfermedad del Coronavirus 2019 (COVID-19), causada por el virus **SARS-COV-2**, se caracteriza por las siguientes patologías:

- a) **Síntomas:** los síntomas más frecuentes son fiebre, tos seca, falta de aire o dificultad para respirar. También se presenta cansancio, goteo de nariz, dolor de garganta, dolor de cabeza, diarrea y/o vómitos.
- b) **Forma de transmisión:** Se ha descrito que el virus se propaga principalmente de persona a persona
- ✓ Entre personas que están en estrecho contacto unas con otras (a menos de 2 metros de distancia).
 - ✓ A través de las micro gotas respiratorias producidas por una persona infectada al toser o estornudar. Estas micro gotas pueden posarse sobre la boca o nariz de personas cercanas o posiblemente son inhaladas hacia los pulmones.
 - ✓ Las personas también pueden contraer COVID-19 al tocar una superficie u objeto contaminado con el SARS-CoV-2, y luego tocando su propia boca, nariz o posiblemente sus ojos.

Se ha descrito que las personas enfermas pueden transmitir el virus desde dos días antes de la aparición de síntomas hasta 7 días después de finalizada la fiebre.

c) Grupos con mayor riesgo de enfermar gravemente:

- ✓ Personas mayores de 60 años.
- ✓ Personas de todas las edades con afecciones subyacentes, en especial si no están bien controladas, entre ellas: enfermedad pulmonar crónica, asma moderada o grave, afecciones cardíacas graves, personas con su sistema inmunitario deprimido: en tratamiento contra el cáncer, fumadores, con trasplante de órgano o médula espinal, control inadecuado del VIH o SIDA y el uso prolongado de corticosteroides y otros medicamentos que debilitan el sistema inmunitario.
- ✓ Personas con obesidad grave (índice de masa corporal de 40 o superior).
- ✓ Personas con diabetes y/o hipertensión arterial descompensadas.
- ✓ Personas con enfermedad renal crónica en tratamiento de diálisis.
- ✓ Personas con enfermedad hepática.

6. Clasificación de riesgo de exposición al coronavirus (SARS-COV-2) en los lugares de trabajo.

A. Trabajos con riesgo muy alto de exposición al virus: Son aquéllos con alto potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas del virus, ya sea durante procedimientos médicos específicos, trabajos mortuorios o procedimientos de laboratorio. Los trabajadores en esta categoría incluyen:

- ✓ Trabajadores de la salud (por ejemplo doctores, enfermeras(os), dentistas, paramédicos, técnicos de emergencias médicas) que realizan procedimientos que pueden generar salpicaduras o aerosoles (por ejemplo entubación, procedimientos de inducción de tos, broncoscopias, algunos procedimientos y exámenes dentales o la recopilación invasiva de especímenes) en pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19.
- ✓ Personal del cuidado de la salud o de laboratorio recopilando o manejando especímenes de pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19 (por

ejemplo quienes manipulan cultivos de muestras de pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19).

- ✓ Trabajadores de morgues que realizan autopsias, lo cual conlleva generalmente procedimientos generadores de aerosol, en los cuerpos de personas que se conoce o se sospecha que portaban el COVID-19 al momento de su muerte.
- ✓ Trabajadores de transportes médicos (por ejemplo operadores de ambulancias) que trasladan pacientes que se conoce o se sospecha que portan el virus en vehículos encerrados.
- ✓ Personal de limpieza que trabaja en áreas donde permanecen o se atienden personas que se conoce o se sospecha que portan el virus.

B. Trabajos con riesgo medio de exposición: Son aquéllos que requieren un contacto frecuente y/o cercano (por ejemplo menos de 2 metros de distancia) con personas, que se desconoce si son portadoras del Virus:

- ✓ Trabajadores en contacto frecuente con viajeros que provienen de lugares donde existe una transmisión generalizada del virus.
- ✓ Trabajadores en áreas donde existe una transmisión comunitaria en progreso: principalmente quienes tienen contacto con el público en general (por ejemplo en escuelas, supermercados, bancos y otros ambientes de trabajo de alta densidad poblacional y ambientes de alto volumen comercial e industrial).

C. Trabajos con riesgo bajo de exposición (de precaución): Son aquéllos que no tienen contacto cercano y frecuente (por ejemplo menos de 2 metros de distancia) con el público en general y otros compañeros de trabajo.

Para el caso del trabajo de campo se esperaría que el riesgo de contagio esté clasificado dentro de la tercera categoría **C**), ya que generalmente los obreros trabajan en áreas abiertas con poca concentración de personal, sin embargo se han de seguir las medidas de prevención para evitar el contagio y la propagación del coronavirus en la zona donde se ejecuten las obras de construcción, se especifica que las medidas establecidas en el presente protocolo son de

estricto cumplimiento de todas las personas trabajadoras, desde los mandos superiores, obreros y peones; y que el incumplimiento a las mismas puede generar procedimientos administrativos con base al reglamento interno de cada lugar de trabajo.

7. Cumplimiento de la Ley General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo.

7.1 Obligación de formular y ejecutar el Programa de Gestión de Riesgos Ocupacionales o medidas sustitutivas.

En cumplimiento de la Ley General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo, todo empleador tiene la responsabilidad de formular y ejecutar el Programa de Gestión de Prevención de Riesgos Ocupacionales, es así como la Municipalidad de San Marcos ha reformulado el protocolo de bioseguridad a aplicar en los diversos proyectos de construcción, actualizando el referido programa interno, aplicado a las obras de construcción.

Este Programa tal y como lo demanda el Art. 8 de la LGPRLT deberá estar a disposición del Ministerio de Trabajo y Previsión Social al momento de una inspección o visita técnica y debe estar actualizado con las medidas de prevención y protección ante la pandemia de COVID-19, correspondientes a la actividad que realiza el lugar de trabajo.

Las disposiciones en este protocolo deberán ser implementadas en todos los lugares de trabajo e incorporadas al Programa de Gestión de Prevención de Riesgos o en las medidas sustitutivas, según corresponda.

Si en los lugares de trabajo se desempeñan labores que, por su naturaleza, sean calificadas como peligrosas por el Ministerio de Trabajo y Previsión Social, de conformidad a la legislación aplicable, se tendrá la obligación de contar con el referido programa actualizado, indistintamente del número de personas trabajadoras.

7.2 Comités de Seguridad y Salud Ocupacional.

De conformidad al Art. 13 de la LGPRLT, todo lugar de trabajo debe contar con Comités de Seguridad y Salud Ocupacional, quienes en coordinación con el empleador deben actualizar el Programa de Gestión de Prevención de Riesgos Ocupacionales

En todos los casos, el Comité de Seguridad y Salud Ocupacional de cada lugar de trabajo, será activado y deberá incrementarse su participación e intervención para la ejecución de las medidas descritas en el Programa de Gestión de Prevención de Riesgos o los protocolos de seguridad y salud ocupacional que, para efectos de prevenir la pandemia por COVID-19, se implementen por cada lugar de trabajo, incluyendo la coordinación con las Clínicas Empresariales, en aquellos casos que se cuente con ellas.

El Comité de Seguridad y Salud Ocupacional deberá dar seguimiento a la implementación de las medidas establecidas en el presente protocolo. En aquellos centros de trabajo que se cuente con menos de 15 trabajadores o trabajadoras, será el empleador o las personas que este designe las que deberán dar seguimiento a las medidas establecidas en el presente protocolo.

7.3 Medidas generales de prevención en los lugares de trabajo

La Municipalidad de San Marcos deberá adoptar las medidas preventivas de carácter colectivo o individual necesarias, de acuerdo al tipo de actividad, distribución y características del lugar de trabajo, orientadas a garantizar la salud y seguridad del trabajador, esto sin perjuicio de la normativa laboral aplicable, especialmente en el marco de la epidemia por COVID-19, y de manera indefinida, deben implementarse particularmente las siguientes medidas:

- a. Distanciamiento físico.** Evaluar el riesgo de las interacciones entre trabajadores, contratistas, clientes y visitantes y aplicar medidas para mitigar esos riesgos, tales como.
1. Se organizará el trabajo de manera que permita el distanciamiento físico entre las personas, el cual procurará ser de 1.5 metros en las diferentes áreas del lugar de trabajo.
 2. En los lugares de trabajo cuya infraestructura no permita establecer el distanciamiento requerido o se atiendan visitas al proyecto, se deberá exigir el uso de mascarillas, lentes, guantes caretas, entre otros.
 3. Reducir las actividades presenciales, haciendo uso de llamadas telefónicas, correos electrónicos e incluso celebrar reuniones virtuales en lugar de reuniones presenciales.

4. En la medida de lo posible, se procurará introducir turnos de trabajo para evitar grandes concentraciones de trabajadores haciendo uso del transporte público o en los lugares de trabajo; respetando la normativa legal vigente.
- b. Higiene.** Es responsabilidad de la Municipalidad de San Marcos que en los lugares de trabajo se cuente con: desinfectante para las manos, productos sanitarios y lugares de fácil acceso para lavarse las manos con agua y jabón; y debe además promover una cultura del lavado de manos, y fomentar la etiqueta respiratoria en el lugar de trabajo (como cubrirse la boca y la nariz con el codo doblado o con un pañuelo de papel al toser o estornudar).
- c. Limpieza.** Promover una cultura de limpieza, al menos dos veces al día, de las superficies de escritorios y mesas de la bodega y/o oficina de campo, puestos de trabajo, puertas, teléfonos, teclados y los objetos de trabajo haciendo uso correcto de soluciones desinfectantes, así como la desinfección periódica de las zonas comunes como los baños, comedores, entre otras.
- d. Formación y comunicación.** Capacitar a la alta dirección, a los trabajadores, coordinadores y delegados sobre las medidas apropiadas para prevenir el riesgo de exposición al virus y cómo actuar en caso de infección; proporcionarles formación sobre el uso, mantenimiento y eliminación correctos de los equipos de protección personal (EPP); mantener una comunicación periódica con los trabajadores con información actualizada por las autoridades competentes sobre la situación de la epidemia y recomendaciones a implementarse en el lugar de trabajo. El material de adiestramiento debe ser fácil de entender y estar disponible en castellano.
- e. Uso de Equipos de protección personal (EPP).** El empleador está en la obligación de proporcionar sin costo para el trabajador, el EPP adecuado, según el nivel de riesgo biológico al cual el trabajador se expone en el lugar de trabajo durante el ejercicio de sus funciones, capacitar sobre su uso y disponer contenedores cerrados para la eliminación higiénica de esos materiales, dichos contenedores deberán estar rotulados para la fácil identificación por parte del servicio de recolección de desechos sólidos.

7.4 Recomendaciones para el uso adecuado de los equipos de protección personal.

A. Mascarillas.

El uso de mascarillas no sustituye las prácticas preventivas establecidas como pueden ser el distanciamiento físico, protocolo de estornudos y tos, higiene de manos o el evitar tocarse la cara.

Los trabajadores deben ser orientados sobre el uso adecuado de las mascarillas para que resulten efectivas y seguras, las cuales deben ser de acuerdo a la labor que realizan en este sector.

- Antes de ponerse una mascarilla, Cúbrase la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrese de que no haya espacios entre su cara y la máscara.
- Las mascarillas deberían ajustarse bien, cubriendo la cara completamente desde el puente de la nariz hasta la barbilla.
- Lavarse las manos minuciosamente antes de ponerse y quitarse la mascarilla, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Para quitar la mascarilla coger el cordón o goma por detrás de la cabeza y nunca por delante.
- Si la mascarilla es desechable, asegúrese de tirarla con cuidado a un contenedor apropiado.
- Evite tocar la mascarilla mientras la usa; si lo hace, lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Cámbiese de mascarilla tan pronto como esté húmeda y no reutilice las mascarillas de un solo uso.
- Para quitarse la mascarilla: quítesela por detrás (no toque la parte delantera de la mascarilla); deséchela inmediatamente en un recipiente cerrado; y lávese las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

B. Guantes.

- En el caso particular de la industria de la construcción, se podrán usar guantes de nitrilo, cuero u otros de acuerdo al trabajo a realizar, los cuales deberán ser de uso personal y deberán ser desinfectados constantemente con productos adecuados, su uso no sustituye el lavado de manos.
- Una vez los guantes cumplan su vida útil, estos deberán ser descartados en el lugar indicado.
- Previo a la colocación de guantes y al retirarlos, se deberá realizar lavado de manos.

8. Medidas de prevención para personas con mayor vulnerabilidad.

Las personas mayores de sesenta años de edad en adelante, mujeres en período de gestación y personas que padecen enfermedad crónica o degenerativa, no deberán formar parte de los equipos de trabajo mientras la autoridad competente así lo estime conveniente, por ser más vulnerables al contagio por su edad, por presentar comorbilidades para el desarrollo de formas graves y fatales de infecciones respiratorias agudas en general y de COVID-19 en particular.

Para efectos de lo dispuesto en el inciso anterior, no se permitirá la presencia de todo trabajador en edad productiva cuyo diagnóstico médico comprobado sea: Enfermedad Renal Crónica, Cáncer Activo en todas sus formas, Enfermedad es Inmunosupresivas, Lupus Erimatoso Sistémico, Virus de Inmunodeficiencia Humana, Tuberculosis, Bronquitis Crónicas, Asma, Enfermedades Cardiovasculares, Hipertensión Arterial Descompensada, Insuficiencias Hepáticas, Diabetes Mellitus o cualquier otra enfermedad crónica que no haya sido enunciada, siempre y cuando sea debidamente certificada por cualquiera de las instituciones del sistema de salud.

9. Implementación de modalidades de trabajo.

La Alcaldía Municipal de San Marcos deberá organizar el trabajo de campo de modo que se reduzca el número de personas trabajadoras expuestas, estableciendo reglas para evitar o reducir la frecuencia y el tipo de contacto de persona a persona.

Los lugares de trabajo deberán adoptar medidas que mitiguen el riesgo de propagación del virus en la ejecución de los trabajos de acuerdo a la naturaleza de la actividad que desarrolle la Municipalidad, tales como: la implementación del trabajo en casa o remoto de mutuo acuerdo, turnos rotativos a efecto de limitar el número de trabajadores dentro de un mismo entorno de trabajo, horarios diferenciados de entrada y salida de las labores.

Asimismo, debe respetarse la duración de la jornada ordinaria de trabajo, los días de descanso semanal y las pausas durante la jornada ordinaria.

El empleador deberá evaluar la necesidad del trabajo de campo de los trabajadores, y en caso de ser requerida, tendrá que asegurarse de proveerle la información reciente sobre las zonas de propagación del virus y las recomendaciones sobre su prevención, para no exponerlos en el territorio nacional innecesariamente, brindando al trabajador, todas las medidas e insumos necesarios para su protección.

10. Medidas preventivas a implementar en los lugares de trabajo.

10.1 Recomendaciones generales a los lugares de trabajo.

- a) Se deberá actualizar la información del perfil de cada uno de los trabajadores en los expedientes de la unidad encargada del manejo del personal.
- b) Promover y supervisar el lavado de manos frecuentes y exhaustivas durante al menos 30 segundos; debe proveerse a los trabajadores, clientes y visitantes del lugar de trabajo un lugar para lavarse las manos. Si no hay disponibilidad inmediata de agua y jabón, proveer alcohol gel o toallas de mano que contengan al menos un 60% de alcohol.

- c) Se debe asegurar mantener siempre agua y jabón en los accesos y habilitar dispensadores de alcohol gel al ingreso, como una medida complementaria de no haber agua.
- d) Promover e exigir el uso de mascarilla permanentemente durante su estancia en el lugar de trabajo y siempre que se encuentren fuera de sus hogares. De acuerdo al nivel de riesgo de exposición y por la naturaleza de los trabajos de construcción, las mascarillas a utilizar serán desechables, de protección médica o mascarillas de tela con propiedades repelentes de líquidos (antifluidos) o propiedades antimicrobianas. Las mascarillas de tela podrán ser lavadas hasta por un máximo de 15 veces o según las especificaciones del fabricante y desechadas apropiadamente. La Municipalidad de San Marcos está obligado a proveer una mascarilla desechable diaria o una mascarilla reutilizable, como lo expuesto en el punto anterior. Esto es mientras está realizando sus labores cotidianas en el puesto de trabajo.
- e) Eliminar las mascarillas luego del período recomendado de uso.
- f) Mantenerse a una distancia segura de cualquier persona que tosa o estornude.
- g) No tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- h) Cuando se tose o estornude, cubrirse la nariz y la boca con el codo flexionado o con un pañuelo.
- i) Evitar el uso de teléfonos, escritorios, oficinas u otras herramientas y equipo de trabajo de sus compañeros de labores.
- j) Evitar saludar a las personas mediante contacto físico.
- k) No prestar artículos personales.
- l) Al regresar a sus hogares se recomienda: cambiarse de ropa, lavarse las manos y ducharse.
- m) Recomendar a los trabajadores que no deben presentarse a los lugares de trabajo, si ellos o un miembro de su grupo familiar tienen cualquiera de los siguientes síntomas: fiebre, cansancio, tos seca, dolor de garganta, secreción nasal, diarrea. En estos casos, deben llamar al 132 o el 911 o acudir al médico asignado por la municipalidad para que sea referido a un centro de salud.
- n) Para el caso de COVID-19, si ha tenido contacto cercano con convivientes, compañeros de trabajo u otros o estuvo en contacto directo con una persona confirmada con la enfermedad, debe informar al Comité de Salud y Seguridad Ocupacional de la

Municipalidad de San Marcos, quien deberá informarlo al 132 o acudir al médico asignado por la municipalidad para que sea referido a un centro de salud.

- o) Sí el trabajador hace uso del transporte colectivo, debe de implementar las medidas higiénicas como uso y cambio de mascarilla, lavado de manos, uso de alcohol gel. Se recomienda el uso de una mascarilla para trayecto de la casa al trabajo, una mascarilla para la estancia en el trabajo y una mascarilla para el regreso del trabajo a la casa.
- p) Seguir las instrucciones de las autoridades de salud.
- q) El personal asignado por la municipalidad deberá darle seguimiento a que los trabajadores cumplan, al pie de la letra, las medidas de prevención dadas. las personas que conformen el comité de proyecto deberán tener la autoridad para ordenar a los trabajadores a que se apeguen a las normas dadas. La supervisión permanente deberá ser obligatoria para todos los proyectos.
- r) Se llevará un registro diario de la asignación de trabajos donde se detallen los nombres y números de DUI de los trabajadores que conformarán los grupos de trabajo. Esto con el propósito que, si uno de los integrantes del grupo de trabajo resulte afectado por el virus, se tenga claro control de los compañeros que estuvieron en contacto con él para el debido aislamiento y el reporte a las autoridades competentes.
- s) Flexibilizar horarios o definir horarios diferidos de ingreso y salida de los trabajadores para evitar aglomeraciones y/o adaptarse a la disponibilidad de transporte público.
- t) Convenir la distribución de la jornada en diversos turnos, siempre con el fin de evitar aglomeraciones y limitar la cantidad de trabajadores que comparten un mismo espacio.
- u) Otorgar todas las facilidades del caso para que los trabajadores que pudieran presentar síntomas puedan acudir a hacerse los exámenes correspondientes.
- v) Pactar otras medidas relacionadas a evitar la aglomeración, como turnos para realizar el almuerzo/refrigerio y en el transporte, cuando este es proporcionado por la empresa, así como las recomendaciones a seguir en el transporte público.

10.2 Acciones para el ingreso a la obra de Construcción.

- Se evitara los saludos con contacto directo y se promoverá que se mantenga una distancia mínima entre personas de al menos 2 metros.

- Se tomará la temperatura corporal con termómetro infrarrojo a todos los trabajadores al ingreso a la obra. Incluir el resultado en la Declaración de Estado de Salud Diario a mantener en la obra (ver Protocolo de Acción ante Casos Sospechosos).
- Implementar un Registro de Auto declaración de Salud a toda persona que ingrese a las obras, a quien consulte y registre la presencia de síntomas asociados al COVID-19 se le debe aplicar el protocolo de acción ante casos sospechosos (ver Protocolo de Acción ante Casos Sospechosos).
- Se deberá desinfectar superficies de contacto directo de manos para abrir y cerrar puertas, con productos adecuados para esto.
- Se deberá proveer de papel toalla, servilletas o toallas húmedas, jabón o alcohol gel a los trabajadores al tener contacto directo de manos para abrir y cerrar puertas, abrir llaves de lavaplatos, lavamanos o similar.
- Se deberá desinfectar todas las herramientas de trabajo, especialmente las de uso manual, cada trabajador será responsable de su desinfección con materiales que para el caso le proporcione la Municipalidad de san Marcos:
 - ✓ En el caso de las herramientas eléctricas o maquinarias, desinfectar previo a su uso con alcohol gel las manillas o puntos de sujeción.
 - ✓ En el caso de los encargados de entrega de equipos, implementos o herramientas, esta labor debe ser efectuada por el encargado del mismo.
 - ✓ En el caso de los trabajos que se realizan en oficinas, limpiar antes de iniciar las labores todos los utensilios del puesto de trabajo y de las áreas comunes (teclados, mouse, lápices, pantalla de computador) usando toallas desinfectantes. Repetir al menos dos veces al día (mañana y tarde).
- Proveer de mascarilla de protección respiratoria a todo trabajador directo, contratista o subcontratista que realice sus labores en portería, aseo o vigilancia. Velar porque esto se cumpla rigurosamente.

- Se deberá exigir a los contratistas que ingresan al proyecto el EPP respectivo, caso contrario se impedirá su ingreso a la zona de trabajo. Los contratistas que transportan materiales varios como pétreos, cementantes, materiales de fontanería e insumos de ferretería deberán portar mascarilla, guantes, caretas y todo lo que complementa el EPP y se le tomará la temperatura al ingreso.
- Acciones en vestidores/baños/duchas donde aplique:
 - ✓ Reforzar las rutinas de limpieza e higienización previas al ingreso de los trabajadores a los espacios destinados a cambio de ropa, duchas y baños. Antes del término de la jornada, aplicar nuevamente limpieza e higienización.
 - ✓ Según protocolo del Ministerio de Salud, se recomienda para higienización el uso de hipoclorito de sodio al 0,1% (dilución 1:50 si se usa cloro doméstico a una concentración inicial de 5%). Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se deben agregar 20cc de cloro (4 cucharaditas) a una concentración de un 5%.
 - ✓ Permitir el ingreso a vestidores, baños y duchas a trabajadores, respetando el distanciamiento social entre personas de 2 metros.

10.3 Acciones al interior de las obras

- Se deberá habilitar puntos de lavado y limpieza en distintos lugares de la obra u oficina, donde se ubican las cuadrillas de trabajo para cada actividad y reforzar entre éstas, mediante indicaciones de supervisores y señalización en el lugar, el lavado recurrente de manos.
- Supervisar que cada trabajador utilice sus herramientas propias o entregadas por la Municipalidad, prohibiendo el traspaso o préstamo de estas entre las personas.
- Se suspende toda charla que requiera la participación de más de 10 personas; a menos que estas se puedan realizar en espacios abiertos y con el distanciamiento social requerido.
- Para las charlas con menos de 10 personas, incluyendo la charla diaria, asegurar un distanciamiento mínimo de 2 metros entre los asistentes y reforzar las medidas preventivas

para enfrentar el COVID-19, tanto en el trabajo como fuera de este, especialmente lo referido a lavado de manos, uso de mascarilla, precauciones al toser y distanciamiento entre personas.

- Se suspende cualquier reunión masiva, eventos, operativos de salud u otros en la obra u oficina. La entrega de información debe ser efectuada por supervisores o jefes de cuadrillas a sus equipos en sus charlas diarias.
- Se promoverá la señalización visual de medidas preventivas en espacios comunes de toda la obra u oficina (portería, oficinas, comedores, vestidores, bodegas y sectores de permanencia de cuadrillas).

10.4 Señalización visual de medidas preventivas.

El objetivo es Informar a los trabajadores y población en general acerca de los riesgos para la salud que puede representar COVID-19, así como las medidas que puede tomar para protegerse resulta clave para reducir las probabilidades de que las personas se infecten y para mitigar la propagación de la nueva enfermedad por el coronavirus 2019. Si se facilita información precisa, pronta y frecuentemente en un idioma que las personas entiendan y a través de canales confiables, la población podrá tomar decisiones y adoptar comportamientos positivos para protegerse a sí mismas y a sus seres queridos de enfermedades como COVID-19. La información es el primer recurso que permite a la población tomar decisiones informadas para cuidar su salud y prevenir rumores y desinformaciones. Ver Infográfico de Enfermedad por el Coronavirus (COVID-19) en sección 11.

10.5 Protocolo de acción ante casos sospechosos.

- Se procederá al aislamiento preventivo de la persona sospechosa o confirmada de contagio.

- Se notificará al número de emergencia 132 ante cualquier síntoma (tos seca, fiebre sobre 37.5°C, dolor muscular y dificultad respiratoria) o enfermedad respiratoria.
- Se deberá dar cumplimiento estricto por parte del trabajador de las instrucciones que reciba del médico asignado por la municipalidad.
- Se avisará al personal responsable de dicha área, entre ellos el Comité de seguridad y Salud Ocupacional en la obra o centro de trabajo para definir las medidas a seguir y acciones a reforzar
- Se elaborará listado de personas que tuvieron contacto directo con la persona que haya presentado sintomatología.
- De confirmarse la presencia de "coronavirus" en el trabajador, este debe seguir las indicaciones médicas dadas por el MINSAL o por el organismo médico a cargo de su caso.
- Los trabajadores que mantuvieron algún tipo de contacto con la persona sospechosa deben ser contactados por la Municipalidad de San Marcos para determinar acciones particulares a seguir en cada caso (según el protocolo definido)
- Los trabajadores que hayan estado en contacto directo con el trabajador deben permanecer en aislamiento preventivo en primera instancia y luego adoptar las medidas que la autoridad de salud determine. Mientras se está en proceso de evaluación por parte de la autoridad sanitaria, estos trabajadores no deben asistir a las dependencias de la empresa/obra/centro de trabajo hasta obtener la confirmación del resultado del testeo y luego proceder conforme a lo que determine la autoridad de salud.
- Todo contacto y derivación deberá ser no presencial (por teléfono, mensajería, mail, WhatsApp u otros).
- Mantener seguimiento y control de reposos/cuarentenas preventivas de trabajadores que estuvieron en contacto con la persona sospechosa de contagio y/o tienen confirmación diagnóstica por parte de la autoridad de salud.

10.6 Acciones en horarios de almuerzo/refrigerios.

- Se Implementarán horarios de almuerzo y/ refrigerios diferidos en la obra, coordinando turnos y grupos en los cuales se pueda mantener distanciamientos de 1.5 metros entre personas.
- Se mantendrá distanciamiento entre áreas de almuerzo o refrigerios con mínimo 1.5 metros.
- Velar por el lavado de manos, de al menos 30 segundos, previo a la hora que se tiene estipulado para almorzar.
- Mantener la higiene permanente del lugar, especialmente de utensilios (cubiertos, platos, vasos, etc.).
- Si existen vivanderas autorizadas para proporcionar la comida a los trabajadores, todos los utensilios deberán ser desechables, botados en un depósito con su bolsa plástica para evitar que otras personas los puedan manipular. Estos utensilios usados deberán ser desalojados después de cada comida.

10.7 Acciones para salida de la obra.

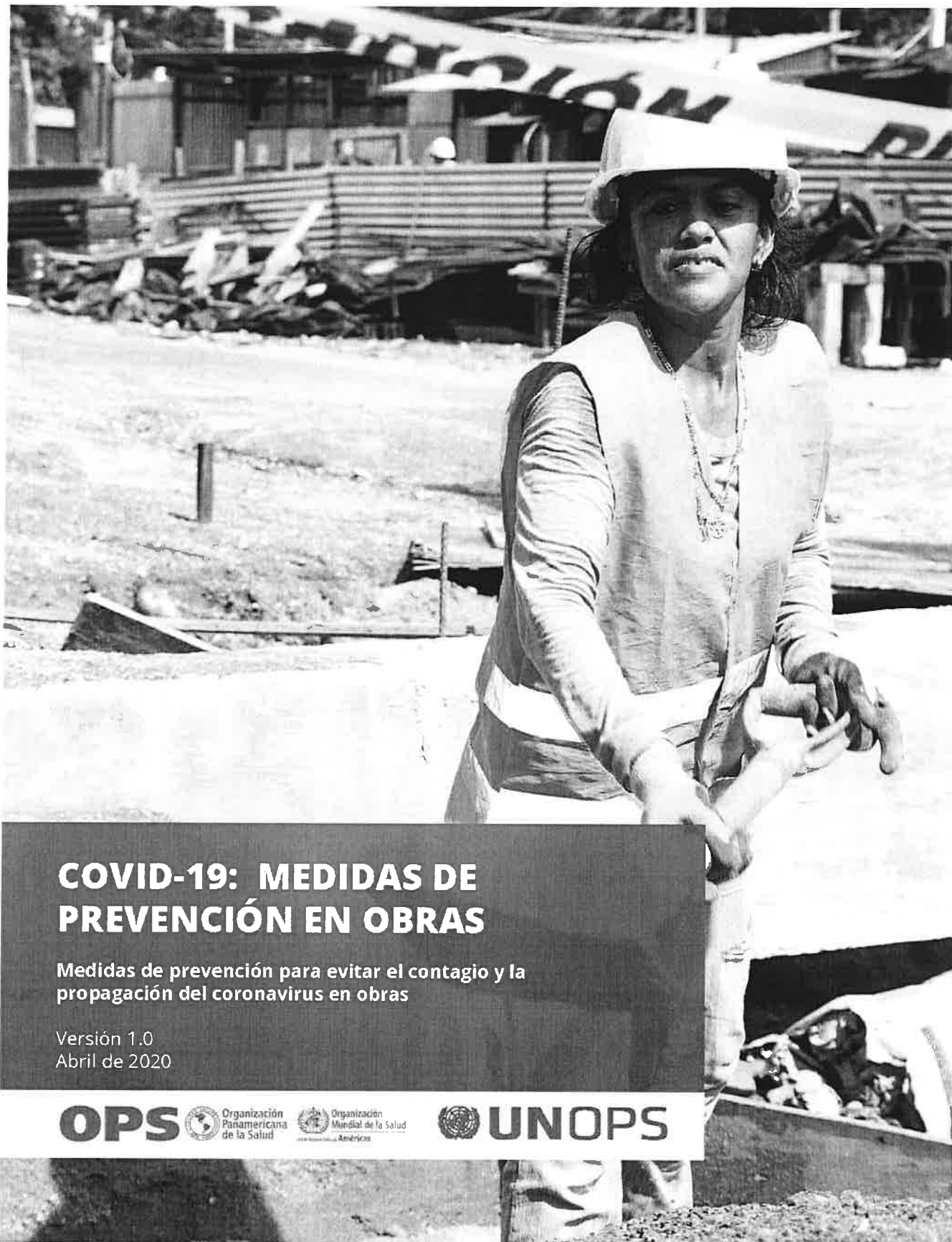
- Se exigirá el lavado de manos con agua y jabón al menos durante 30 segundos antes de salir del área de trabajo.
- Se deberá poner a disposición de los trabajadores mascarillas para su transporte.
- En caso de contar con transporte propio para los trabajadores, desinfectarlos antes del inicio de los traslados y disponer de puntos de limpieza de manos a la subida de las personas.

Las presentes disposiciones deberán ser aplicadas en el lugar de trabajo de acuerdo a las actividades y sin perjuicio de medidas de prevención o protección adicionales que implementen o la normativa especial vigente de acuerdo a su actividad, estas medidas complementan el Programa de Gestión de Prevención de Riesgos Ocupacionales de la Municipalidad de san Marcos.

11. Infográfico de Enfermedad por el Coronavirus (COVID-19).

Los coronavirus (CoV) son una gran familia de virus que causan enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves. La epidemia de COVID-19 fue declarada por la OMS una emergencia de salud pública de preocupación internacional el 30 de enero de 2020.

El Director General de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el doctor Tedros Adhanom Ghebreyesus, anunció el 11 de marzo de 2020 que la nueva enfermedad por el coronavirus 2019 (COVID-19) puede caracterizarse como una pandemia. La caracterización de pandemia significa que la epidemia se ha extendido por varios países, continentes o todo el mundo, y que afecta a un gran número de personas, de allí la importancia de mantener muy bien informado a la población y específicamente a los trabajadores que estarán en la obra de construcción, para ello se plantea instruirlos cada día con la información más actualizada que se tenga según el avance de la COVID-19 en nuestro país, para ello se podrá utilizar los medios impresos que sean necesarios y que sean de fácil comprensión, por lo tanto se establece el presente medio impreso.



COVID-19: MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN OBRAS

Medidas de prevención para evitar el contagio y la propagación del coronavirus en obras

Versión 1.0
Abril de 2020

OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
Américas



UNOPS

Ante la emergencia COVID-19, OPS/OMS y UNOPS recomiendan implementar las siguientes medidas de prevención en sitios de obras:



Lineamientos Generales

- 1** El contratista designará un punto focal para implementar y monitorear las medidas de prevención.
- 2** Restringir la entrada a toda visita durante la epidemia, hasta nueva instrucción.
- 3** Si alguna persona o trabajador se siente mal, debe quedarse en casa.
- 4** Realizar charlas al menos al inicio del día para tratar temas del COVID-19 para:
 - Concientizar acerca de cómo prevenir la exposición y el contagio por el virus (formas de presentación, cómo evitar su propagación, síntomas y signos, etc.)
 - Destacar la importancia del lavado de las manos en forma correcta y con mucha frecuencia.
 - Fomentar la higiene respiratoria que permite evitar salpicaduras al estornudar, toser y limpiarse la nariz, con lo que se controla la fuente primaria del contagio.
- 5** Tomar la temperatura de todo el personal y asegurar que se laven las manos antes de permitir el ingreso a la obra y las oficinas de proyecto.
- 6** Al llegar y permanecer en el sitio de obra corresponderá observar las siguientes directivas preventivas:
 - Evitar los apretones de manos, abrazos y demás formas de contacto cercano en la obra.
 - Mantener una **distancia mínima de 1 metro** en todo momento (entrada al proyecto, reuniones, almuerzo, etc.)
 - Evitar tocarse la cara (ojos, nariz, boca) sin lavarse las manos.
 - Lavarse las manos antes de comer y no compartir alimentos o bebidas con compañeros.
 - No compartir ni intercambiar sus elementos de protección personal (EPP).

7 Asegurarse de contar con los siguientes insumos en suficiente cantidad:

- Jabón líquido, toallas desinfectantes desechables, gel alcoholado y/o alcohol líquido.
- Estaciones para el lavado de manos varios puntos de la obra (a la entrada, comedor, oficinas temporales, planta de operaciones, etc.)
- Toallas y pañuelos desechables.
- Recipientes cerrados o bolsas para el desecho de toallas y pañuelos, identificados y ubicados en varios puntos de la obra.
- Mascarillas¹, guantes desechables y lentes protectores.
- Termómetros a distancia o de cinta.

8 El uso de mascarillas no es mandatorio en las obras², excepto bajo las siguientes condiciones:

- Si el personal presenta condiciones de salud crónicas (asma, diabetes, cáncer, hipertensión, etc)
- Si el personal presenta síntomas (tos, goteo nasal, etc.)
- Si el personal es mayor de 60 años de edad
- Si la distancia mínima entre el personal no se puede cumplir (menos de 1 metro)

9 El uso de guantes desechables será mandatorio en función de la naturaleza de las tareas a realizar, bajo responsabilidad del punto focal designado por el contratista. Por ejemplo: los trabajadores responsables de manipular alimentos y bebidas, en tareas de limpieza en general, conductores de vehículos, vigilantes en control de accesos, etc.

10 Seguir las instrucciones de las autoridades locales.

¹ El uso de mascarillas es para evitar el contacto con gotitas o secreciones que la persona contagiada expulsa al hablar, toser o estornudar, y que son susceptibles de transmitir el virus.

² Estas recomendaciones deberán atenderse en complemento de cualquier normativa, regulación o directiva impartida por cada país.



Medidas de prevención

El Contratista a través de su punto focal en materia de seguridad ocupacional deberá atender las siguientes medidas específicas de prevención

- 1** Limpiar de las siguientes zonas por lo menos dos veces al día:
 - Superficies y objetos de trabajo tales como mesas, escritorios, teléfonos, teclados, vasos, etc. con limpiadores, desinfectantes, alcohol y/o toallas desechables.
 - El comedor y demás áreas de ingesta de alimentos o cafetería (mesas, sillas, etc.)
 - Vehículos: superficies de contacto previo a su uso (puerta, timón, tablero, freno de mano, etc.).

- 2** Incentivar el lavado frecuente de manos de todo el personal en el proyecto (trabajadores/as, supervisores/as, visitantes):
 - Todo el personal debe lavarse las manos al entrar y al salir de la obra, y antes y después de ingerir alimentos.
 - Verificar que las estaciones de lavado de manos tengan suficiente agua y jabón (mínimo dos veces al día).
 - Ubicar afiches sobre el lavado correcto de manos en diferentes sitios del proyecto (frentes de trabajo, oficinas temporales y el plantel de operaciones del proyecto).

- 3** Promover una buena higiene respiratoria:
 - Ubicar afiches que promuevan una buena higiene respiratoria en diferentes sitios del proyecto, principalmente en los frentes de trabajo, oficinas temporales y el plantel de operaciones del proyecto.
 - Asegurarse que haya pañuelos desechables (tipo kleenex) disponibles para las personas que padecen de alergias (rinitis) o tos alérgica o de fumador, promoviendo el uso de pañuelos desechables de papel para taparse la boca, estornudar o limpiarse la nariz.
 - Desechar los pañuelos de papel en recipientes separados y cerrados, debidamente rotulados y colocados en diferentes puntos del proyecto, manteniéndolos en recipientes o bolsas bien cerradas hasta su disposición final.

- 4** Se recomienda elaborar un registro de los trabajadores/as que padezcan enfermedades crónicas tales como diabetes, hipertensión, problemas coronarios, asma, alergias, cáncer, etc. El registro se debe entregar al Gerente de Proyecto. El registro debe comprender como mínimo la siguiente información:
- Personas en situación de riesgo de salud (solamente sí o no para resguardar confidencialidad);
 - Exposición a riesgos (ejemplo viajes, personas contagiadas en la familia)
 - Síntomas compatibles con incubación o desarrollo del virus
- 5** Organización del trabajo:
- Analizar los frentes de trabajo y distribuir al personal acorde a la distancia mínima.
 - En casos en los que sea necesario trabajar a distancia, menor a un metro o en ambientes confinados, se deberán usar mascarillas.
 - Establecer grupos de trabajo para minimizar el movimiento de personas en el área del proyecto para facilitar la trazabilidad y control, en caso de que se identifique algún posible contagio.
- 6** Áreas para ingesta de alimentos (comedores):
- Contar con suficientes sitios de comedor en el proyecto.
 - Definir horarios específicos por cuadrillas o grupos para los tiempos de comidas, para evitar aglomeraciones.
 - Asegurarse que las personas se sienten con un espacio de por medio entre ellas durante los tiempos de comida (se pueden marcar los espacios para sentarse).
- 7** Vestidores en el sitio de proyectos:
- Habilitar un espacio definido para vestidores para hombres y mujeres en los sitios de los proyectos.
 - Los trabajadores deberán cambiarse de vestimenta al ingresar y al salir del proyecto.
 - Deberán retirarse mascarillas y guantes de manera segura para llevarlos a su disposición final.



Proceso de tamizaje al ingresar a la obra

Al llegar a la obra, una persona asignada por el punto focal del Contratista hará las siguientes preguntas al personal:

1. ¿Ha tenido fiebre, congestión, ahogo o tos en las 2 últimas semanas?
2. ¿En su casa hay alguien que tenga estos síntomas o esté enfermo con COVID-19 (Coronavirus)?
3. ¿En su barrio o comunidad hay personas con síntomas o diagnóstico de COVID-19 (Coronavirus)?
4. ¿Ha estado en el extranjero o en contacto con personas procedentes de países, regiones o ciudades con COVID-19 (Coronavirus)?



Medidas preventivas relacionadas con el uso del transporte

Transporte provisto por el Contratista

Si el transporte de trabajadores/as del proyecto es provisto por la empresa contratista (bus u otro), se deben aplicar las siguiente medidas:

- Limpieza diaria de las unidades de transporte.
- El/la conductor/a debe usar guantes, lavar sus manos durante la jornada laboral, y antes y después del uso de guantes.
- Colocar dispensadores de gel alcoholado en la puerta y en otro punto intermedio del vehículo.
- Colocar afiches en diferentes puntos del vehículo.
- Colocar recipientes para el desecho de pañuelos desechables. Estos desechos deberán ser manejados por parte de los encargados de la unidad de transporte como desechos peligrosos.

- En la medida de lo posible, mantener las ventanas abiertas para que haya suficiente ventilación, permitiendo la entrada de luz solar al interior del vehículo.
- Transportar exclusivamente pasajeros sentados manteniendo un espacio separado entre ellos.

Transporte Público

Las personas que deban trasladarse desde sus casas hacia los sitios de proyectos y viceversa utilizando transporte público, deberán tomar las siguientes medidas preventivas:

- Usar pañuelos desechables luego de tocar superficies (puertas, manubrios, etc.). Luego de su uso, colocarlo en basureros disponibles o en una bolsa plástica que se puede llevar, cerrarla bien y colocarla en un sitio adecuado.
- Llevar consigo alcohol gel y aplicarlo en las manos cada vez que toque alguna superficie, realice el pago o realice cualquier otra acción.
- Evitar tocarse la cara antes, durante y después de utilizar el transporte.
- Si la unidad de transporte no tiene suficiente espacio disponible, tomar el siguiente vehículo disponible, debiendo ser considerada causa justificada de demora.
- Lavarse bien las manos con suficiente jabón y agua al llegar al destino final.



Medidas al entrar a la casa luego de la jornada laboral

Al regresar del sitio de trabajo a casa, se deberá concientizar al personal para que realice las siguientes medidas:

- Lavarse las manos en cuanto llegue a casa.
- No tocar ninguna superficie al ingresar a la casa.
- Cambiar los zapatos y la ropa exterior que haya utilizado, colocándola en una bolsa para lavarla. Se deberá lavar la ropa que se haya utilizado en el sitio de trabajo y de la misma manera, se debe proceder si ha permanecido fuera de la casa.
- Colocar las bolsas, llaves u otros elementos que haya portado en una caja o recipiente en la entrada de la casa y para limpiarlos o desinfectarlos según corresponda.

- Use guantes para desinfectar el teléfono celular, anteojos (lentes), reloj y demás efectos personales con toallas limpiadoras, desinfectantes, alcohol o agua y jabón según corresponda.
- Tome una ducha o lave las partes del cuerpo que hayan estado expuestas durante la permanencia fuera de la casa.
- Recordar al trabajador sobre la importancia de practicar las medidas generales de higiene personal y distanciamiento social para evitar llevar cualquier contaminación a su casa.



Procedimiento ante un caso de contagio

1. Cualquier trabajador/a que presente un resfriado, aunque sea leve o fiebre por encima de 37,3 °C, debe:
 - Avisar al supervisor/a que no está en condiciones de trabajar.
 - Permanecer en casa por lo menos 14 días. Una vez en casa, la persona con síntomas deberá seguir los protocolos establecidos por las autoridades nacionales.
 - Mantener un control de la temperatura mínimo dos veces al día.
 - Avisar si alguna persona de su núcleo familiar o donde vive, presenta esos síntomas e informar a su superior/a si han tomado medicamentos como paracetamol/acetaminofén, o ibuprofeno o aspirina que puedan enmascarar los síntomas.
2. En caso de identificar a alguna persona con síntomas o que haya sido enviada a su casa porque haya reportado los síntomas o algún familiar cercano o con quien viva, deberá notificar mediante un reporte de incidente por enfermedad al encargado de Seguridad y Salud Ocupacional y al Gerente del proyecto.



Manejo del estrés

Cuando se detecte una sensación de angustia, tristeza, confusión o ansiedad ante la magnitud de la epidemia que ha causado el Coronavirus, recomiende y comparta con el personal algunos de los siguientes consejos que pueden resultar de utilidad:

- 1** Mantenerse bien informado de la situación de riesgo de la obra y reconozca su nivel de seguridad en la misma. Si tiene alguna duda, consulte con su supervisor/a.
- 2** Mantener un estilo de vida saludable dentro y fuera del trabajo tanto como sea posible, incluyendo:
 - Mantener una dieta adecuada, dormir y reposar tiempo suficiente.
 - Realizar diariamente algún tipo de ejercicio o actividades de recreación con su familia.
 - Evitar el consumo de tabaco, alcohol o tranquilizantes.
 - Evitar escuchar o leer noticias que generan más angustia.
- 3** Recurrir a las personas que le ayudaron en situaciones similares y que siempre estarán a su disposición.
- 4** En caso de experimentar agobio y necesidad de ayuda:
 - Buscar sin demora un familiar o amigo de confianza que escuche sus preocupaciones.
 - Comunicarse con un profesional de salud o con el servicio de apoyo al empleado de la empresa.

Nota final

Estas recomendaciones deberán atenderse en complemento de cualquier normativa, regulación o directiva impartida por cada país, teniendo presente la cobertura de protección social en materia de salud y riesgos laborales vigente en cada país.

>> Materiales sugeridos para comunicación visual en obra

Descargue los materiales aquí:



Medidas de Prevención para evitar el contagio y la propagación del Coronavirus en Obras

OPS



UNOPS

CORONAVIRUS | PREVENCIÓN EN OBRA

LIMPIA TUS MANOS CON AGUA Y JABÓN

Este proceso debe durar de **40 a 60 segundos**



1
Mójese las manos con agua.



2
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente



3
Frótese las palmas de las manos entre sí



4
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda y viceversa



5
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados



6
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos



7
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo y viceversa



8
Frótese la punta de los dedos contra la otra mano haciendo un movimiento de rotación y viceversa



9
Enjuáguese las manos con agua



10
Séquese con una toalla desechable



11
Use la toalla para cerrar el grifo



12
Sus manos están limpias

CORONAVIRUS | PREVENCIÓN EN OBRA

BUSCA SALUDOS ALTERNATIVOS

EVITA LOS SALUDOS CON LAS MANOS, ABRAZOS Y CONTACTO DIRECTO. TAMPOCO TOQUES TU CARA



CORONAVIRUS | PREVENCIÓN EN OBRA

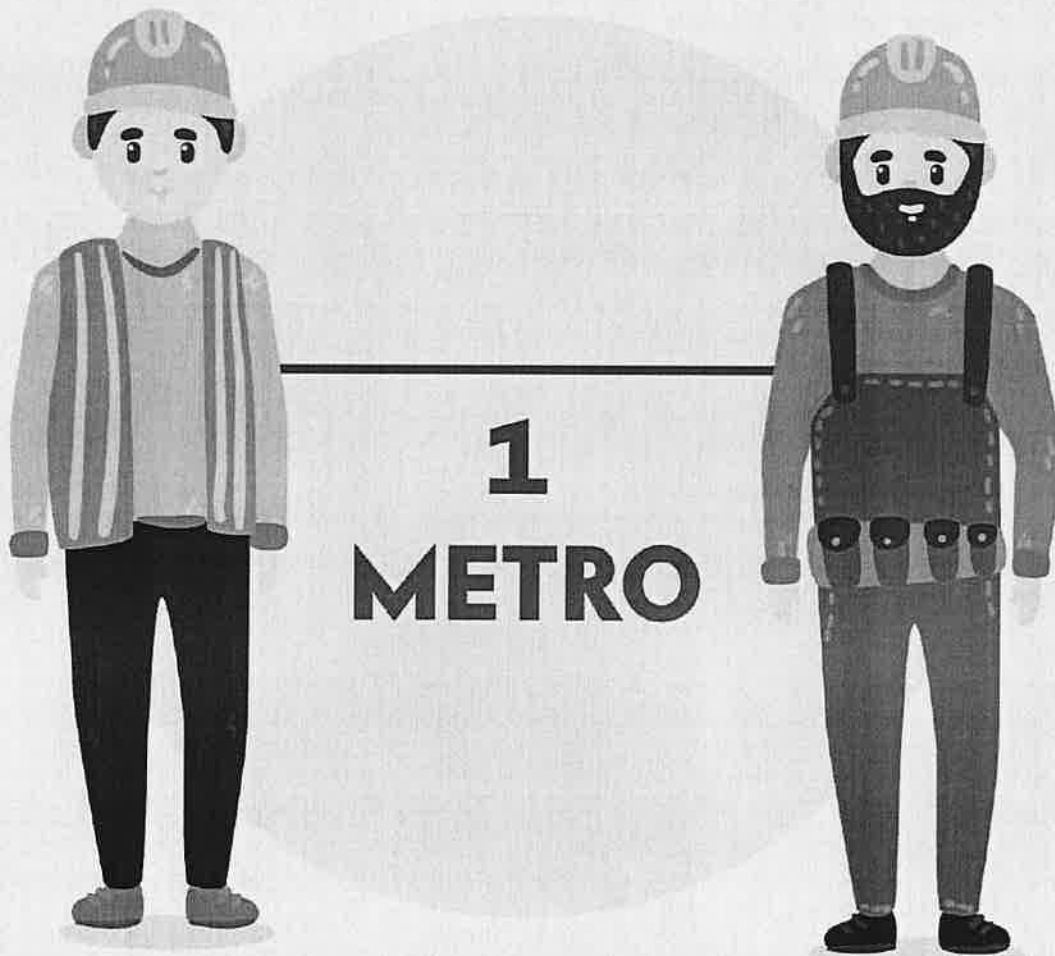
HIGIENE RESPIRATORIA



CÚBRETE LA BOCA CON EL ANTEBRAZO CUANDO TOSAS O ESTORNUDES, O CON UN PAÑUELO DESECHABLE, LUEGO TÍRALO A LA BASURA Y LÍMPIATE LAS MANOS.

CORONAVIRUS | PREVENCIÓN EN OBRA

DISTANCIA MÍNIMA EN OBRA



OPS  Organización Panamericana de la Salud  Organización Mundial de la Salud

 **UNOPS**

CORONAVIRUS | PREVENCIÓN EN OBRA

¿CÓMO PUEDO PROTEGER A MI FAMILIA?



Evita contacto estrecho sin protección, no te toques la cara y lávate constantemente las manos. Además asegúrate de seguir las instrucciones de las autoridades locales sobre restricciones de movimiento.



Evita compartir vasos, platos y otros artículos de uso personal y limpia y desinfecta los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia.



Si has viajado a áreas donde circula el virus o has estado en contacto cercano con alguien que lo tiene y presentas fiebre, tos o dificultad para respirar, busca atención médica de inmediato. No te automediques.

CORONAVIRUS | PREVENCIÓN EN OBRA

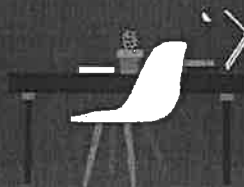
ORDEN Y ASEO EN LUGARES DE TRABAJO

LIMPIAR LAS SIGUIENTES ZONAS Y OBJETOS POR LO MENOS DOS VECES AL DÍA



Mesas

Escritorios



Teléfonos y celulares



**Vehículos
(timón, tablero,
freno, etc)**

Vasos



Sillas



**PUEDES USAR DESINFECTANTES,
ALCOHOL Y/O TOALLAS DESECHABLES
PARA HACERLO**

CORONAVIRUS | PREVENCIÓN EN OBRA

Las obras de construcción deben ser tratadas como oficinas, se recomienda tomar las siguientes medidas en sitios de construcción



Verifique su temperatura y asegúrese de lavarse las manos antes del ingreso de todo el personal y antes de comer



Los apretones de manos, los abrazos y otras interacciones cercanas deben prohibirse en el sitio de obra



Se debe evitar que cualquier miembro del personal que muestre síntomas de gripe ingrese al sitio de obra



Las áreas designadas para la hora de comida deben desinfectarse diariamente



No es necesario el uso de mascarilla para el trabajo en el sitio de la obra, a menos que no se cumpla el distanciamiento mínimo o el estado de salud de la persona así lo requiera



En el caso de que se detecte un trabajador con COVID-19, el sitio de obra se cerrará y los trabajadores en contacto con el individuo deberán aislarse durante 14 días hasta que se otorgue la autorización médica



La higiene personal debe mantenerse en todo momento en los sitios de la obra. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca. En caso de tos, fiebre o dificultad para respirar, busque atención médica de inmediato



www.paho.org | www.unops.org

PUBLICADO POR LA ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD (OPS) Y LA OFICINA DE LAS NACIONES UNIDAS DE SERVICIOS PARA PROYECTOS (UNOPS)

Cita requerida: OPS y UNOPS. 2020. COVID-19: MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN OBRAS

Número de páginas 17. Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

Las denominaciones empleadas en esta publicación y la forma en que aparecen presentados los datos que contiene no implican, por parte de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) o la UNOPS juicio alguno sobre la condición jurídica o nivel de desarrollo de países, territorios, ciudades o zonas, o de sus autoridades, ni respecto de la delimitación de sus fronteras o límites. La mención de empresas o productos de fabricantes en particular, estén o no patentados, no implica que la OPS o UNOPS los aprueben o recomienden de preferencia a otros de naturaleza similar que no se mencionan.

© OPS y UNOPS, 2020

De acuerdo con las condiciones de la licencia, se permite copiar, redistribuir y adaptar el documento para fines no comerciales, siempre que se cite correctamente, como se indica a continuación. En ningún uso que se haga de este documento debe darse a entender que la OPS o UNOPS refrendan organizaciones, productos o servicios específicos. No está permitido utilizar el logotipo de la OPS o de UNOPS.

Adaptaciones: si se hace una adaptación de al documento, debe añadirse la siguiente nota de descarga junto con la forma de cita propuesta: "Esta publicación es una adaptación de una obra original de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y de UNOPS. Las opiniones expresadas en esta adaptación son responsabilidad exclusiva de los autores y no representan necesariamente los criterios de la OPS y/o UNOPS".

Materiales de terceros: Si se desea reutilizar material contenido en esta publicación que sea propiedad de terceros, por ejemplo, cuadros, gráficos o imágenes, corresponde al usuario determinar si se necesita autorización para tal reutilización y obtener la autorización del titular del derecho de autor. El riesgo de que se deriven reclamaciones de la infracción de los derechos de uso de un elemento que sea propiedad de terceros recae exclusivamente sobre el usuario.