



Abril 2020.

Ref. Protocolo de higiene y seguridad ante COVID-19.

Con el propósito de evitar el contagio y la propagación del virus COVID-19, en los trabajadores de la empresa, se deberán identificar los elementos y medidas de higiene y seguridad, como así también los cuidados y protecciones a implementar, conocer los elementos de protección personal, requeridos según las tareas a desempeñar y su correcto uso y concientizar al personal sobre la necesidad de una buena higiene personal, y de un puesto de trabajo limpio y ordenado.

Es imprescindible reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición, por lo que se recomienda:

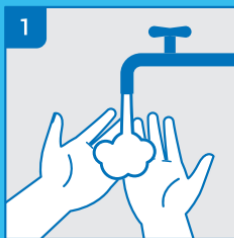
- ✓ La higiene de manos de manera frecuente es la medida principal de prevención y control de la infección, principalmente:
 - Antes y después de manipular basura, desperdicios, alimentos, de comer y/o amamantar.
 - Luego de tocar superficies públicas (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.), manipular dinero, tarjetas de crédito / débito, llaves, animales, etc.
 - Después de utilizar instalaciones sanitarias y de estar en contacto con otras personas.
- ✓ Mantener una distancia mínima de 1 metro entre usted y cualquier persona.
- ✓ Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- ✓ Se debe usar protección ocular cuando haya riesgo de contaminación de los ojos a partir de salpicaduras o gotas (por ejemplo: sangre, fluidos del cuerpo, secreciones y excreciones).



- ✓ Evitar compartir elementos de uso personal (vasos, cubiertos, mate, elementos de higiene, etc.).
- ✓ Limpiar todas las superficies de trabajo y pisos con agua y jabón, solución con lavandina o alcohol al 70 %

Método adecuado para el lavado de manos con agua y jabón.

Duración del procedimiento: 40 - 60 segundos.



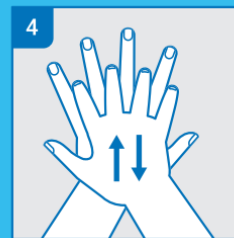
1 MÓJESE LAS MANOS CON AGUA



2 DEPOSITE EN LA PALMA DE LA MANO UNA CANTIDAD DE JABÓN SUFICIENTE PARA CUBRIR TODAS LAS SUPERFICIES DE LAS MANOS



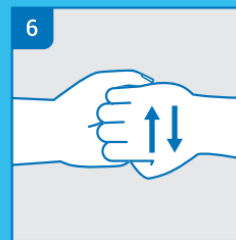
3 FRÓTESE LAS PALMAS DE LAS MANOS ENTRE SI



4 FRÓTESE LA PALMA DE LA MANO DERECHA CONTRA EL DORSO DE LA MANO IZQUIERDA ENTRELAZANDO LOS DEDOS Y VICEVERSA.



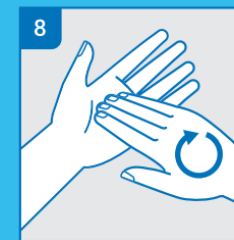
5 FRÓTESE LAS PALMAS DE LAS MANOS ENTRE SI CON LOS DEDOS ENTRELAZADOS



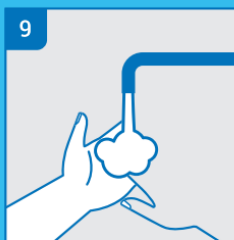
6 FRÓTESE EL DORSO DE LOS DEDOS DE UNA MANO CON LA PALMA DE LA MANO OPUESTA AGARRÁNDOSE LOS DEDOS



7 FRÓTESE CON UN MOVIMIENTO DE ROTACIÓN EL PULGAR IZQUIERDO, ATRAPÁNDOLO CON LA PALMA DE LA MANO DERECHA Y VICEVERSA



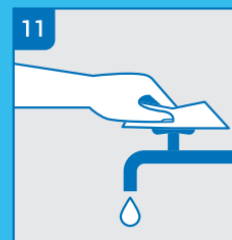
8 FRÓTESE LA PUNTA DE LOS DEDOS DE LA MANO DERECHA CONTRA LA PALMA DE LA MANO IZQUIERDA HACIENDO UN MOVIMIENTO DE ROTACIÓN Y VICEVERSA



9 ENJUÁGUESE LAS MANOS CON AGUA



10 SÉQUESE CON UNA TOALLA DESECHABLE



11 SÍRVASE DE LA TOALLA PARA CERRAR EL GRIFO



12 SUS MANOS SON SEGURAS



Limpieza y desinfección de zonas de trabajo.

Para minimizar el riesgo de contagio se recomienda realizar desinfecciones y limpiezas frecuentes de los espacios de trabajo, empleando la “técnica de doble balde - doble trapo”, que habitualmente se realiza en ámbitos hospitalarios para evitar las infecciones intrahospitalarias y que en el contexto epidemiológico actual aplicaría tranquilamente para cualquier actividad laboral.

Es una técnica muy sencilla y se necesita contar con agua corriente, detergente e hipoclorito de sodio (lavandina), dos baldes y dos trapos:

- ✓ Iniciar la limpieza con soluciones jabonosas con agua y detergente de uso común.
- ✓ En el balde N° 1 agregar agua y detergente.
- ✓ Sumergir el trapo N° 1 en balde N° 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar (mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, instrumental de trabajo etc.), siempre desde la zona más limpia a la más sucia.
- ✓ Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.
- ✓ En el balde N° 2 (limpio) agregar agua, colocar 100 ml de lavandina, sumergir trapo N° 2, escurrir y friccionar en las superficies.
- ✓ Enjuagar con trapo N° 2 sumergido en balde N° 2 con agua.
- ✓ Dejar secar.
- ✓ El personal que realice estas tareas deberá contar con todos los EPP (guantes impermeables y protectores oculares) a fin de evitar el contacto de la piel, y de las mucosas, con los detergentes y lavandinas utilizados durante las tareas de limpieza.
- ✓ No se deberán mezclar las sustancias utilizadas con otros desinfectantes. Algunos pueden contener amoníaco, y al mezclar pueden generar un vapor peligroso.



Comedores, sanitarios y espacios comunes.

Se deberán reforzar las condiciones de higiene de los espacios comunes particularmente comedores y sanitarios, aumentando la frecuencia de higiene y desinfección de los mismos.

Minimizar la cantidad de personas que utilicen estas instalaciones en forma simultánea. Los platos, vasos cubiertos, mate, deben ser individuales para cada trabajador y no se deben compartir.

Elementos de protección personal a utilizar.

La utilización de estos elementos se evaluará en cada caso, de acuerdo a la tarea a desempeñar. El empleo de estos elementos no reemplaza, ni exime al operario, del uso obligatorio de los elementos de protección personal específicos para la tarea.

 Protección respiratoria	 Guantes	 Protección visual
 Ropa de trabajo: Mameluco descartable	 Calzado: Cubre calzado	



Correcta colocación y retiro de protector respiratorio.

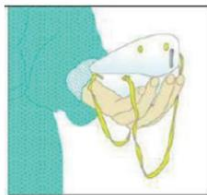
Antes de iniciar el proceso de colocación de un protector respiratorio lávese las manos con agua y jabón, o con alcohol en gel o alcohol al 70%. Es fundamental garantizar la higiene y desinfección de las manos.



1. Retire el protector del envase.



4. Pase el elástico inferior y colóquelo debajo de la oreja y sobre el cuello.



2. Coloque la máscara sobre la palma de la mano con los elásticos libres. No tocar el interior del mismo.



5. Ajuste los costados de la nariz utilizando los dedos.



3. Coloque la máscara sobre su cara con la pieza nasal sobre su nariz. Pase el elástico superior sobre su cabeza.



6. Ajuste correctamente la máscara.

Para verificar que el protector respiratorio se encuentre correctamente colocado posicione las manos como se indica en el punto 5, inhale y exhale suavemente, de ser necesario ajuste el pliegue de la nariz o los elásticos.

Los protectores pierden su efectividad si se utilizan con barba o bigote, y deben ser retirados a través del elástico y sin tocar su frente.



Retiro de los elementos de protección personal (EPP)

Se detalla a continuación los pasos a seguir, para el retiro seguro de los elementos de protección personal:

- ✓ Lavarse las manos con los guantes puestos.
- ✓ Proceder al retiro de la ropa de trabajo con los guantes puestos y guardarla en una bolsa cerrada para su posterior lavado.
- ✓ Lavarse nuevamente las manos con los guantes puestos.
- ✓ Retirar el equipo de protección visual.
- ✓ Lavarse nuevamente las manos con los guantes puestos.
- ✓ Retirarla protección respiratoria desde los elásticos, evitando tocar el frente.
- ✓ Lavarse nuevamente las manos con los guantes puestos.
- ✓ Retirar el calzado sin tocarlo.
- ✓ Retirar los guantes de forma segura, con la técnica que se detalla a continuación:









b



Recomendaciones "In Itinere".

Estas recomendaciones son aplicables para el trayecto que se realiza entre el hogar y el trabajo.

En viajes cortos, si es posible, optar por caminar o utilizar la bicicleta.	
Si existe la posibilidad optar por la utilización del vehículo particular. Recomendamos mantenerlo ventilado, y realizar limpiezas e higienizaciones frecuentes.	
Llevar siempre un kit de higiene personal.	
Higienizar frecuentemente las manos, sobremodo antes, durante y después de los desplazamientos que vayas a realizar.	
Evitar tocarse la cara.	
En los transportes públicos, evitar el uso de los asientos próximos al chofer. Respetar las distancias mínimas recomendadas	
Evitar los aglomerarse en los puntos de acceso al transporte que vas a utilizar.	
ATENCIÓN: No utilizar el transporte público si existe la sospecha de estar enfermo, o poseer síntomas de coronavirus (fiebre, dolor de garganta, tos, dificultad respiratoria).	
Debe cubrir la boca y nariz al toser o estornudar. Utilizar un pañuelo descartable o el pliegue del codo.	