

# **PASOS A SEGUIR POR EL EMPRESARIADO PARA REDUCIR EL RIESGO DE EXPOSICIÓN AL COVID19 EN LOS CENTROS DE TRABAJO**

**Actualizado 13/04/2020**

## Contenido

1.-	ASPECTOS GENERALES .....	3
2.-	DESCRIPCION DE LOS DIFERENTES PASOS A SEGUIR .....	4
3.-	ANEXOS .....	13

## 1.- ASPECTOS GENERALES

A continuación, se describen los pasos básicos que puede seguir el Empresario o empresaria para reducir el riesgo de exposición de las personas trabajadoras al Covid19 en los Centros de Trabajo, teniendo en cuenta la modalidad de organización preventiva adoptada (Servicio de Prevención Ajeno, Servicio de Prevención Propio, Servicio de Prevención Mancomunado, propio empresario o empresaria o combinación de los anteriores):

### **PASO 1:**

**Evitar el riesgo.** Adopción de medidas generales para evitar la exposición y/o propagación.

### **PASO 2:**

**Evaluación del riesgo** de exposición de forma que permita clasificar a las y los trabajadores en 3 niveles (exposición de riesgo, exposición de bajo riesgo y baja probabilidad de exposición) y de esta forma graduar las medidas preventivas en función del riesgo evaluado.

### **PASO 3:**

**Planificación de la actividad preventiva** según los 4 niveles de riesgo descritos anteriormente, con medidas preventivas jerarquizadas:

- 1- Medidas de tipo organizativo
- 2- De protección colectiva
- 3- De protección individual
- 4- Formación e información

### **PASO 4:**

**Medidas de control.**

En cuanto a las medidas enfocadas a la prevención de la infección (desinfección) e identificación y medidas a tomar ante personal que pueda ser calificado como caso posible, probable o confirmado o como contacto estrecho de persona sintomática, el empresario o empresaria deberá atenerse a las instrucciones de las Autoridades Sanitarias competentes en la materia.

Para ello deberá implementar un procedimiento que garantice la información en todo momento de las medidas que se determinen en tal sentido.

## 2.- DESCRIPCION DE LOS DIFERENTES PASOS A SEGUIR

### PASO 1 – EVITAR EL RIESGO

Adopción de medidas generales para evitar la exposición y/o propagación:

#### a) De tipo organizativo:

1. Establecer sistemas de trabajo a distancia siempre que sea posible. Organizar para que se trabaje desde casa.
2. Estudiar y organizar los desplazamientos al trabajo para fomentar los viajes en coche en solitario o en transporte que permita la distancia de seguridad
3. Flexibilizar horarios para asegurar la conciliación laboral y familiar y para evitar aglomeraciones de personas en las entradas y salidas
4. Garantizar que el personal sensible y todo personal que muestre síntomas como fiebre, tos, dificultad respiratoria, dolor de garganta u otros similares, no acuda a trabajar permaneciendo en sus domicilios. Esta garantía puede conseguirse con formación, información y el compromiso de las personas trabajadoras
5. Si la persona trabajadora ha tenido contacto estrecho <sup>1</sup> con una persona enferma sintomática se mantendrá en cuarentena domiciliaria durante 14 días y realizará seguimiento pasivo de aparición de síntomas. La empresa evitará que estos contactos acudan a trabajar
6. Minimizar contacto entre las personas trabajadoras, aumentando las distancias entre ellas (2 metros). Analizar la distribución y organización espacial, así como de procesos de trabajo, tales como el trabajo en recintos y pabellones cerrados, salas de preparación y selección, etc., para garantizar la distancia de seguridad. Evitar concurrencia en espacios confinados como son silos, almacenes, etc.
7. Establecer horarios y turnos especiales para reducir el número de trabajadoras y trabajadores presentes al mismo tiempo en los lugares de trabajo.
8. Limitar el uso de vestuarios y servicios higiénicos (retretes, etc.).
9. Eliminar reuniones y viajes no esenciales.

---

<sup>1</sup> Se clasifica como contacto estrecho de casos posibles, probables o confirmados a:

- cualquier persona que haya proporcionado cuidados mientras el caso presentaba síntomas: trabajadoras o trabajadores sanitarios que no han utilizado las medidas de protección adecuadas, 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.

10. Eliminar salvo para casos imprescindibles:
  - a. El uso de ascensores e instalaciones auxiliares no esenciales.
  - b. La manipulación de mecanismos de apertura de puertas y teclados de uso común (mantener las puertas abiertas y eliminar el uso de máquinas dispensadoras).
  - c. El uso de comedores siempre que sea posible, limitando al máximo la manipulación y consumo de alimentos en los centros de trabajo.
  - d. El uso de pasamanos en escaleras.
11. Incrementar las labores de limpieza y desinfección,<sup>2</sup> realizándolas varias veces en cada jornada laboral: suelos, teclados, pupitres de mando, mesas, interruptores, manillas, grifos, etc.
12. Asegurarse de que las y los trabajadores tienen un fácil acceso a agua y jabón. En los lugares en los que esto no sea posible, distribuir en el centro de trabajo geles hidroalcohólicos para la higiene de manos, papel desechable para secado y papeleras. Las papeleras contendrán una bolsa que pueda cerrarse y tapa. Es conveniente que tengan un mecanismo de apertura de pedal. Regular la eliminación de residuos de papeleras, etc.
13. Coordinarse con Contratas y ETT's en cuanto a las medidas adoptadas y evaluación del riesgo del personal afectado.
14. Revisar los procedimientos de trabajo para reducir la duración, frecuencia e intensidad de la exposición al riesgo, identificando operaciones esenciales y eliminando retrasando el resto de operaciones.
15. Estudiar la designación de una persona de la dirección o una trabajadora o trabajador para realizar la coordinación de las actividades excepcionales de prevención durante la crisis del Covid-19, que sea punto de referencia para el conjunto de las y los trabajadores de la empresa. Es importante la información y participación de las personas trabajadoras.
16. Registrar las acciones: se recomienda llevar a cabo un libro o agenda de registro de acciones que se tomen, especificando la fecha, la hora, las personas responsables, etc., y guardar toda la documentación que pueda generarse: partes de limpieza, controles externos de mantenimiento, albaranes de servicios, bajas laborales, etc.

---

<sup>2</sup> Estos virus se inactivan tras 5 minutos de contacto con desinfectantes comunes.

- Utilizar siempre dilución recién preparada
- Para conseguir las concentraciones recomendadas a partir de lejías comerciales:
- Lejía comercial de 50g/l: añadir 25 ml de lejía en 1 litro de agua.
- Lejía comercial de 40g/l: añadir 30 ml de lejía en 1 litro de agua.

\*Como ejemplo, una "cuchara de sopa" equivale a 15ml.

**b) De protección colectiva:**

1. Incrementar ratios de ventilación de los lugares de trabajo.
2. Automatizar procesos para sustituir a trabajadoras y trabajadores y por lo tanto reducir su exposición.
3. Emplear controles telemáticos para sustituir al control presencial humano.

**c) Equipos de Protección Individual (Epi's)**

1. Uso exclusivo de Epi's en función del riesgo y como última medida entre la persona y el riesgo, tras haber tomado previamente las medidas organizativas y colectivas antes citadas.
2. Formar a las y los trabajadores en el uso de Epi's, especialmente en su colocación y retirada.
3. Mantener, almacenar, usar y eliminar correctamente los Epi's
4. Seguir empleando los Epi's necesarios para el desarrollo del trabajo habitual.

**d) Formación e información**

1. Formar e informar al personal sobre las medidas de prevención específicas relacionadas con el Covid19.
2. Recordar varias veces en la jornada, personalmente o por megafonía, la necesidad de reducir al máximo el contacto manos/cara y de lavarse frecuentemente las manos.
3. Informar y recordar instrucciones para lavarse las manos adecuadamente <sup>3</sup>
4. Difundir las recomendaciones para prevenir el coronavirus <sup>4</sup>

---

<sup>3</sup> Instrucciones para lavarse las manos adecuadamente

[http://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/material\\_coronavirus/es\\_def/adjuntos/cartel\\_infec coronavirus\\_es.pdf](http://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/material_coronavirus/es_def/adjuntos/cartel_infec coronavirus_es.pdf)

<sup>4</sup> Recomendaciones para prevenir el coronavirus

[http://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/recomendaciones\\_coronavirus/es\\_def/adjuntos/coronavirus-proteccion.pdf](http://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/recomendaciones_coronavirus/es_def/adjuntos/coronavirus-proteccion.pdf)

## PASO 2 – EVALUACION DEL RIESGO DE EXPOSICION

En función de la naturaleza de las actividades, de los mecanismos de transmisión del coronavirus SARSCoV-2 y de si el contacto laboral con personas sintomáticas es estrecho o no <sup>1</sup>, podemos establecer 3 niveles de riesgo o escenarios de exposición en los que encuadrar los diferentes puestos de trabajo con los que cuente la empresa<sup>2</sup>. Una persona trabajadora puede verse ubicada en uno o más escenarios en función de las actividades que desarrolle. A veces el trabajo se realiza en las condiciones que corresponden a un solo escenario de exposición, pero en otras la persona trabajadora puede realizar tareas diferentes, y cada una de ellas podría encuadrarse en distintos escenarios<sup>3</sup>. A cada uno de los escenarios le corresponden, a su vez, distintas medidas de prevención y protección.

### 1. Baja probabilidad de exposición:

Personas trabajadoras sin atención directa al público, o a más de 2 metros de distancia, o con medidas de protección colectiva que evitan el contacto, por ejemplo:

1. Personal administrativo.
2. Personal técnico de transporte sanitario con barrera colectiva, sin contacto directo con el o la paciente.
3. Conductores y conductoras de transportes públicos.
4. Personal de seguridad.

### 2. Exposición de bajo riesgo:

- Personal sanitario cuya actividad laboral **no incluye contacto estrecho** con una persona sintomática, por ejemplo:
  - Acompañantes para traslado.
  - Celadores y celadoras, camilleros y camilleras, personal de limpieza.
- Personal de laboratorio responsable de las pruebas de diagnóstico virológico.
- Personal no sanitario que tenga contacto con material sanitario, fómites o desechos posiblemente contaminados.

---

<sup>1</sup> Protocolos de vigilancia epidemiológica coronavirus (SARS-CoV-2). Departamento de Salud y Procedimiento de actuación frente a casos de infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2). Ministerio de Sanidad.

<sup>2</sup> Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2. Ministerio de Sanidad.

<sup>3</sup> Nota interpretativa de los escenarios de riesgo de exposición establecidos en el procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-COV-2). Ministerio de Sanidad.

### 3. Exposición de riesgo

Aquellas situaciones laborales en las que se puede producir un contacto estrecho con un caso probable o confirmado de infección por el SARS-CoV-2, sintomático.

- Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende a una persona sintomática.
- Personal técnico de transporte sanitario, si hay contacto directo con la persona sintomática trasladada.
- Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en el trabajo con una persona sintomática.

En el ámbito sanitario, dentro de este grupo de exposición de riesgo, se establece una clasificación de las exposiciones:

- **Exposición de alto riesgo:** realización de procedimientos que generen aerosoles, como aspiración del tracto respiratorio, intubación o broncoscopia, o maniobras de reanimación sin el equipo de protección adecuado.
- **Exposición de bajo riesgo:** el resto de procedimientos asistenciales.

## PASO 3 – PLANIFICACION DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA (MEDIDAS PREVENTIVAS)

### A) BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN

Las indicadas a nivel general (paso 1). De estas, las que no hay que olvidar:

#### a) Medidas organizativas

- Asegurar la implantación y del seguimiento de medidas de higiene en los centros de trabajo.
  - Lavado frecuente de manos.
  - Asegurar la existencia de dispensadores de jabón líquido y papel para secado de manos. Cuando no haya posibilidad de lavado de manos con agua y jabón, proporcionar un desinfectante de base alcohólica.
  - Asegurar la existencia de papeleras recubiertas con bolsas de basura.
  - Limpieza exhaustiva de las superficies.

- En los espacios en los que exista atención al público, además de las recomendaciones anteriores, asegurar la existencia de pañuelos de papel desechables y de papeleras recubiertas con bolsa de basura.
- Informar de las medidas preventivas y limitar el aforo de acceso a las instalaciones (número máximo, entrada de uno en uno, filas separadas, etc.).
- Limitar el contacto presencial y cara a cara: trabajo por teléfono, teletrabajo, etc.

**b) De protección colectiva**

- Implantar barreras físicas de separación: uso de interfonos, ventanillas, mamparas de metacrilato, cortinas transparentes, etc.
- Delimitación y mantenimiento de distancia en mostradores, ventanillas de atención, etc.

**c) De protección individual**

**No es necesario el uso de EPI.** Sin embargo, en ciertas situaciones tales como la falta de cooperación de una persona sintomática, se indicará la utilización de protección respiratoria y guantes de protección.

**d) Formación e información**

- Dar instrucciones para lavarse las manos adecuadamente.
- Difundir recomendaciones para prevenir el coronavirus.
- Colocación de información visual (carteles, folletos, etc.) en lugares estratégicos.

**B) EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO**

Además de las medidas identificadas a nivel general (paso 1), se deberán tomar las siguientes:

**e) Medidas organizativas**

1. Asegurar la implantación y seguimiento de medidas de higiene en los centros de trabajo (las mismas que en la baja probabilidad de exposición)
2. Realizar un registro de cada una de las personas profesionales sanitarias que hubieran entrado en contacto con cualquier paciente a efectos de control y seguimiento

**f) De protección colectiva**

1. Implantar barreras físicas de separación: uso de interfonos, ventanillas, mamparas de metacrilato, cortinas transparentes, etc.
2. Delimitación de distancia en mostradores, ventanillas de atención, etc.

**g) De protección personal**

1. Seleccionar y proponer la combinación necesaria de Epi's de protección biológica en función del nivel de riesgo evaluado (guantes, gafas, ropa de protección, pantallas, mascarillas, etc.).
2. Seleccionar los Epi's según el ajuste de los mismos, su posibilidad de descontaminación, disponibilidad en el mercado, etc.
3. El personal sanitario que atienda a casos de infección por SARS-CoV-2 o las personas que entren en la habitación de aislamiento, tales como el personal de limpieza u otros, deben llevar un equipo de protección individual para la prevención de infección por microorganismos transmitidos por gotas y por contacto. Debe incluir bata, mascarilla (quirúrgica o FFP2, según el tipo de procedimiento a realizar y siempre asegurando las existencias suficientes para las situaciones en las que su uso esté expresamente indicado), guantes y protección ocular. Es especialmente importante asegurar el buen funcionamiento y sellado adecuado de las mascarillas de protección respiratoria utilizadas.
4. Se cumplirá una estricta higiene de manos antes y después del contacto con el o la paciente y de la retirada del equipo de protección.

**h) Formación e información**

1. Formar al personal en el uso de los Epi's y de las medidas preventivas específicas para su nivel de riesgo.
2. Formar a las personas trabajadoras en el mantenimiento, almacenamiento adecuado y eliminación final de los Epi's seleccionados para este nivel de riesgo.
3. Dar instrucciones para lavarse las manos adecuadamente.
4. Difundir las recomendaciones para prevenir el coronavirus.
5. Colocación de información visual (carteles, folletos, etc.) en lugares estratégicos.

## C) EXPOSICIÓN DE RIESGO

Además de las medidas identificadas a nivel general y a nivel de riesgo medio, se deberán tomar las siguientes:

### a) Medidas organizativas

1. Asegurar de forma generalizada evitar el contacto cara a cara: uso de teléfonos, teletrabajo, ventanillas, etc.
2. Intensificar el control y mantenimiento de las rutinas de seguridad, en especial en lo relativo a medidas de higiene, exposición y reducción de la exposición a posibles focos.
3. Realizar un registro de cada una de las personas profesionales sanitarias que hubieran entrado en contacto con cualquier paciente a efectos de control y seguimiento

### b) De protección colectiva

El virus SARS.Cov-2 es un virus de la familia de los *coronaviridae*, clasificados en el RD 664/1997 como de nivel 2. Por lo tanto, aunque las medidas que se proponen no son de carácter obligatorio, en los lugares en los que fuera posible, sería recomendable:

1. Revisar los sistemas de ventilación, y en su caso instalar filtros de alta eficiencia (Hepa)
2. Dotarse de algún recinto con sistemas de presión negativa.
3. Adoptar medidas de seguridad biológica de nivel 3. En laboratorios.

### c) De protección personal

1. Seleccionar la combinación necesaria de Epi's en función del nivel de riesgo evaluado (guantes, gafas, ropa de protección, pantallas, mascarillas, etc.).
2. Seleccionar los Epi's según el ajuste de los mismos, su posibilidad de descontaminación, disponibilidad en el mercado, etc.
3. El personal sanitario que atienda a casos de infección por SARS-CoV-2 o las personas que entren en la habitación de aislamiento, tales como el personal de limpieza u otras deben llevar un equipo de protección individual para la prevención de infección por microorganismos transmitidos por gotas y por contacto. Debe incluir bata, mascarilla (quirúrgica o FFP2, según el tipo de procedimiento a realizar y siempre asegurando las existencias suficientes para las situaciones en las que su uso esté expresamente indicado), guantes y protección ocular. Es especialmente importante asegurar el buen funcionamiento y sellado adecuado de las mascarillas de protección respiratoria utilizadas.
4. **Exposición de alto riesgo:** Los procedimientos que generen aerosoles, se deben realizar únicamente si se consideran estrictamente necesarios para el manejo clínico del caso. Para la realización de dichos procedimientos, se deberá reducir al

mínimo el número de personas en la habitación y todos deberán llevar:

- a. Mascarilla autofiltrante FFP2 o FFP3 si hay disponibilidad.
  - b. Protección ocular ajustada de montura integral o protector facial completo.
  - c. Guantes.
  - d. Batas de manga larga (si la bata no es impermeable y se prevé que se produzcan salpicaduras de sangre u otros fluidos corporales, añadir un delantal de plástico).
5. Se cumplirá una estricta higiene de manos antes y después del contacto con el paciente y de la retirada del equipo de protección.

**d) Formación e información**

1. Formar al personal en el uso de los Epi's y de las medidas preventivas específicas para su nivel de riesgo medio.
2. Formar a las personas trabajadoras en el mantenimiento, almacenamiento adecuado y eliminación final de los Epi's seleccionados para este nivel de riesgo.
3. Dar instrucciones para lavarse las manos adecuadamente.
4. Difundir las recomendaciones para prevenir el coronavirus.
5. Colocación de información visual (carteles, folletos, etc.) en lugares estratégicos.

**PASO 4 - CONTROL**

1. Establecer los mecanismos que aseguren la actualización permanente de la evaluación de riesgos, especialmente en lo referente a la clasificación de los trabajadores según el nivel de riesgo y la aplicación de las medidas preventivas correspondientes.
2. Actualizar y difundir el Plan de Emergencia, teniendo en cuenta la situación actual.
3. Establecer un plan de emergencia específico para el mantenimiento de las comunicaciones entre los diferentes niveles jerárquicos de la empresa en la situación actual.

### 3.- ANEXOS

#### 1. Legislación aplicable

- a. Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de prevención de Riesgos Laborales.
- b. Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- c. 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.
- d. Real Decreto-ley 8/2020, de 17 de marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19.

#### 2. Protocolos de Sanidad y Salud Pública

- Procedimiento de actuación frente a casos de infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2).  
[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Procedimiento\\_COVID\\_19.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Procedimiento_COVID_19.pdf)
- Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2.  
<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRL COVID-19.pdf>
- Otros muchos procedimientos más específicos pueden encontrarse en:  
<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>

#### 3. Guías técnicas del INSST

- Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos.  
<https://www.insst.es/documents/94886/203536/Gu%C3%ADa+t%C3%A9cnica+para+la+evaluaci%C3%B3n+y+prevenci%C3%B3n+de+los+riesgos+relacionados+con+la+exposici%C3%B3n+a+agentes+biol%C3%B3gicos/22fd163d-8d8f-4259-a571-c0c14aeebeaf>