

# PLAN DE ACTUACIÓN FRENTE AL COVID-19



## Espacio Bertelsmann



Espacio  
Bertelsmann

*Diálogo para un futuro mejor*



**Espacio  
Bertelsmann**

*Diálogo para un futuro mejor*

## Contenido

<b>1. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>3</b>
<b>2. OBJETO DEL PLAN DE REINCORPORACIÓN .....</b>	<b>3</b>
<b>3. ÁMBITO DE APLICACIÓN .....</b>	<b>3</b>
<b>4. LEGISLACIÓN-DOCUMENTOS DE REFERENCIA .....</b>	<b>3</b>
<b>5. MEDIDAS PREVENTIVAS ADOPTADAS.....</b>	<b>4</b>
5.1. Medidas higiénicas generales.....	4
5.2. Medidas higiénicas personales .....	4
5.3. Mantenimiento de distancia de seguridad .....	5
5.4. Control de accesos.....	5
5.5. Atención al público - visitas.....	5
5.6. Medidas organizativas generales .....	5
5.7. Señalización.....	6
5.8. Gestión de residuos.....	6
<b>6. COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES.....</b>	<b>6</b>
<b>7. ANEXO 1. Registro de recepción de información y adhesión al plan de actuación frente al COVID-19.....</b>	<b>7</b>
<b>8. ANEXO 2: Documentos vinculados.....</b>	<b>8</b>
8.1. ¿Cómo lavarse las manos?.....	8
8.2. ¿Cómo desinfectarse las manos? .....	9
8.3. Como colocarse la mascarilla .....	10
8.4. Como quitarse los guantes .....	10

## 1. INTRODUCCIÓN

La necesaria paralización de la actividad que trajo consigo la declaración del Estado de Alarma por el RD 463/2020, complementada por el RDL 9/2020, ha venido siendo imprescindible con el fin de minimizar al máximo el riesgo de contagio del COVID-19 ya en los centros de trabajo, ya en los procesos de movilidad que lleva consigo el acudir a aquellos.

Asistimos ahora a una etapa extremadamente sensible en la cual la vuelta a la actividad debe estar muy matizada, exigiéndonos la alerta ante cualquier desestabilización que produjera un incremento en el riesgo e, incluso, que impidiera el retorno a la normalidad en términos de salud al conjunto de la población. La implementación de las medidas frente a la pandemia no puede suponer el incremento de la tensión en un Sistema Nacional de Salud ya sobradamente saturado.

El proceso de retomar la actividad, debe realizarse garantizando la seguridad y la salud de las personas. Se requiere la vuelta a la normalidad de una manera ordenada y escalonada.

Aunque la empresa es la responsable de la seguridad y la salud de las personas trabajadoras respecto de los riesgos que puedan tener en el trabajo, el servicio de prevención debe apoyar técnicamente a la empresa para evaluarlos, y poner en marcha las medidas necesarias para eliminarlos, reducirlos o controlarlos, es por ello que la empresa debe colaborar en la redacción y/o revisión de contenido para hacerlo poder reflejar fielmente la realidad actual en el retorno y valorar las medidas a implantar.

La vuelta al trabajo debe contar con la elaboración y mantenimiento de un Plan de Actuación adaptado a las características del centro dirigido a la prevención de casos o contactos estrechos de COVID-19.

## 2. OBJETO DEL PLAN DE REINCORPORACIÓN

El objeto del presente Plan es reflejar ciertas pautas mínimas y propuestas que consideramos de necesario seguimiento para efectuar una transición sin riesgo y evitar el contagio de COVID-19.

## 3. ÁMBITO DE APLICACIÓN

Este documento es de aplicación y de cumplimiento para todo el personal e instalaciones de la empresa, así como visitas o clientes. Así mismo, será objeto de seguimiento constante por la empresa y la representación de los trabajadores.

## 4. LEGISLACIÓN-DOCUMENTOS DE REFERENCIA

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- Real Decreto 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.
- Real Decreto 773/1997, de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.
- Real Decreto-ley 8/2020, de 17 de marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19.
- Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos INSHT

- Directrices de buenas prácticas en los centros de trabajo, Medidas para la prevención de contagios del COVID-19 del Ministerio de Sanidad, 11 de abril de 2020.
- Guía de actuación para la reincorporación antes y después del covid-19 con seguridad y salud en el trabajo. Comunidad de Madrid
- Guía práctica ante el retorno al trabajo en el periodo de crisis covid-19. UGT
- Recomendaciones para los servicios de prevención en relación con la seguridad y la salud laborales de la población trabajadora para evitar la propagación y contagio del covid-19. arranque de la actividad/mantenimiento de las actividades esenciales o sujetas a excepción. OSALAN.
- Pasos a seguir por el empresariado para reducir el riesgo de exposición al Covid-19 en los centros de trabajo. OSALAN.

## 5. MEDIDAS PREVENTIVAS ADOPTADAS

### 5.1 Medidas higiénicas generales

- Refuerzo de las medidas de higiene personal y respiratoria en todos los ámbitos y frente a cualquier escenario de exposición.
- Refuerzo de la limpieza y desinfección en dependencias e instalaciones en aquellas superficies en que existe contacto directo y habitual de las personas, como barandillas, pasamanos, pomos o barras antipánico de las puertas, descarga automática de sanitarios, órganos de accionamiento (luminarias, máquinas, etc.).
- Refuerzo de las medidas de limpieza y desinfección después de cada evento.
- Refuerzo de la limpieza de superficies en aseos.
- Uso de dispensadores de papel desechable en aseos.
- Incremento de la ventilación general de las instalaciones. Ventilación de las instalaciones 2 horas antes de su uso. Siempre que sea posible, se realizará de manera natural manteniendo abiertas las puertas (mínimo 10 minutos).
- Dotación de geles hidroalcohólicos en las entradas y salidas del centro y zonas comunes (salón de actos, aseos, etc.) para propiciar la desinfección de las manos.
- Refuerzo de la limpieza y desinfección de equipos o instalaciones asociados a la ventilación o renovación de aire de las instalaciones (filtros, conductos, difusores, etc.).
- Se mantienen las puertas abiertas para evitar el contacto con superficies contaminadas (pomos, manillas, barras antipánico, etc.)
- Desinfección inicial y periódica de las instalaciones o equipos.

### 5.2 Medidas higiénicas personales

- Realizar una higiene de manos frecuente (lavado con agua y jabón o soluciones alcohólicas). Seguir la secuencia de lavado recomendada por la OMS.
- Cubrirse la boca y nariz con pañuelos desechables al toser o estornudar y lavarse las manos. Tirar los pañuelos a la basura inmediatamente. Si no se dispone de pañuelos, hacerlo sobre el interior del codo.
- Evitar el contacto de las manos con ojos, nariz y boca.

### **5.3 Mantenimiento de distancia de seguridad**

- Organización de la actividad para mantener la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros, tanto en la entrada y salida, como durante la permanencia y desplazamientos por el interior del centro.
- Señalización mediante pegatinas en el suelo de la distancia de seguridad en el acceso a las instalaciones.
- Determinación del aforo máximo que pueden concurrir al mismo tiempo teniendo en cuenta las dimensiones de las instalaciones.
- Distribución de personas en zonas comunes evitando aglomeraciones. Limitación del aforo del salón de actos de manera que se pueda mantener la distancia de seguridad interpersonal.
- Prohibición de uso de los aseos por más de una persona a la vez.

### **5.4 Control de accesos**

- Control de acceso para garantizar el aforo máximo determinado y permitido.
- Control termométrico de las personas a la entrada. Cuando una persona dé un valor igual o superior a 37°C no podrá acceder al centro de trabajo.
- Organización de las personas que se quedan en el exterior del centro esperando acceder a su interior cuando lo permita el aforo.
- Control del público, incluido el que espera al exterior, que respeta rigurosamente la distancia de seguridad.
- Información a las visitas o clientes sobre las medidas organizativas y sobre su obligación de cooperar en el cumplimiento.
- Reajuste de las cantidades de pedido a proveedores para disminuir el número de entregas, se evita la concurrencia entre distintos suministradores.
- Flexibilización de los horarios de entrada y salida del público para evitar aglomeraciones en los accesos.
- Separación y señalización de la vía de entrada y de salida. Entrada mediante rampa y salida por escaleras, salvo personas con dificultad de movilidad.

### **5.5 Atención al público - visitas**

- Ampliación de la distancia física en las zonas de recepción o trato directo con personas (otros trabajadores, visitas, público en general, etc.)
- Colocación de pantallas protectoras de metacrilato en zonas de contacto directo entre personas y que no se ha podido garantizar la distancia de seguridad (recepción).
- Señalizar con pegatinas o bandas para evitar golpes con los elementos transparentes instalados con el objetivo de conseguir la separación física entre personas.
- Indicaciones y señalización de que todo el público, incluido el que espera, debe guardar la distancia interpersonal.
- Refuerzo de la señalización del uso de mascarilla.

### **5.6 Medidas organizativas generales**

- Designación de una persona para realizar la coordinación de las actividades excepcionales de prevención durante la crisis del Covid-19. Se lleva un registro de las acciones que se puedan tomar.

- Identificación y establecimiento de medidas de actuación ante personas que presenten sintomatología compatible con la COVID-19. Uso obligatorio de mascarilla mientras permanezca en las instalaciones, contacto con el teléfono habilitado por la comunidad autónoma o centro de salud y abandono del centro.

### **5.7 Señalización.**

- Reforzar las indicaciones, cartelería o señalización de seguridad y salud en todo aquello que haga referencia al cumplimiento de nuevas medidas preventivas o de protección implantadas en la empresa (uso de mascarilla, distancia de seguridad, etc.).
- Ubicación en todos los aseos de un cartel, preferentemente plastificado, en el cual se explica la forma correcta de higienizarse las manos según indicaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS).
- Identificación de la distancia de seguridad en las zonas de atención al público y espera para acceder al centro mediante señalización y pegatinas.
- Identificación del uso específico o modificado de instalaciones o locales (distinción entre vía de entrada y salida, aseos, etc.).

### **5.8 Gestión de residuos**

- Eliminación del material de higiene personal y EPI'S en contenedores especiales.
- Dotación de papeleras o contenedores protegidos con tapa, accionado por pedal y doble bolsa, preferentemente de color amarillo.

## **6. COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES**

Para el cumplimiento de la Coordinación de Actividades Empresariales, se ha requerido a las empresas externas que trabajan en las instalaciones de la empresa, mediante correo, plataforma de gestión u otras posibles vías de comunicación, las medidas específicas adoptadas con sus trabajadores.

En este contacto entre empresas se ha dado a conocer nuestro Plan de Actuación frente al COVID-19 para su conocimiento y como elemento de referencia para divulgación a su personal y obligado cumplimiento en nuestras instalaciones.

En lo que hace referencia a nuestro personal que se desplaza a otras empresas, de forma adicional, se seguirán las medidas preventivas y de protección establecidas por ellos y que se han comunicado, de acuerdo a sus protocolos de actuación.

## 7. ANEXO 1. Registro de recepción de información y adhesión al plan de actuación frente al COVID-19

Mediante la expedición de este documento, la entidad (empresa/asociación/organización)

.....

recibe la siguiente información:

- Plan de Actuación frente al COVID-19.

Comprometiéndose, además, a que todos sus trabajadores la lean previo acceso a las instalaciones y sigan todas las medidas recogidas en dicho documento.

En....., a.....de.....de 2020.

(Firma y sello)

## 8. ANEXO 2: Documentos vinculados

### 8.1 ¿Cómo lavarse las manos?

# ¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

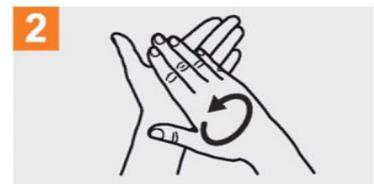
**0** Duración de todo el procedimiento: **40-60 segundos**



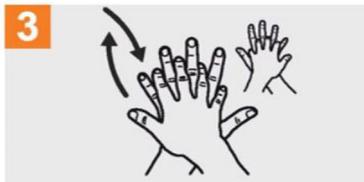
Mójese las manos con agua;



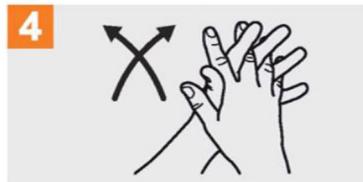
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



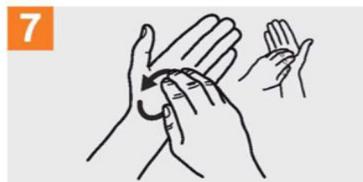
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



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



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



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



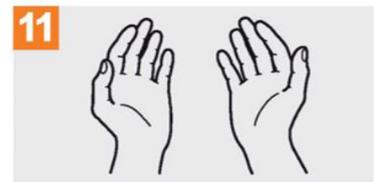
Enjuáguese las manos con agua;



Síquese con una toalla desechable;



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;



Sus manos son seguras.



Organización  
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES

Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización. La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

## 8.2 ¿Cómo desinfectarse las manos?

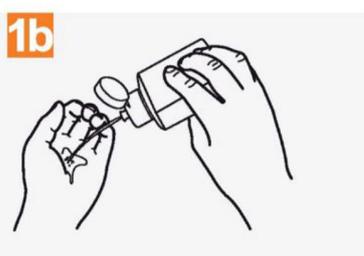
# ¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinfectese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

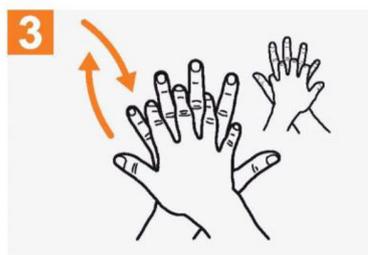
**⌚ Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos**



Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



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



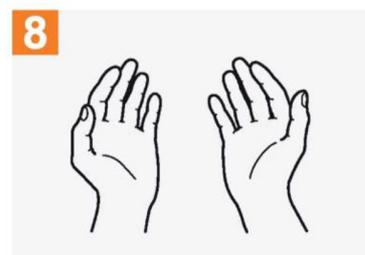
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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



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



Una vez secas, sus manos son seguras.



Organización  
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES

Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización. La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

### 8.3 Como colocarse la mascarilla



### 8.4 Como quitarse los guantes

