

# Recomendaciones del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales sobre prevención del contagio de COVID-19

Actualización del documento de recomendaciones preventivas – 31 de marzo de 2020

(versión anterior: 20 de marzo)

En cumplimiento de los objetivos del estado de alarma declarado el pasado 14 de marzo, esto es, proteger la salud y seguridad de los ciudadanos, contener la progresión de la enfermedad y reforzar el sistema de salud pública, se requiere por parte de este Servicio, el facilitar unas recomendaciones preventivas y recordar a todos los empleados el cumplimiento de su deber de colaboración.

Teniendo en cuenta la publicación el 29 de marzo, del Real Decreto-ley 10/2020, con el fin de reducir la movilidad de la población en el contexto de la lucha contra el COVID-19, la primera recomendación preventiva tiene que ir dirigida a disminuir la movilidad de la población facilitando a todos los trabajadores la posibilidad de permanecer en sus domicilios y articulando la forma de desarrollar su trabajo desde allí.

En consecuencia, para los casos en los que excepcionalmente sea indispensable que los empleados acudan a su centro de trabajo de manera presencial (*personas que trabajan para operadores críticos de servicios esenciales, exceptuado el sector sanitario*, según se mencionan en el PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA LOS SERVICIOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL SARS-CoV-2, de 30 de marzo de 2020) sigue prevaleciendo el principio de poder mantener las condiciones exigidas de seguridad y salud y la organización deberá establecer un sistema de rotación entre los trabajadores que acudan al trabajo, así como contar con la posibilidad de sustitución de los mismos en caso de contagio o aislamiento, y dotar a dichos trabajadores presenciales de los equipos necesarios (mascarillas, guantes e hidrogeles) para colaborar en el control de la epidemia, como una recomendación más dentro del conjunto de medidas recomendadas por el Ministerio de Sanidad.

Es importante recordar que estas medidas se establecen en base a la situación actual y que pueden ser modificadas para adaptarse a la situación epidemiológica según determine el Ministerio de Sanidad con base en la evolución de la misma, por tanto, este documento se irá actualizando según resulte necesario.

Estas recomendaciones preventivas frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-COV-2) se basan, **de modo general**, en las siguientes consideraciones:

- **Los riesgos de exposición corresponden a situaciones de actividad laboral no sanitaria.**
- **Se facilitarán los medios para la realización de tareas por los trabajadores de manera telemática desde el domicilio en aplicación del R.D. 463/2020 y del Real Decreto-ley 10/2020.**
- **Sólo si la unidad considera indispensable y justifica de manera suficiente la necesidad del trabajo presencial de los empleados en los centros, los trabajadores acudirán a los centros de trabajo y, siempre, asegurando que sus puestos de trabajo mantienen las necesarias condiciones de acuerdo a las normas de prevención, precaución y seguridad establecidas por la autoridad sanitaria en la gestión de la alerta.**
- **Los desplazamientos nacionales en internacionales están suspendidos.**

En consecuencia, para los puestos y tareas **en los que la presencia del trabajador sea estrictamente imprescindible** para el buen desarrollo de la actividad del Departamento, se deberán implantar las siguientes recomendaciones, de manera específica:

**1. Para puestos de ATENCIÓN AL PÚBLICO:**

- No está justificada la apertura al público ni, por tanto, el trabajo de manera presencial en los puestos de Registro, Atención al Ciudadano, Venta de Publicaciones o Biblioteca, por lo que el trabajo deberá prestarse sustitivamente con atención telefónica o telemática.
- **Excluidas estas unidades, las siguientes recomendaciones son de aplicación al Control de Entradas de la puerta principal de la sede central, donde se deberá:**
  - Destinar como único puesto presencial de atención al público el espacio habilitado para todo tipo de posibles usuarios, incluidos los de movilidad restringida y con bucle para sordos.
  - En todos los puestos del control se mantendrá la mampara instalada a modo de barrera que se limpiará con frecuencia suficiente y siempre entre los turnos sucesivos.
  - Respecto a los trabajadores, se establecerán turnos que garanticen el servicio, lo que implicará la disminución del número de trabajadores en cada turno y el tiempo de exposición en el puesto.
  - Se facilitarán dispensadores de hidrogel en la cercanía del puesto.
  - Se reducirá la acumulación de usuarios en espera, limitando la entrada individualizada de los mismos y ordenando su acceso desde el espacio de la explanada exterior.
  - Se intensificará la limpieza de todas las superficies, con los detergentes habituales.
  - Se pondrá a disposición de los trabajadores mascarillas y guantes con efecto barrera, siempre de manera complementaria al cumplimiento de la implantación del resto de las medidas de protección colectiva (disminución de la exposición, distancia, barrera estructural).

**2. Para reuniones de trabajo**

- Se facilitará y priorizará en todo momento sólo reuniones de forma telemática.
- Sólo **en casos imprescindibles, se realizarán reuniones presenciales** manteniendo las normas previstas por la autoridad sanitaria:
  - Se mantendrá la distancia de seguridad entre los asistentes, respetando al menos dos metros de distancia entre ellos.
  - Se evitará cualquier contacto o saludo físico.
  - Se facilitarán dispensadores de hidrogel en la sala de reuniones.
  - Se conservarán los datos de contacto de los asistentes a las reuniones, durante al menos 3 semanas, en base a futuras comunicaciones sobre el estado de salud de los mismos.
  - Se procederá a la limpieza de la sala y las superficies de trabajo después de la celebración de cada reunión.

**3. En espacios habilitados con múltiples puestos para la gestión de la crisis sanitaria:**

- Los puestos deberán permitir la distancia de seguridad entre los trabajadores de al menos **dos metros** entre ellos.
- Si los puestos se ocupan por turnos y por diferentes trabajadores, entre uno y otro turno se procederá a la limpieza de las superficies de trabajo: mesa, monitor, teclado, ratón, teléfono y silla.
- En los call center y puestos similares, si se utilizan auriculares individuales, no podrán ser compartidos.

#### 4. En los espacios comunes

- Se incrementará la frecuencia de limpieza en zonas sensibles: pomos, pasamanos, aseos, interruptores, ascensores, etc.
- Se mantendrá actualizada la cartelería para la información general sobre las medidas de prevención, lavado y limpieza, especialmente en los aseos.
- Se evitará el uso de ascensor de forma compartida.
- Deberán permanecer abiertas todas las puertas de acceso interiores (puertas de despacho, de pasillo, aseos...) con el fin de evitar tener que manipular los pomos.
- Se evitará cualquier contacto o saludo físico entre los empleados.

En cualquier caso, y siempre después de asegurar que han sido implantadas las medidas de protección colectiva (disminución de la exposición, distancia, barrera estructural) conforme a los principios de la prevención, se pondrá a disposición de los trabajadores que tengan presencia obligada en las instalaciones del Departamento un equipamiento con efecto barrera consistente en mascarillas y guantes, colaborando así con los objetivos de control de la alerta sanitaria.

En relación a actuaciones y medidas relativas a **incidencias por contacto o síntomas**, es de aplicación el [PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN FRENTE A CASOS DE INFECCIÓN POR EL NUEVO CORONAVIRUS \(SARS-CoV-2\)](#) actualizado a fecha 15 de marzo de 2020.

Como ha comunicado el servicio médico en su página de [intranet](#), los trabajadores **que realizan tareas de manera presencial** pueden contactar, a través del correo [serviciomedicoscc@mscbs.es](mailto:serviciomedicoscc@mscbs.es) o personalmente, en caso de:

- Presentar factores de riesgo o condiciones personales de especial sensibilidad (diabetes, enfermedad cardiovascular, hipertensión, enfermedad hepática crónica, enfermedad pulmonar crónica, enfermedad renal crónica, inmunodeficiencia, cáncer en fase de tratamiento activo, embarazo y mayores de 60 años)
- Conocer o sospechar que son contactos estrechos o casuales con un enfermo de COVID 19.
- Síntomas compatibles con la infección por coronavirus.

Complementariamente, **a los trabajadores que desempeñan tareas desde el domicilio** se recomienda:

- Tratar, en lo posible, de evitar interferencias entre el ámbito laboral y el doméstico. Para ello:
  - Delimitar y adaptar un lugar específico para el trabajo, con buena luz y disponiendo los muebles y materiales según los [consejos preventivos](#) para el trabajo con ordenador.
  - Establecer un tiempo, con principio y final, de jornada para el trabajo, incluyendo las pausas necesarias para recuperar el ritmo.
  - Compartir estas circunstancias con las personas con las que se convive para que las tengan en cuenta.
- Planificar la realización de las tareas marcando una disciplina de control de lo realizado:
  - Dar prioridad a lo solicitado a corto plazo, evitando interrupciones o multitareas.
  - Evitar postergar lo solicitado a medio plazo y prevenir su acúmulo.
- Mantener el contacto con los compañeros de trabajo y la coordinación con los objetivos del trabajo que se va realizando para permanecer con visión de conjunto y de equipo.