



EVALUACIÓN/PLAN DE ACTUACIÓN ANTE SARS-CoV-2 (CORONAVIRUS)

DEPARTAMENTO DE MEDICINA DEL TRABAJO

24 de marzo de 2020

1. ANTECEDENTES	3
2. ¿QUÉ NIVEL DE RIESGO TENGO?	4
3. ¿QUÉ ES CONTACTO ESTRECHO?	5
4. COMUNICACIÓN	6
5. MEDIDAS PREVENTIVAS COLECTIVAS	7
5.1. Reuniones y desplazamientos	7
5.2. Visitas	7
5.3. Higiene zonas de trabajo	7
6. MEDIDAS PREVENTIVAS INDIVIDUALES	9
6.1. Higiene de manos	9
6.2. Otras curas	9
6.3. EPI's	9
6.3.1. Máscaras	9
6.3.2. Guantes de protección	9
6.3.3. Ropa de protección	9
6.3.4. Protección ocular y facial	9
7. TRATAMIENTO DE LAS PERSONAS TRABAJADORAS	10
7.1. Conceptos relacionados con la Incapacidad Temporal	10
7.2. Situaciones en las que una empresa se puede encontrar. ¿Qué hacer?	11

1. ¿ANTECEDENTES?

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan sólo a los animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas.

El nuevo coronavirus se llama SARS-CoV-2. La **enfermedad** que causa el SARS-CoV-2 se llama **COVID-19**.

Periodo incubación: 2-14 días.

Se trasmite a través del contacto con animales infectados y con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma. Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca.

Síntomas del coronavirus:

- FIEBRE
- TOS Y ESTORNUDOS
- SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE
- **Menos comunes:** Digestivos como diarrea y dolor abdominal

Debe evitarse la exposición de trabajadores sanitarios y no sanitarios que, en función de sus características personales o estado biológico conocido, debido a patologías previas, medicación, trastornos inmunitarios o embarazo, sean considerados especialmente sensibles.

Importante:

- No hay evidencias de que se transmita a una distancia de más de 2 metros.

2. ¿QUÉ NIVEL DE RIESGO TENGO?

En función de las actividades de la empresa y los mecanismos de transmisión del nuevo coronavirus SARS-CoV-2, los trabajadores en su puesto de trabajo pueden estar expuestos a 3 niveles de riesgo:

I. EXPOSICIÓN DE RIESGO

- a. Atención de casos confirmados o en investigación.
- b. Contactos directos con paciente confirmado o en investigación.
- c. Tripulación que atiende directamente durante un viaje un caso sintomático procedente de zona de riesgo.
- d. Situaciones en las que hay contacto estrecho* con caso sintomático. Por ejemplo: reuniones de trabajo.

II. EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO

- a. No hay contacto estrecho con caso confirmado. Ejemplo: camillero, personal limpieza, acompañantes para traslado.
- b. Personal laboratorio responsable de las pruebas de diagnóstico virológico.
- c. Personal no sanitario en contacto con material sanitario, desechos u objetos contaminados.
- d. Ayuda a domicilio de contactos sin síntomas.

III. BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN

- a. Trabajadores que no atienden directamente al público o que lo hacen a más de 2 metros de distancia, o con medidas de protección colectiva que evitan el contacto (barrera colectiva, por ejemplo): personal administrativo. Conductores ambulancia con barrera colectiva, conductor transporte público, personal de seguridad, policías/Guardias Civiles, personal aduanero, bomberos y personal de salvamento.

3. ¿QUÉ ENTENDEMOS POR “CONTACTO ESTRECHO”?

Se clasifica como **contacto estrecho** de casos **posibles**, **probables** o **confirmados**:

- Cualquier persona que haya **proporcionado cuidados** mientras el caso presentaba síntomas: trabajadores sanitarios que no han utilizado las medidas de protección adecuadas, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar;
- Convivientes, 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**

4. COMUNICACIÓN

Es importante disponer de medidas de prevención encaminadas a prevenir los contagios de coronavirus en el seno de la empresa. En este sentido es necesario establecer varias vías de comunicación interna.

La comunicación interna contendrá:

- Medidas de carácter personal.
- Pautas de actuación en caso de presentar síntomas.
- Información relacionada con la localización y medios de contacto con servicios médicos de atención permanente.
- Procedimiento de actuación interno ante la sospecha de un contagio.

Se utilizarán las siguientes medios y vías de comunicación:

- Se enviará a todo el personal de la empresa, lo antes posible, un comunicado con las recomendaciones que aplican en este caso.
- Se solicitará la colaboración de los representantes de las personas trabajadoras a través de Dirección, por la mejora de los sistemas de comunicación e información, asegurándose de que los mismos disponen del acceso a consultas, consejos médicos y recomendaciones.
- La mejor manera de estar informado de manera veraz y evitar rumores que solo crean alarma entre la población, es la página web del Ministerio de Sanidad creada a tal efecto (<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>).
- También encontraremos información en la página web de la Organización Mundial de la Salud (<https://www.who.int/es>).
- Igualmente se debería crear en algún canal de comunicación, tipo intranet o similar, de un espacio de información del coronavirus con el enlace a la página del Ministerio de Sanidad.

Se tendrán que realizar reuniones periódicas entre los representantes de la empresa y los delegados de prevención, desde donde se realizará el seguimiento periódico de la situación, acciones emprendidas, su eficacia, el número de personas contagiadas, y el grado de afección de los trabajos y servicios.

5. MEDIDAS PREVENTIVAS COLECTIVAS

Llevar un control de las personas con exposición puede ayudar a determinar las medidas preventivas a implantar y el control a llevar a cabo:

- Limitar el número de personas expuestas al coronavirus.
- Limitar el tiempo de exposición al mínimo posible.
- Llevar un control de las personas expuestas.
- Llevar un control de los accidentes e incidentes por exposiciones.

5.1 Reuniones y desplazamientos

- Evitar los desplazamientos a zonas declaradas de riesgo por el Ministerio de Sanidad con riesgo importante de contagio.
- Valorar limitar eventos de empresa que requieran elevadas concentraciones de personas trabajadoras.

5.2 Visitas

- Se anularán o aplazarán los viajes en zonas declaradas como Áreas con transmisión comunitaria
<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCoV-China/home.htm>.
- Priorizando siempre que sea posible el uso de medios informáticos, telemáticos, etc.
- Se valorará, por parte de la unidad organizadora, la posibilidad de limitar los acontecimientos de empresa que requieran de elevadas concentraciones de personas trabajadoras.
- Aun así, se comunica que, si se tiene que viajar por motivos personales a alguna de estas Áreas, se informará a la Dirección de la empresa, para que se puedan establecer las medidas preventivas que se procedan.
- Limitar en la medida de lo posible, las visitas de personal ajeno a la empresa.

5.3 Higiene zonas de trabajo

- Informar a los trabajadores de cómo realizar un buen lavado de manos.
- Realizar desinfección de las zonas con lejía o con una solución de hipoclorito sódico
 - Centro sanitario: que contenga 1000 ppm de cloro activo (dilución 1:50 de una lejía con concentración 40-50 gr/litro preparada recientemente).
 - Centro no sanitario: lejía diluida (1 parte de lejía doméstica al 5% en 50 partes de agua) preparado el mismo día que se va a utilizar*. La mayoría de las lejías comercializadas en España tienen una concentración de 35 gr/litro.

*Esta dilución se prepara de la siguiente forma: coja 20 mililitros de la lejía que tiene en casa (virucida autorizado), échelos en una botella de litro y llene con el agua del grifo hasta completar. Cierre y dele la vuelta varias veces. Ya la tiene preparada al 1:50, en cantidad de 1 litro. Se emplearán los detergentes y desinfectantes habituales autorizados para tal fin (con efecto virucida) y para las superficies se utilizará material textil desechable.

Productos virucidas autorizados en España:
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCoV-China/documentos/Listado_virucidas_PT2_ambiental.pdf

- Realizar limpieza de las zonas de uso compartido entre usuarios, puede realizarse con solución alcohólica.
- Disponer de antisépticos con base de alcohol en las zonas comunes: office, zonas de descanso, coche empresa, etc.
- Los objetos personales se pueden desinfectar con **alcohol de 70º**: gafas, teléfonos fijos, **móviles** (evitar compartirlos), teclados de ordenador y ratón, mandos a distancia, llaves. ¿Cómo preparar el alcohol de 70º?
 - Partir del alcohol para desinfectar las heridas que tenemos en casa, que es alcohol de 96º.
 - Coger **70 ml de alcohol de 96º**.
 - Rellenar con agua del grifo hasta 100 ml.
 - Cerrar y **darle la vuelta** varias veces para mezclar.

Moje un paño limpio con esta disolución para desinfectar los objetos personales.

6. MEDIDAS PREVENTIVAS INDIVIDUALES

6.1 Higiene de manos

- Lavar las manos con **agua y jabón** constantemente.
- En su defecto, se puede utilizar **solución con base alcohólica**.

6.2 Otros cuidados

- Uñas cortadas y cuidadas.
- Evitar uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca y otros adornos.
- Llevar el pelo recogido.
- Evitar el uso de lentillas. Si se necesitan gafas que estén bien ajustadas al puente.
- Evitar maquillaje u otros productos cosméticos que puedan ser fuente de exposición prolongada en caso de resultar contaminados.

6.3 EPI's

6.3.1 Mascarillas

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL		
EXP.RIESGO	EXP.BAJO RIESGO	BAJA PROBABILIDAD DE RIESGO
Mascarilla FFP2 si < 2 metro Proceso asistencial que genera bioaerosoles: Mascarilla FFP3	Mascarilla quirúrgica si contacto respiratorio estrecho con caso confirmado o en investigación	No es necesario el uso de EPI'S

6.3.2 Guantes de protección

- Actividades de atención al paciente y de laboratorio: guantes desechables.
- Tareas de limpieza y desinfección superficies en contacto con pacientes: guantes de mayor grosor, resistentes a rotura.

6.3.3 Ropa de protección

- Siempre que haya que proteger ante salpicaduras de fluidos biológicos o secreciones procedentes de paciente confirmado o en investigación, se debe utilizar ropa desechable que cumpla:
 - Norma para resistencia a la penetración de microorganismos.
 - Norma de protección química para dar impermeabilidad.

6.3.4 Protección ocular y facial

- Si se generan aerosoles: protección ocular siempre.
- Ante exposición a líquidos:
 - Por salpicaduras: **pantallas faciales**
 - Por gotas: **gafas integrales**
 - Por contacto manos/guantes con superficies contaminadas: **gafas montura universal con protección lateral**.

7. TRATAMIENTO DE LAS PERSONAS TRABAJADORAS

Como pauta general, en el momento actual no se está recomendando ni por parte de las organizaciones internacionales, ni por parte del Ministerio de Sanidad aplicar cuarentena a las personas que regresan de zonas de riesgo. Para todas las enfermedades de transmisión respiratoria, se recomienda a las personas que desarrollen síntomas respiratorios adoptar medidas de higiene habituales, como cubrirse nariz y boca al toser o estornudar, usar pañuelos de papel desechables y realizar un frecuente lavado de manos.

De forma general, los **contactos estrechos** tienen que realizar **cuarentena domiciliaria**, y extremar las **medidas preventivas individuales**, dentro de sus posibilidades domésticas.

Se consideran **contactos casuales** a los trabajadores que hayan estado en el mismo espacio cerrado con un caso mientras era sintomático, pero que no cumplan los criterios para ser considerado contacto estrecho. No se realizará una búsqueda activa de estos trabajadores. Si se identificaran algunos que puedan encontrarse en este grupo, se les recomendará una vigilancia pasiva de síntomas respiratorios y podrán llevar una vida normal, realizando sus tareas habituales en el trabajo y en la familia .

7.1 Conceptos relacionados con la Incapacidad Temporal

Diferentes **opciones de IT** relacionadas con el COVID-19 (*pueden variar en cada comunidad autónoma*):

Casos en los que **están indicadas las bajas**:

- **Trabajador visitado en su Centro de salud y es diagnosticada como caso posible**, se le dará la baja como caso y a los contactos que conviven con ella, baja como contactos.
- **Trabajador que llama por teléfono** (motu proprio, derivada del teléfono habilitado o del Hospital) **y tras valoración por el profesional es diagnosticada como caso posible**, se le da la baja a ella y a sus contactos y se le hace llegar vía telemática.

Casos en los que **no están indicadas las bajas**:

- Aislamiento recomendado por el gobierno, cuidado de familiares, o imposibilidad de la empresa de adaptar el puesto de trabajo.
- Caso de no cumplir criterio médico, se recomienda a las personas que se dirijan a su empresa o llamen a los teléfonos de información a la ciudadanía habilitados para solucionar dudas al respecto, y, sobre todo, **QUE NO SE DESPLACEN AL AMBULATORIO**.

7.2 Situaciones en las que una empresa se puede encontrar. ¿Qué hacer?

- **Trabajador con conviviente con sospecha de COVID-19**
 - **Aislamiento domiciliario.** Solicita la baja al teléfono habilitado en su comunidad autónoma.

- **Trabajador con síntomas** (tos, fiebre, dificultad respiratoria)
 - **Aislamiento domiciliario.** Debe llamar a su Centro de salud o teléfono habilitado en su comunidad autónoma para ser evaluado.
 - La empresa debe hacer **un estudio de los contactos.** Debiendo mandar a **Aislamiento domiciliario** a aquellos que sean considerados “**Contactos Estrechos**” y el resto podrán seguir en sus puestos de trabajo adoptando las medidas preventivas colectivas e individuales (*puntos 5 y 6 del presente documento*).

- **Trabajador con compañero con síntomas o diagnosticado COVID-19.**

Tras estudio de contactos:

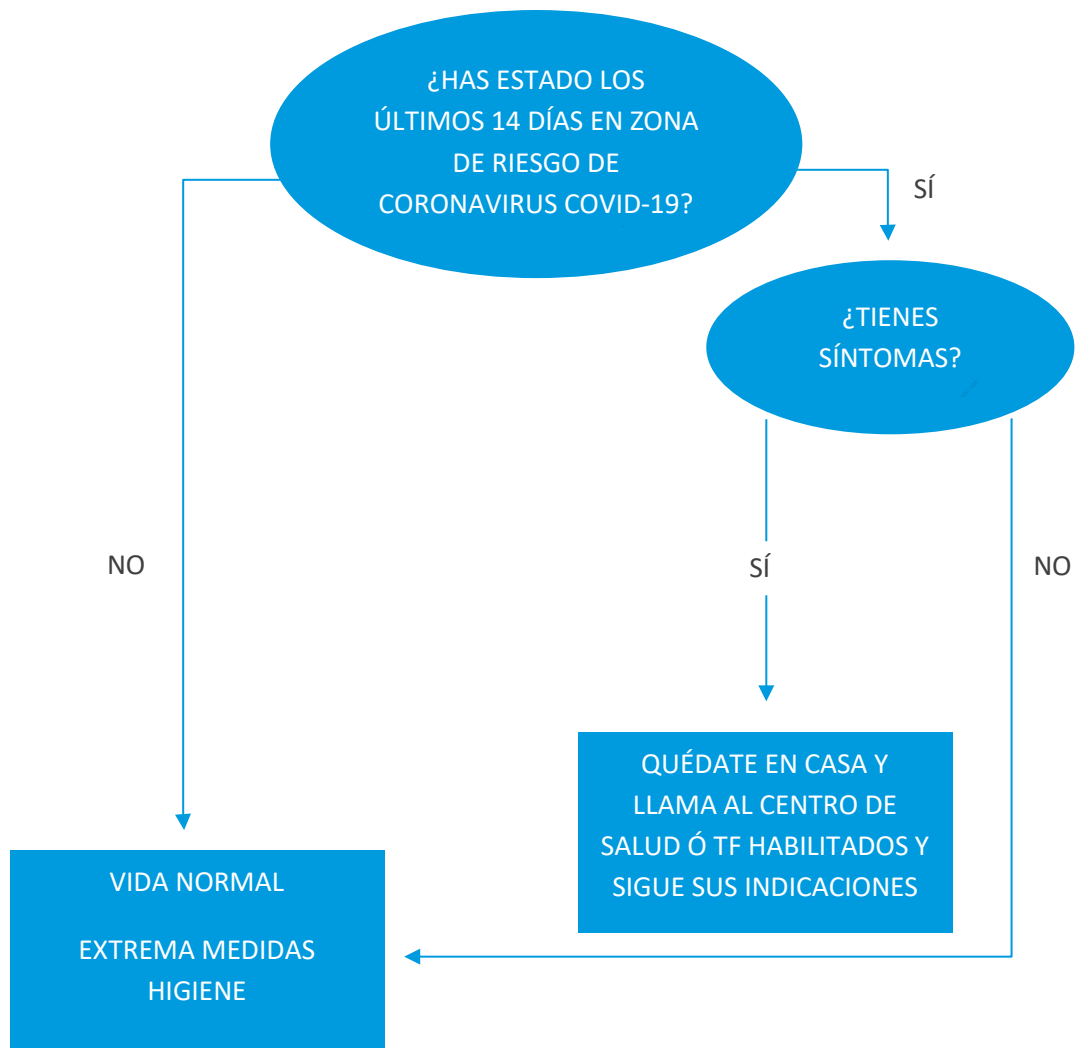
 - **Si contacto estrecho:** **Aislamiento domiciliario,** las autoridades sanitarias de cada comunidad autónoma podrán valorar situaciones individuales (por ejemplo, sanitarios) que requieran otro tipo de recomendación y **vigilar síntomas respiratorios siguiendo los protocolos establecidos.** Se debe poner en contacto con su servicio de salud o teléfonos habilitados para evaluar si está considerada la baja.
 - **No hay contacto estrecho:** continuar con vida laboral adoptando las medidas preventivas colectivas e individuales (*puntos 5 y 6 del presente documento*).

- **Trabajador vulnerable (con mayor riesgo), asintomático, que solicita baja:** la presencia de determinadas patologías crónicas* puede poner en situación de mayor vulnerabilidad a determinadas personas. Ante esta situación, que se debe hacer:
 - Evaluar su puesto de trabajo por el departamento de prevención de riesgos laborales. El objetivo de dicha evaluación será el de medir el nivel de riesgo al que está expuesto el trabajador, dependiendo del tipo de tareas y actividad de la empresa.
 - Adaptar el puesto de trabajo para lo que se deberán establecer las medidas preventivas colectivas e individuales necesarias para reducir la exposición de riesgo biológico.
 - Si con todo lo anterior, aun así, el trabajador solicita a la empresa realizar confinamiento domiciliario por su condición de vulnerabilidad, se deberá avisar a vigilancia de la salud para que valore y aconseje al trabajador sobre los mecanismos para llevarla a cabo.

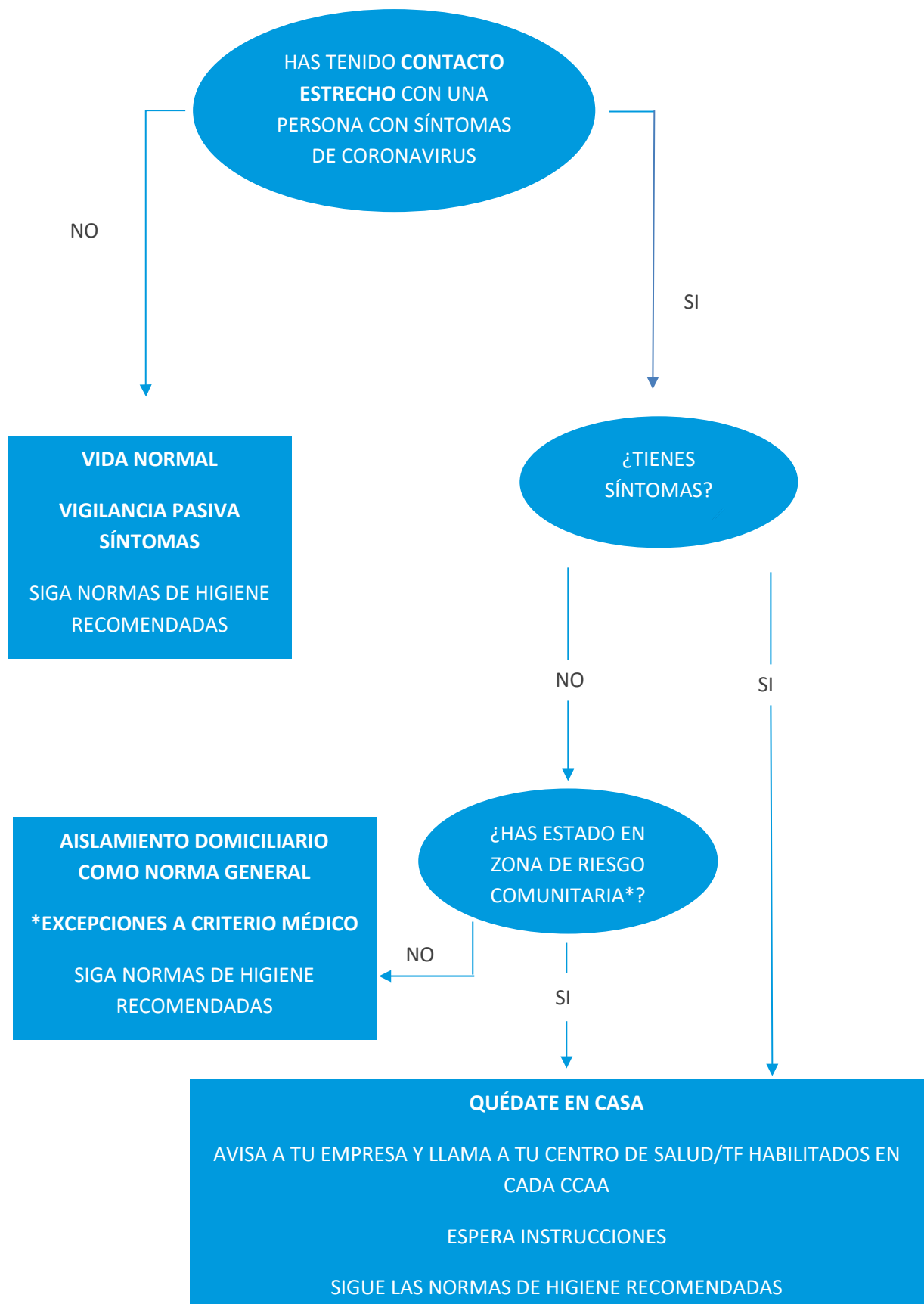
*Se considera que los grupos de mayor riesgo de desarrollar enfermedad grave por COVID son las personas que tienen: > 60 años, enfermedades cardiovasculares e hipertensión arterial, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodepresión y embarazo.

Recuerda:

- La **transmisión entre humanos** se considera similar a la descrita para otros coronavirus a través de las **secreciones de personas infectadas**, principalmente por **contacto directo con gotas respiratorias de más de 5 micras** (capaces de transmitirse a distancias de hasta 2 metros) **y las manos o los fómites contaminados con estas secreciones** seguido del contacto con la mucosa de la **boca, nariz y/o ojos**.
- La transmisión aérea o por aerosoles (capaz de transmitirse a una distancia de más de 2 metros) **no ha podido ser demostrada** en el brote de SARS-CoV-2 en China.
- Actualmente en los modelos matemáticos se asume que **la transmisión comienza 1-2 días antes del inicio de síntomas**.
- La **duración de la enfermedad**: el tiempo medio desde el inicio de los síntomas hasta la recuperación es de **2 semanas** cuando la enfermedad ha sido leve y de 3-6 semanas cuando ha sido grave o crítica.
- La **permanencia de SARS-CoV-2 contaminante en superficies de cobre, cartón, acero inoxidable y plástico** es de **4, 24, 48 y 72 horas**, respectivamente en condiciones experimentales a 21-23°C y humedad relativa del 65%.
- Existe evidencia de que los coronavirus se inactivan en contacto con una solución de **hipoclorito sódico** con una concentración **al 0,1%, etanol al 62-71%** o **peróxido de hidrógeno al 0,5%**, en un minuto
- Todas estas normas pueden sufrir cambios en función de las directrices que diariamente, publica, el Ministerio de Sanidad.



* España: las Comunidades Autónomas de Madrid y de La Rioja; los municipios de La Bastida y Vitoria-Gasteiz (País Vasco) y Miranda de Ebro (Castilla y León), Francia: departamentos de Haut-Rhin (Grand Est) y l'Oise (Hauts-de-France), Alemania: departamento de Heinsberg (Renania del Norte-Westfalia), China), Corea del Sur, Japón (isla de Hokkaidō), Irán, Italia y Singapur.



* España: las Comunidades Autónomas de Madrid y de La Rioja; los municipios de La Bastida y Vitoria-Gasteiz (País Vasco) y Miranda de Ebro (Castilla y León), Francia: departamentos de Haut-Rhin (Grand Est) y l'Oise (Hauts-de-France), Alemania: departamento de Heinsberg (Renania del Norte-Westfalia), China), Corea del Sur, Japón (isla de Hokkaidō), Irán, Italia y Singapur.