



EMPLEANDO  
**FUTUROS**

# **MANUAL OPERATIVO POR MOTIVO DE LA PANDEMIA COVID-19 PARA CENTROS DE TRABAJOS: MICRO, PEQUEÑA Y MEDIANA EMPRESA (MiPyME)**

---

Manual actualizado según las instrucciones públicas por la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social del 30 de abril de 2020, las cuales establecen las medidas para aperturas de diferentes establecimientos.

---

**VERSIÓN 1.0**

# TABLA DE CONTENIDO

---

Introducción.....	3
Antecedentes.....	5
Objetivos.....	8
Alcance.....	9
Documentos Asociados al Manual.....	9
Definiciones y/o Abreviaturas.....	10
Principios Básicos de Bioseguridad.....	13
Protocolos y Medidas Preventivas Generales.....	17
Protocolos y Medidas Preventivas Específicas.....	26
Recomendaciones Generales.....	60
Consideraciones Finales.....	64
Referencias Bibliográficas.....	68
Anexos.....	70

# INTRODUCCIÓN

---

El presente Manual Operativo tiene por objeto ofrecer informaciones concretas de conductas y de procedimientos de bioseguridad a ser aplicados en los distintos rubros laborales de las MIPYME. Su propósito es concientizar a la comunidad del rubro antes mencionado, sobre los riesgos y peligros a la integridad física que podrían existir en el ámbito laboral causados por el virus COVID-19, por lo que pretende abarcar todos los procedimientos y normas de bioseguridad necesarios para la reducción del impacto de la pandemia del virus COVID-19.

Todo lo establecido en este Manual Operativo fue extraído de normas y protocolos vigentes a nivel nacional y mundial, por lo que deberá ser ajustado y ampliado constantemente, a fin de mantener la actualidad y pertinencia necesarias. De igual manera, las autoridades correspondientes realizarán periódicos procesos de evaluación de riesgo, a fin de actualizar constantemente este manual. El manual pretende elaborar el plan de gestión de la bioseguridad en sus ámbitos de trabajo (MIPYME), partiendo de los aspectos generales considerados en este documento, y se ocuparán de socializar suficientemente este documento, velar por su cumplimiento, y promover la capacitación periódica en materia de bioseguridad para todos los usuarios de los servicios brindados en esta área laboral.

Se advierte que lo indicado en este Manual Operativo debe leerse en consonancia con las disposiciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y su guía más reciente en relación con la preparación, prevención, y control de la COVID-19 documentos de referencia de entes nacionales rectores en salud. Las recomendaciones que aparecen en las secciones siguientes, bajo un enfoque de prevención, podrían contribuir a la contención de la pandemia y la protección del personal.



# ANTECEDENTES

---

En enero de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró como emergencia de salud pública de importancia internacional el brote de enfermedad por un nuevo coronavirus en la provincia de Hubei (China). La OMS indicó que existe un alto riesgo de que la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) se propague a otros países del mundo. La OMS y las autoridades de salud pública de todo el mundo están adoptando medidas para contener el brote de COVID-19. Sin embargo, no puede darse por sentado el éxito a largo plazo. Todos los sectores de la sociedad, incluidas las empresas y los empleadores, deben asumir sus responsabilidades para detener la propagación de la enfermedad.

Entre el 31 de diciembre de 2019 y el 28 de febrero de 2020, se reportaron 83,867 casos confirmados por el laboratorio de infección por COVID-19 afectando a esa fecha un total de 54 países. Para entonces, se reportaba un número creciente de infecciones,



la mayoría de ellos asociadas con las visitas o contactos de pacientes que habían estado en un país afectado por la epidemia de Covid19. Entre los países afectados en América se han reportado casos confirmados en: Canadá, Estados Unidos, Brasil, México, Guatemala, El Salvador, Honduras, Costa Rica, Panamá, Ecuador, Argentina, Paraguay, Uruguay y Chile. Tomando estas consideraciones atípicas, COVID-19 fue declarada pandemia mundial, por la organización mundial de la salud debido a que está presente en la mayoría de países del mundo.

A nivel regional, existe una creciente preocupación por la propagación internacional del virus a otros países, ya que se han informado casos confirmados en viajeros y sus contactos cercanos en 70 países, incluidos cinco países de la región centroamericana. En vista que el periodo de incubación del virus oscila entre 2-14 días, existen desafíos para diagnosticar la mayoría de los casos, debido a síntomas inespecíficos y la posibilidad de Co-circulación de otros patógenos respiratorios (por ejemplo, influenza, MERS, SARS, VSR, afecciones respiratorias comunes y alergias propias de la época), por lo tanto, es probable que ocurra una transmisión no detectada adecuadamente en tiempo y forma. Ante esta situación la Región Nor-Occidental del IHSS como garante de la salud del derecho habiente ha presentado estudios ante las autoridades de SINAGER y SESAL sobre los posibles escenarios y casos para enfrentar la epidemia en la República de Honduras.



El Decreto PCM 005-2020, del 10 de febrero 2020, en su artículo número 1, el gobierno de la república se declara emergencia sanitaria en todo el territorio nacional, con el propósito de prevención control y garantía de atención de los pacientes ante la probable ocurrencia de infección por Coronavirus.

# OBJETIVOS

---

- 1.** Adoptar medidas apropiadas para informar, proteger, fomentar y promocionar la salud de todo el personal que labora en el centro de trabajo. Difundiendo los instructivos y las medidas de prevención que se emitan y adopten sobre el COVID-19.
- 2.** Promover programas de capacitación sobre los riesgos a los que se encuentran expuestos las/los trabajadoras y demás colaboradores en el centro de trabajo, haciendo énfasis en las medidas de control y prevención biológicas.
- 3.** Promocionar el desarrollo de programas permanentes de seguridad y salud en el centro de trabajo, con el fin de poder respaldar la implementación y supervisión de las acciones llevadas a cabo por la empresa.
- 4.** Establecer prácticas de trabajo seguro para el desarrollo de actividades que implican la estandarización de normas que den cumplimiento a los estándares de bioseguridad, con el fin de reducir y prevenir la propagación de virus COVID-19.



# ALCANCE

---

El presente Manual Operativo aplica para todas las actividades realizadas dentro de los distintos rubros de las MIPYME o en representación de la misma, en donde se presente exposición a factor de riesgo biológico COVID-19.

# DOCUMENTOS ASOCIADOS AL MANUAL

---

- Estado de emergencia Coronavirus de PCM – 005 -2020
- Aumento vigencia de estado de emergencia PCM – 023 -2020
- Comunicado SINAGER 04 – 03 – 2020
- Comunicado salud 10 – 03 – 2020

# DEFINICIONES Y/O ABREVIATURAS

---

**BIOSEGURIDAD:** Se define como el conjunto de medidas preventivas, destinadas a mantener el control de factores de riesgo laborales procedentes de agentes biológicos, físicos o químicos, logrando la prevención de impactos nocivos, asegurando que el desarrollo o producto final de dichos procedimientos no atenten contra la salud y seguridad de trabajadores de la salud, pacientes, visitantes y el medio ambiente.

**ELEMENTO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP):** Es cualquier equipo o dispositivo destinado ha ser llevado o sujetado por el trabajador para que le proteja de uno o varios riesgos y que pueda aumentar su seguridad y salud en el trabajo.

**ACCIDENTE DE TRABAJO:** Es accidente de trabajo todo suceso repentino que sobrevenga por causa o con ocasión del trabajo, y que produzca en el trabajador una lesión orgánica, una perturbación funcional o psiquiátrica, una invalidez o la muerte.

**FACTOR DE RIESGO:** Es todo elemento cuya presencia o modificación, aumenta la probabilidad de producir un daño a quien está expuesto a él.

**FACTORES DE RIESGO BIOLÓGICO:** Todos aquellos seres vivos ya sean de origen animal o vegetal y todas aquellas sustancias derivadas de los mismos, presentes en el puesto de trabajo y que pueden ser susceptibles de provocar efectos negativos en la salud de los trabajadores. Efectos negativos se pueden concertar en procesos infecciosos, tóxicos o alérgicos.

**EFECTO POSIBLE:** La consecuencia más probable (lesiones a las personas, daño al equipo, al proceso o a la propiedad) que puede llegar a generar un riesgo existente en el lugar de trabajo.

**ENFERMEDAD LABORAL:** Es enfermedad laboral la contraída como resultado de la exposición a factores de riesgo inherentes a la actividad laboral o del medio en el que el trabajador se ha visto obligado a trabajar. El Gobierno Nacional, determinará, en forma periódica, las enfermedades que se consideran como laborales y en los casos en que una enfermedad no figure en la tabla de enfermedades laborales, pero se demuestre la relación de causalidad con los factores de riesgo ocupacional serán reconocidas como enfermedad laboral, conforme lo establecido en las normas legales vigentes.

**NORMAS DE BIOSEGURIDAD:** Medidas de precaución que deben aplicar los trabajadores de las áreas asistenciales al manipular sangre, secreciones, fluidos corporales o tejidos provenientes de todo paciente, independiente de su diagnóstico.

**PRECAUCIONES UNIVERSALES:** Conjunto de técnicas y procedimientos destinados a proteger al personal que conforma el equipo de salud de la posible infección con ciertos agentes, principalmente Virus de la Inmunodeficiencia Humana, Virus de la Hepatitis B, Virus de la Hepatitis C, entre otros, durante las actividades de atención a pacientes o durante el trabajo con sus fluidos o tejidos corporales.

**PREVENCIÓN:** Es el conjunto de medidas cuyo objeto es impedir o evitar que los riesgos a los que está expuesta la empresa den lugar a situaciones de emergencia.

**RIESGO OCUPACIONAL:** Es la posibilidad de ocurrencia de un evento de características negativas en el trabajo, que puede ser generado por una condición de trabajo capaz de desencadenar alguna perturbación en la salud o integridad física del trabajador, como daño en los materiales y equipos o alteraciones del ambiente.

# PRINCIPIOS BÁSICOS DE BIOSEGURIDAD

---

Las autoridades correspondientes conscientes de los riesgos a los que se encuentran expuestos la población hondureña, plantea las siguientes normas y conductas básicas en bioseguridad, las cuales hacen parte del Sistema de Vigilancia Epidemiológica para Riesgo Biológico.

Los principios de la Bioseguridad, tienen cuatro pilares que sustentan y dan origen a las Precauciones Universales, los cuales son: ***Autocuidado, Universalidad, Barreras de protección y Medidas de eliminación.***

## AUTOCAUIDADO

El principio del autocuidado se refiere a las prácticas cotidianas y a las decisiones sobre ellas, que realiza un trabajador expuesto para cuidar de su salud; para ello cumple con las normas de bioseguridad, realiza uso adecuado de equipos y elementos que se proveen para su protección; priorizando en su cuidado como cuidador.



## UNIVERSALIDAD

De este principio nace el concepto de potencialidad, es decir, que sin importar si se conoce o no la serología de un individuo, el estrato social, sexo, religión, etc., el trabajador expuesto debe seguir las precauciones universales ya que potencialmente puede portar y transmitir microorganismos patógenos.



## BARRERAS DE PROTECCIÓN

Son los elementos que protegen al auxiliar de la transmisión de infecciones. Se clasifican en dos grandes grupos, la inmunización activa (vacunas) y el uso de barreras físicas o elementos de protección personal.

### **Barreras físicas:**

**Guantes:** Su indicación de uso está dado para el desarrollo de todo proceso referido a la manipulación de sangre o fluidos corporales y manejo de pacientes sin excepción.

**Protección Respiratoria:** La indicación de uso del tapabocas quirúrgico está dada cuando se prevea la formación de aerosoles, manejo de pacientes que tengan hemorragias en boca o nariz al toser o estornudar pueden formar aerosoles. Cabe anotar que existe una diferencia entre esta protección y la que amerita uso de respirador media cara pues este tiene una indicación de protección por factor de riesgo químico.

**Lentes de seguridad con filtro UV y antiempañante:** Brinda protección en la mucosa del ojo, su indicación de uso está dada para procesos en los cuales se prevea la formación de aerosoles y en todo proceso referido a la manipulación de sangre o fluidos corporales.

**Careta de bioseguridad protectora:** visera en polímero de alta densidad, antiempañante y resistente al impacto, resistente a las sustancias químicas, sostiene el visor y oscila en el cabezal, para levantar o bajar la careta (abatible). Se puede graduar de acuerdo con el tamaño de la cabeza del usuario.

### **Barreras inmunes:**

**Vacunas:** El esquema de vacunación de docentes, residentes y técnicos que laboran en el área de la salud en la Universidad Industrial de Santander es:

- La vacuna contra la hepatitis B, por cuanto la hepatitis B es una enfermedad transmitida por sangre, producida por un virus 100 veces más infectante que el virus HIV.
- La vacuna contra la influenza que se renueva en forma anual, por cuanto es un virus de alta transmisión.

De igual forma las demás vacunas que se requieran de acuerdo a su exposición y como tratamiento posterior a un eventual accidente de trabajo.

## MEDIDAS DE ELIMINACIÓN

Mediante este principio se establece la manera de descartar los elementos de riesgo patológico protegiendo a los individuos y al medioambiente.





# PROTOSCOLOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS GENERALES

---

## **MEDIDAS GENERALES**

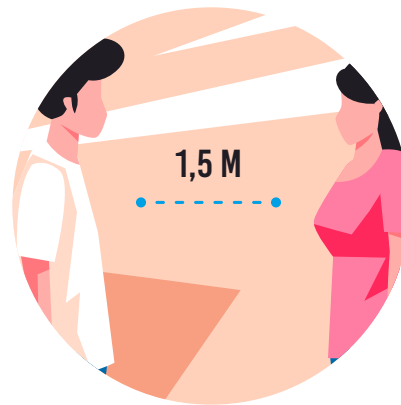
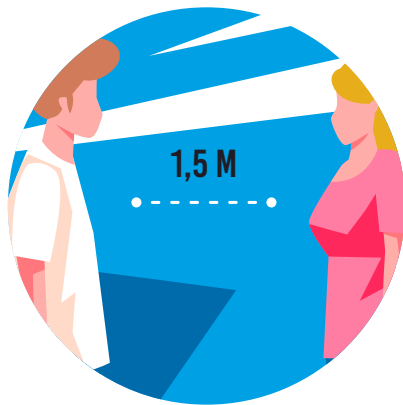
- Todo centro de trabajo deberá gestionar los salvoconductos ante el Gobierno de Honduras, mediante las instituciones establecidas para ello (SINAGER) el cual contendrá: o Nombre del centro de trabajo, el listado con los nombres y número de identificación de todos los trabajadores necesarios, para operar las plantas, actividades de distribución y comercialización operarios.
- Los horarios de operación de las empresas y centros de trabajo, circulación y actividades de las mismas y sus proveedores son relacionados de forma directa con las directrices emanadas por la autoridad sanitaria y de la comisión del SINAGER. Se implementarán únicamente las atenciones por ventanilla y el servicio a domicilio para el suministro, lo que permitirá el apoyo para bajar la aglomeración de las personas en la adquisición de alimentos e insumos necesarios y ayudará a mantener a mayor número de personas en casa durante la crisis sanitaria.
- Capacitar a todos los jefes, mandos intermedios y trabajadores sobre esta enfermedad

y los controles que debemos manejar ante esta amenaza en el país. En aras de proteger la seguridad y salud de los trabajadores se proporcionan las siguientes medidas preventivas para mitigar el riesgo de contagio ante la pandemia de la COVID-19.

**EXISTEN AL MENOS 7 MEDIDAS DE CUMPLIMIENTO GENERAL, QUE DEBEN SER ESTABLECIDAS PARA TODAS LAS ACTIVIDADES ECONÓMICAS.**

## 1. DISTANCIAMIENTO O AISLAMIENTO DE PERSONAS

Sensibilización sobre el manteniendo de las distancias de seguridad recomendadas entre personas (entre 1,5 y 2 metros). Creación de estrategias para el uso de Lugares o áreas comunes, de reunión o concentración de personas.



## 2. NORMAS DE ETIQUETA RESPIRATORIA

Son un conjunto de medidas recomendadas para evitar transmisiones respiratorias de agentes biológicos. Las medidas son:

Toser y estornudar cubriéndose la nariz y la boca con el ángulo interno del codo flexionado (fosa del codo o cubital).

Utilizar pañuelos o toallas desechables, y desecharlos tras su uso.

Depositar los pañuelos o toallas desechables en recipientes con este fin, con tapas de pedal.

Evitar tocarse la nariz, la boca y los ojos de manera innecesaria.

Lavarse y desinfectarse las manos antes y después de tocarse la nariz, la boca y los ojos.

Lavarse las manos de manera frecuente, en especial cuando se han manipulado objetos o se ha tenido contacto con superficies.

Evitar lugares o espacios con aglomeraciones de personas.

Evitar entrar en contacto con personas sospechosas o con síntomas y signos respiratorios.

Informar sobre la presencia de personas sospechosas o con síntomas respiratorios, en especial en lugares y centros de trabajo.

Informar y buscar ayuda médica si se presentan síntomas o signos respiratorios.

### **3. LAVADO DE MANOS**

Capacitación sobre la técnica adecuada para el lavado de las manos.

Por lo general, se recomiendan la técnica establecida por la Organización Mundial de la Salud (OMS). La duración mínima es de un (1) minuto:

- Mojar las manos con agua y jabón.
- Enjabonar muy bien la palma, el dorso, entre los dedos y las uñas.
- Aclarar bien los restos de jabón y si es necesario, repetir el proceso.
- Secar adecuadamente las manos con una toalla de papel.

El lavado y desinfección debe de ser frecuente, mientras desarrollan la actividad laboral. La frecuencia debe de ser establecida de acuerdo al tipo de actividad. Lavarse o desinfestarse las manos deberá de ser una medida necesaria en las siguientes situaciones:

- Luego de toser o estornudar.
- 

- Antes y después de tocarse o sonarse la nariz.
- 

- Antes y después de utilizar cualquier medio de transporte, en especial si es colectivo o público.
- 

- Antes y después de manipular objetos, desechos sólidos o líquidos, dinero.
- 

- Antes y después de tocar animales o personas.

- Antes y después de comer.
- 

- Antes y después de utilizar los servicios sanitarios.
- 

- Durante la realización del trabajo, la frecuencia dependerá del lugar de trabajo y el tipo de actividades.
- 

- Antes y después de la realización del trabajo.
- 

- Dependiendo del la frecuencia de tareas que se desarrollen.

## 4. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE OBJETOS Y SUPERFICIES



### *Aseguramiento de una correcta limpieza de los objetos y las superficies*

El procedimiento de limpieza y desinfección de objetos y superficies relacionados con el trabajador se realizará de acuerdo con la manera habitual de limpieza y desinfección del centro de trabajo. Garantizando que la frecuencia esté relacionada con el uso de los mismos. Luego de la limpieza y desinfección los mismos deben de quedar sin humedad. Para la limpieza y desinfección se pueden

emplear toallas con desinfectante, agua y jabón o los detergentes y desinfectantes que de manera habitual se encuentran autorizados para tal fin (con efecto virucida) y para las superficies se utilizará material textil desechable.

La limpieza general se hará siempre en húmedo, desde las zonas más limpias a las más sucias, desde adentro hacia afuera.

- Se debe de evitar en lo posible el uso de escoba en áreas de mayor riesgo.
- Se utilizarán técnicas de doble cubo.
- El material utilizado que sea desechable, se introducirá en un contenedor de residuos con tapa y etiquetado con las advertencias precisas.

Las superficies se deben limpiar con soluciones recomendadas por los organismos internacionales y comprobada su eficacia contra SARS-CoV-2. Dentro de las recomendaciones están:

**a. Para objetos personales (pantallas, teléfonos, tabletas):**

- Utilice una solución de alcohol al 70% al menos, rocíe y deje secar al aire o frote con un paño y deje secar al aire.

---

**b. Para superficies de trabajo, pisos, paredes, puertas, escritorios, planchas de pelo, secadoras, tocadores, tijeras, máquinas de afeitar, y otras:**

- Utilice una solución de cloro de uso doméstico (al 5%) diluida de la siguiente manera: 4 cucharaditas de cloro por litro de agua, rocíe o frote y deje actuar por al menos 10 minutos.

- Utilice amonio cuaternario al 5% de dilución, siga las instrucciones de cada proveedor para su dilución en caso de ser más concentrado. Espere al menos 10 minutos para que actúe.
- Utilice el peróxido de hidrógeno uso comercial al 3% deje actuar por al menos 5 minutos.
- Para todo producto utilizado en limpieza de superficies y desinfección de SARS-CoV-2, se debe consultar las indicaciones de uso ya que la concentración de los componentes activos puede variar de presentación industrial al doméstico y de marca en marca.

## **5. MANIPULACIÓN Y USO DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL**

### ***Capacitación sobre el uso y manipulación (puesta y retirada) de los EPP.***

Los EPP de un solo uso o los desechables, debe de ser eliminado bajo los estándares establecidos para evitar la contaminación cruzada de otros sitios, objetos, productos o superficies.

## **6. FUNCIONAMIENTO DE SISTEMA DE SEGURIDAD Y SALUD**

En las organizaciones o centros de trabajo donde esté conformada y en funcionamiento la Comisión Mixta de Higiene y Seguridad, esta debe de jugar un rol fundamental durante la implementación de las medidas por SARS-CoV-2. Es imprescindible que se establezcan un sistema de vigilancia y control sobre el acatamiento y el cumplimiento de todas las medidas, directrices, normas, orientaciones y otras que se dispongan dentro de la organización o centro de trabajo.

Es necesario que las organizaciones o centros de trabajo que disponen de servicios de atención en salud, extremen las medidas de detección de sospechosos y enfermos. El personal de salud debe de estar debidamente capacitado para el abordaje de personas sospechosas o enfermos por SARS-CoV-2 según los protocolos y estándares establecidos en el país y en su defecto, en la organización o centro de trabajo.



## **7. VIGILANCIA EN SALUD O EPIDEMIOLOGÍA**

Si la organización o centro de trabajo dispone de un programa o plan de vigilancia, debe de considerar las medidas necesarias para adaptarlo a las regulaciones y orientaciones que garanticen la comunicación constante con las autoridades e instituciones responsables.

### ***MEDIDAS ESPECÍFICAS***

- Existen escenarios críticos donde es necesario cumplir y extremar algunas medidas de prevenciones específicas independientemente de la actividad económica que desempeñe la persona.

# PROTOSCOLOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS

---

## 1. TRANSPORTE DE LA VIVIENDA AL TRABAJO (ORGANIZACIÓN O CENTRO) Y VICEVERSA:

### *Transporte para trabajadores*

Se recomienda a los trabajadores y clientes, que utilizan transporte propio, realizar la limpieza de las superficies de uso frecuente, utilizando una solución desinfectante y el EPP necesario antes y después de su uso.

### *Limpieza de vehículos de transporte*

Se deben limpiar con una solución desinfectante, es indispensable el uso guantes y mascarilla, al momento de realizar la actividad de desinfectar:

- **Seguros de puertas**
- **Manija y superficie de agarre de las puertas**



- ***Volante, indicadores, interruptores del tablero***
- ***Rejillas de aire acondicionado***
- ***Superficie del tablero***
- ***Perillas de ajuste de asientos***
- ***Portavasos***
- ***Controles de dirección y de parabrisas***
- ***Palanca de cambios de transmisión***
- ***Asientos***
- ***Alfombras de Piso***
- ***Extintores***
- ***Botiquines de Primeros Auxilios***
- ***Cinturones de seguridad***
- ***Pisos, gradas, etc.***

Para los trabajadores que utilicen medios transportes colectivos o públicos adherirse a las medidas de bioseguridad establecidas en dicho protocolo.

## 2. SALIDA Y ENTRADA A LA VIVIENDA

Para esta medida específica de prevención, se recomienda seguir de manera rigurosa las siguientes recomendaciones:

- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante.

---

  - Colocar el EPP requerido (al menos mascarilla).

---

  - Establecer diferentes accesos y rutas para la salida y la entrada.

---

  - Mantener en la entrada de la casa, una bandeja plana que contenga la solución desinfectante recomendado en una cantidad que apenas humedezca la suela de los zapatos (pediluvio).
- Retirar los zapatos, realizar limpieza y desinfección en toda su superficie.

---

  - Retirar todos los objetos personales (celular, lentes, llaves, dinero) y realizar limpieza y desinfección en toda su superficie.

---

  - Retirar, desinfectar y desechar o guardar los EPP utilizando las técnicas adecuadas.

---

  - Desvestir y colocar la ropa en un cesto con tapa para su lavado y desinfección.

- Ingresar descalzo, sin ropa y dirigirse directamente a realizar una limpieza y desinfección corporal. Es importante que la higiene corporal, incluya el pelo.
- Evitar el contacto con cualquier persona antes de que no esté garantizado que su cuerpo está limpio y desinfectado.

### 3. ENTRADA Y SALIDA DE LA ORGANIZACIÓN O CENTRO DE TRABAJO

Todos los trabajadores y clientes que ingresen a las instalaciones del centro de trabajo deben de cumplir con las siguientes recomendaciones:

- Restringir el acceso a los centros de trabajo, solo personal esencial y establecer días alternos o turnos de trabajo que reduzcan el número total de trabajadores en las instalaciones.
- Sustituir mecanismos para el control de los accesos de métodos de mayor riesgo a métodos de menor riesgo.
- Los trabajadores y clientes deberán portar su mascarilla de manera adecuada antes de ingresar a las instalaciones.
- Establecer la modalidad de atender los clientes previa cita, para evitar la aglomeración de personas en los espacios.

- Establecer punto de inspección para la toma de temperatura de todos los trabajadores y clientes que ingresan a las instalaciones.
- 

- Utilizar termómetro clínico digital infrarrojo o laser para evitar el contacto y la persona responsable de tomar la temperatura usará EPP (mascarilla quirúrgica, lentes y guantes desechables).
- 

- Organizar la entrada al trabajo de forma escalonada para evitar aglomeraciones en el transporte público y en la entrada a los centros de trabajo.
- 

- Mantener las distancias recomendadas entre personas (entre 1,5 y 2 metros) para los trabajadores y clientes que ingresen a las instalaciones. Se sugiere barreras o señalización de piso para indicar las distancias correspondientes.

- Utilizar el lavado de calzado o pediluvio con una solución desinfectante.
- 

- Instalar dispensadores de alcohol en gel de manos (a base de alcohol al 70%) en todas las áreas de ingreso a los centros de trabajo para la desinfección de manos.
- 

- Los trabajadores y clientes que presenten temperatura por encima de 37.5°C no podrán ingresar al centro de trabajo, se les debe remitir a la unidad de salud ubicada en las instalaciones del mismo o al centros de salud correspondiente establecido por las autoridades.
- 

- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante al ingresar o salir del centro de trabajo.

- Garantizar la limpieza de las zonas de ingreso a los centros de trabajo, bajo control de registros (responsable, hora) de las veces en que se debe de realizar.

### ***Ingreso de vehículos***

Todos los vehículos que ingresen a las instalaciones del centro de trabajo, tendrán que seguir las siguientes recomendaciones:

Desinfección diaria del vehículo a utilizar, previo al comienzo de labores por parte del motorista designado. Además, se debe llevar un control sobre las entradas y salidas con las respectivas desinfecciones requeridas.

Cada vez que un vehículo (camiones, vehículos particulares, etc.) ingrese al centro de trabajo, deberá ser desinfectado para poder ingresar.

Al realizar desinfección del vehículo, se tendrá que usar una solución desinfectante, también es indispensable el uso de guantes desechables y mascarilla.

### ***Autoservicio en estacionamientos***

En los establecimientos de Alimentos y Bebidas (Restaurantes y Cafeterías), que no dispongan de sistema de autoservicio por ventanilla, es posible habilitar un sistema de atención a los clientes en sus vehículos estacionamiento.

Para este sistema, es necesario que se realicen las siguientes medidas operativas:

- Señalizar de manera clara y adecuada entradas, vías de circulación, lugar de permanencia y salidas.

---

- Utilizar mecanismos para la identificación de cada lugar donde se estacionarán los automóviles mientras realiza y le es entregado el pedido.

---

- Asegurar el adecuado funcionamiento de la iluminación externa del establecimiento y la del estacionamiento.

---

- Asegurar la adecuada higiene de las áreas exteriores del establecimiento y la del estacionamiento.

---

- La información sobre los productos disponibles (menús, cartas, volantes, trípticos), deben de estar colocados o mostrarse a los clientes de una manera segura.

---

- Una vez estacionado el vehículo, un trabajador del establecimiento tomará la orden del cliente, manteniendo la distancia de seguridad (mínimo 1,5 metros) e informará de la misma utilizando el medio definido por el establecimiento.



- De la misma manera, se realizará el pago correspondiente, de preferencia, realizarlo por medios electrónicos (tarjetas) sin contacto. Los medios de pago con contacto, las estaciones de pago y los bolígrafos utilizados para firmas, deben de ser desinfectados luego de cada transacción.
- 
- Al estar listo el pedido, un trabajador llevará el mismo hacia el cliente correspondiente, realizando la entrega de una manera segura.
- 
- Todos los trabajadores que se desempeñen en tareas de atención al cliente en el autoservicio en estacionamientos, deben de estar adecuadamente protegidos para el riesgo biológico (mascarillas, gel en base alcohólica) y los riesgos físicos , mediambientales, mecánicos, ergonómicos y otros.

### ***Personal para la entrada de clientes***

El personal de atención al cliente que estará en la entrada de las sucursales deberá cumplir con las siguientes indicaciones:

- Recibir respetuosamente al cliente, con el cuidado de guardar el distanciamiento adecuado.
- Informar sobre las políticas y prácticas actuales sobre el ingreso a sucursales para evitar riesgos a la salud del cliente.
- Limpiar de manera sistemática (solución desinfectante y papel toalla desechable) los objetos previos a que el cliente comience a hacer uso de ellos.
- Ofrecer gel desinfectante a cada cliente que se le permita el ingreso.

## 4. ENTRADA, SALIDA Y PERMANENCIA EN EL LUGAR DE TRABAJO

### *Área administrativa*

El área administrativa debe mantener su espacio de trabajo limpio e higienizado, siguiendo todas las medidas generales recomendadas como parte de la prevención ante la pandemia COVID-19. Todos los trabajadores deben seguir las siguientes indicaciones:

- Recibir respetuosamente al cliente, con el cuidado de guardar el distanciamiento adecuado.
- Mantener distanciamiento con los diferentes trabajadores en el centro de trabajo de acuerdo a las medidas generales.
- Evitar de manera respetuosa saludos de contacto físico directo con otras personas.
- Limpiar y desinfectar al INGRESO/SALIDA el lugar de trabajo, superficies y objetos a utilizar o utilizados (teclado, ratón, teléfono, pantalla de su computador, utensilios, etc.) diaria y sistemáticamente.
- Prever dispensadores de gel desinfectante de manos (a base de alcohol al 70%) en las áreas de entrada y salida de oficinas.
- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante periódicamente o si se tuvo contacto con superficies.
- Realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones de forma diaria (como mínimo), por un tiempo mínimo de cinco minutos.

- Limitar la movilización dentro de las instalaciones de acuerdo con la descripción de su puesto de trabajo.
- Cada empleado deberá utilizar sus propias herramientas y será responsable de desinfectarlas después de cada uso.
- No se permitirán mascotas y niños en los establecimientos.

- Evitar la acumulación de trabajadores en las máquinas de suministro de agua, café, té u otros. Se debe esperar por turnos, conservando el distanciamiento entre ellos.
- Recomendar el no utilizar los teléfonos, herramientas, equipo de trabajo u otros de sus compañeros de trabajo.

### **Área de Bodega**

Los trabajadores de esta área, deberán de seguir las siguientes indicaciones:

- Uso permanente de mascarilla y medidas de bioseguridad.

---

- Utilizar el lavado de calzado o pediluvio con una solución desinfectante al ingresar a las áreas de bodega.

---

- Instalar dispensadores de alcohol en gel de manos (a base de alcohol al 70%) en las áreas de ingreso a las bodegas.

- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante periódicamente o si se tuvo contacto con superficies.

---

- Mantener un distanciamiento adecuado de acuerdo a las medidas generales de distanciamiento con los diferentes trabajadores en el centro de trabajo.

---

- Evitar el contacto de manos con la cara. De ser necesario (ej. Limpieza de sudor) realizar lavado de manos previo al contacto con la cara y posterior al mismo.

---

- Uso de mangas protectoras para brazos o camisas manga largas para evitar el mayor contacto posible con superficies.

---

- Usar el EPP correspondiente a los riesgos existentes en el área de bodega.

---

- Garantizar que los usuarios realicen periódicamente la limpieza y desinfección de su EPP.

---

- Depositar las mascarillas o guantes desechables en recipientes de basura con tapas de pedal específicos para residuos contaminados.

---

- En áreas de bodega, así como en paneles informativos se deben publicar comunicaciones alusivas a promover medidas de prevención de la COVID 19.

## Áreas Productivas

Los trabajadores de esta área, deberán de seguir las siguientes indicaciones:

- Uso permanente de mascarilla y medidas de bioseguridad.

---

  - Utilizar el lavado de calzado o pediluvio con una solución desinfectante al ingresar a las áreas de producción.

---

  - Las instalaciones deben contar con estaciones de lavamanos y dispensadores de alcohol en gel (a base de alcohol al 70%) en las áreas de ingreso a las áreas productivas.

---

  - Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante periódicamente o si se tuvo contacto con superficies.

---

  - Usar el EPP correspondiente a los riesgos existentes en el área de producción.
- En los lugares y puestos de trabajo donde el proceso de trabajo es secuencial, se requiera el trabajo en grupos o equipos, debe de garantizarse las distancias de seguridad sugeridas, de entre 1.5 y 2 metros.

---

  - Garantizar que los usuarios realicen periódicamente la limpieza y desinfección del EPP.

---

  - Depositar las mascarillas o guantes desechables en recipientes de basura con tapas de pedal específicos para residuos contaminados.

---

  - En paneles informativos se deben publicar comunicaciones alusivas a promover medidas de prevención de la COVID 19.

## **Operaciones de ventas y logística**

Durante las actividades de ventas cumplir con los siguientes requisitos:

- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante periódicamente o si se tuvo contacto con superficies.

---

- Evitar de manera respetuosa saludos de contacto físico con clientes.

---

- Mantener un distanciamiento adecuado de acuerdo a las medidas generales de distanciamiento con las diferentes personas.

---

- Realizar entrega de los pedidos a los clientes asegurándose de no tener contacto cercano.

---

- Se sugiere adecuar en la medida de lo posible la dotación de agua y jabón desinfectante para que el personal pueda lavarse continuamente las manos en los vehículos de entrega de productos.

---

- Todo trabajador, y de manera especial, aquellos en cuya actividad económica se realicen actividades y tareas que requieran contacto directo con personas deberá reportar a su superior o personal de salud, cualquier síntomas o problema de salud y someterse a las evaluaciones requeridas.

- Todo trabajador del transporte de mercancías, debe de cumplir evitar manipular en la medida del posible la mercancía que transporta.

---

- En las situaciones en que esta actividad es parte de sus obligaciones o en situaciones en que sea necesario dicha manipulación, debe de cumplir con las medidas de protección y prevención requeridas.

---

- En la medida de lo posible las actividades financieras (cobros, pagos, facturación), deben de realizarse de preferencia por medios digitales, mediante banca online y otros tipos mecanismos sin la manipulación de papel moneda.

---

- Consultar si el cliente desea recibir el pedido sin contacto y colocarlo en el área indicada por el mismo.

### ***Salas de reuniones***

Estas áreas de reuniones deben mantener su espacio de trabajo limpio e higienizado, siguiendo todas las medidas de prevención y los trabajadores deben de cumplir lo siguiente:

- No se permiten reuniones presenciales, de ser indispensables, se debe contar con la autorización de su Jefe.
- Se deben evitar saludos de contacto directo físico.

- Al terminar la reunión se debe realizar desinfección del área ocupada haciendo usos de las medidas generales recomendadas.
  - En la medida de lo posible, usar herramientas de reuniones en línea para continuar con la rutina y evitar reuniones presenciales.
- 
- Las reuniones no deben de exceder un máximo de 3 personas. De ser inevitable la asistencia de más de 3 personas, se debe mantener distanciamiento de acuerdo a las medidas generales.

### **Casilleros o “Lockers”**

Todo trabajador deberá traer aparte la ropa a utilizar durante su jornada laboral, debidamente higienizada y proceder al cambio de la misma previo a su ingreso al centro de trabajo. Se deberá seguir el siguiente protocolo para uso de casilleros o “lockers”:

- Antes y después de hacer uso del casillero o “locker”, realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante.
- 
- Uso permanente de mascarilla y medidas de bioseguridad.
- 
- Evitar el uso de esta área para comer bajo toda circunstancia.



- Hacer uso únicamente del casillero o “locker” asignado y evitar el contacto con los de los demás trabajadores.
- 

- Estarán provistos de asientos y no bancas para procurar mantener un distanciamiento mínimo de 1.5 a 2 metros. Se sugiere señalización de piso para indicar las distancias correspondientes.

*Para la atención al público tomar en cuenta las siguientes consideraciones:*

Se debe de explicar a los clientes que se están tomando las medidas preventivas necesarias contra la COVID-19, esto se debe realizar de manera presencial en las agencias (labor del recepcionista) y a través de conectividad con el cliente y mercadeo digital.

- El aforo máximo deberá permitir cumplir con el requisito de distancia interpersonal (entre 1.5 y 2 metros), este se debe considerar en función de la nueva distribución que respeta la distancia física permitida.
- Si durante la espera para el ingreso, se debe aguardar tiempo debido al cumplimiento de distanciamiento social dentro de las instalaciones del centro de trabajo, este debe ser bajo sombra sin exposición a fuentes de calor (sol, maquinaria, etc.) para evitar medidas de temperatura erróneas o falsas.
- Habilitar mecanismos para el control de acceso y salida de las instalaciones.

- Las organizaciones o centros de trabajo deberán contar con la modalidad de CITA PREVIA habilitando su centro de atención telefónica para programar las visitas del local con el cumplimiento obligatorio de este horario. Si el cliente pierde su cita, deberá reprogramarla con el mismo mecanismo a través del centro de atención telefónica, con el fin de evitar aglomeraciones por descoordinación de tiempos. En caso de no contar con sistema de citas, se sugiere ir atendiendo clientes según orden de llegada y dejándolos en fila de espera y según la carga de trabajo del local, siempre manteniendo las distancias estipuladas entre clientes.
- 

- Todo el público, incluido el que espera, debe guardar la distancia interpersonal de acuerdo con las medidas generales.

---

- Los equipos de protección individual serán adecuados a las actividades y trabajos a desarrollar.

- Recepción de mercancía: utilizar guantes y mascarilla al recibir proveedores, paquetería, mercadería, además cuando se ubiquen y verificar que el proveedor utilice por igual su equipo de protección personal(EPP).

## **5. MANEJO DE LOS GRUPOS DE TRABAJO EN LAS LÍNEAS DE PRODUCCIÓN.**

- Cada línea de producción contará con el número de trabajadores según las dimensiones del área física y poder mantener la distancia de seguridad (entre 1,5 y 2 metros). Los grupos de trabajadores se manejarán de forma segregada e independiente para su ingreso y operatividad.

---

- En todo proceso que se realice en el centro de trabajo deberá existir separación física y contar con el equipo de protección personal para los trabajadores (mascarillas, gorros, guantes, indumentaria, lentes que cumplan con la garantía de inocuidad).

---

- Contar con estaciones de lavados de manos y desinfección con gel de manos (alcohol base 70%) en áreas donde puedan acceder todos los trabajadores sin aglomerarse.

## **6. MÉTODO DE LIMPIEZA PRE - POST DE LAS OPERACIONES (ALIMENTOS)**

Todo procedimiento de limpieza en las líneas de producción debe seguir todos los procedimientos del Protocolo de inocuidad aprobado y autorizado por EL SENASA observando entre ellos los siguientes pasos:

- Preparación de los químicos de uso en la industria alimentaria para desactivar virus, bacterias.
- 

- Limpieza y desinfección según las técnicas y productos adecuados para cada objeto y superficie (equipos, pisos, paredes en general).
- 

- Pre-enjuague con agua en área o maquinaria que amerite aplicando detergente, alcalino clorado, dejar reposar 10 minutos.
  - Acción Mecánica (restregar).
  - Aplicación de agua caliente, a la temperatura  $\geq$  a 82 °C,
  - Enjuague con agua potable del sistema
  - Desinfección con agentes químicos.

## 7. MANIPULACIÓN Y TRANSPORTE DE ALIMENTOS

Uso de medidas de bioseguridad solo para trabajadores que intervienen en el transporte, distribución y manejo de alimentos.

### HIGIENE DE MANOS

- **Lavado de manos** con agua y jabón antes, durante y después de cada jornada.
- **Desinfección de manos** con solución hidroalcohólica por cada interacción con clientes.

### USO DE MASCARILLA

- Se requiere en la preparación y manipulación de alimentos.
- En el caso de transportadores y vendedores se requiere solo si tiene tos o estornudo u otros síntomas asociados al COVID-19

### USO DE GUANTES

- Se requiere en el personal que realiza manipulación y preparación de alimentos.
- En el caso de transportadores, vendedores y cajeros no son necesarios.

De manera general, el riesgo de que un empleado de esta industria transmita COVID-19 a otro depende de tres criterios:

- 1. La distancia entre los empleados**
- 2. La duración de la exposición**
- 3. La efectividad de las prácticas de higiene y saneamiento de los empleados.**

Por ello, a continuación, se presentan diagramas y recomendaciones globales para dar cumplimiento a estos criterios.

## **DIAGRAMA PARA EL TRANSPORTE DE ALIMENTOS**

- 1.** Verificar la limpieza y desinfección del interior del vehículo con agua y detergente (hacer énfasis en pisos y paredes).

---

- 2.** Reducir la exposición de la carga al ambiente (cierre adecuado de puertas y cubrir el producto) y garantizar la cadena de frío si se requiere.

---

- 3.** Verificar que el transportador y/o ayudante tengan disponible insumos para la desinfección o lavados de manos.

---

- 4.** Garantizar que los alimentos sean protegidos del polvo o la humedad u otro tipo de suciedad.

---

- 5.** En el compartimiento no ingrese personal ajeno.

---

- 6.** Verificar la integridad de los productos que se transportan.

---

- 7.** Garantizar que el personal de descarga cumpla con medidas de bioseguridad y protección, hacer énfasis en lavado de manos.

---

- 8.** Verificar que los productos se depositen y almacenen en lugares limpios.

Los transportadores deben recibir una inducción básica sobre el manejo correcto de los alimentos y debe realizarse un monitoreo de la salud al ingresar al departamento del Chocó. El personal debe ser revisado diariamente para asegurarse de que no muestre ningún síntoma relevante de Covid-19 (fiebre, tos persistente, etc.). Si es así, deben enviarse de inmediato a casa según la orientación de autoaislamiento.

## ***INSTRUCCIONES PARA LA PREPARACIÓN Y ENVIÓ DE DOMICILIOS***

- Los alimentos deben prepararse con estricta higiene, cocinarse lo suficiente y deben tomarse medidas adecuadas para que se mantengan calientes hasta que se envíen para su entrega.

---

  - La comida debe empacarse en un recipiente desechable con tapa. El cliente no debe devolverlo para su reutilización.

---

  - Los domicilios deben enviarse en cajas aisladas o depósitos sellados para la entrega y estas deben ser fáciles de limpiar y desinfectar tanto interna como externamente.
- El conductor que realiza los domicilios, debe evitar entrar al área principal de la cocina y evitar el contacto excesivo del personal de la cocina. Se sugiere que uno de los empleados de la cocina “empaque” la comida y la coloque en un área de bajo riesgo de la cocina lista para que el conductor la recoja y la entregue. El conductor debe lavarse las manos con agua y jabón tanto al llegar como al regresar a la cocina.

## 8. INSTALACIONES SANITARIAS Y DE SERVICIO

### *Personal de limpieza*

El personal de limpieza es un eslabón clave dentro de las medidas de bioseguridad a seguir e implementar. Forman parte importante en la higienización de todas las áreas donde se encuentran los trabajadores y clientes. La limpieza debe ser rigurosa, aumentando su frecuencia de acuerdo a las medidas generales de higienización y limpieza. Dando prioridad a las zonas de mayor riesgo.

Todo el personal de limpieza deberá seguir con las siguientes recomendaciones:

- Asegurar que el personal de limpieza esté debidamente capacitado para realizar dichas tareas, se debe incluir capacitación sobre el uso correcto del EPP.

---

- Capacitar al personal sobre los riesgos y peligros de los productos químicos de limpieza a utilizar para la desinfección de las instalaciones.

---

- Uso de EPP (guantes desechables, protector facial o gafas, mascarilla) y lavado periódico de las manos.

---

- Mantener un distanciamiento adecuado de acuerdo a las medidas generales de distanciamiento con los diferentes trabajadores.



- Establecer cronograma de actividades de limpieza y desinfección con sus respectivos registros, número de veces, responsables y horarios establecidos.

---

- Uso de EPP (guantes desechables, protector facial o gafas, mascarilla) y lavado periódico de las manos , portar herramientas de limpieza asignadas y no prestar utensilios entre trabajadores.

---

- Mantener abastecida la solución desinfectante a utilizar, no mezclar sustancias químicas sin que esta sea su indicación de proceder y uso.

---

- Deberán de ser desinfectadas con soluciones con un porcentaje mínimo de 70% de alcohol, o hipoclorito, después de atender cada cliente, las superficies, herramientas y objetos que se utilizaron para atender al cliente.

---

- Garantizar que se utilicen las técnicas apropiadas para el manejo de los desechos de la organización o centro de trabajo.

---

- Toda herramienta y utensilio deberá ser higienizado de acuerdo con las medidas generales.

---

- Depositar las mascarillas o guantes desechables en recipientes de basura con tapas de apertura de pedal específicos para residuos contaminados.

- El personal de limpieza debe informar inmediatamente algún daño en el EPP (por ejemplo, desgarro en los guantes) o cualquier exposición potencial a su supervisor.
- 
- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante periódicamente y al retirar su EPP. Evite tocarse la cara con los guantes o las manos sin lavar.
- 
- Todos los locales deberán someterse a una limpieza con la frecuencia necesaria, y siempre que sea posible, fuera de las horas de trabajo, con la antelación precisa para que puedan ser ventilados durante media hora al menos antes de la entrada al trabajo.
- 
- Limpiar primero las superficies sucias, deben limpiarse con un detergente o jabón y agua, luego utilizar una solución desinfectante para la desinfección de objetos y superficies.

### **Zonas comunes**

- Se debe revisar al menos diariamente el funcionamiento de dispensadores de jabón, gel desinfectante, papel desechable, etc., procediendo a reparar o sustituir en aquellos equipos que presenten averías. Se recomienda disponer de un registro de estas acciones.

- Si Reforzar la limpieza de los filtros de aire y aumentar el nivel de ventilación de los sistemas de climatización para renovar el aire de manera más habitual.
- También se debe vigilar el funcionamiento y la limpieza de sanitarios y grifos de aseos.

### **Servicios sanitarios**

Los inodoros y urinarios del personal y clientes son el espacio más compartido entre los trabajadores y clientes por lo que se debe de mantener de manera óptima todas las medidas generales de bioseguridad. Se deberá seguir el siguiente protocolo para uso de los mismos:

- Antes y después de hacer uso del sanitario/urinario, realizar lavado de manos con agua y jabón, se sugiere la instalación de llaves para el lavabo con cierre automático o lavabo de mando con pedal.
- Procurar mantener un distanciamiento de seguridad recomendado entre personas de 1,5 a 2 metros.
- Facilitar secadores de aire sin contacto, toalleros semiautomáticos o toallas de papel, existiendo, para los casos que corresponde, recipientes adecuados para el desecho de las mismas.
- Evitar el ingreso a esta área bajo toda circunstancia de alimentos, recipientes de agua, recipientes vacíos, bolsas u otros que puedan generar un foco de infección.

## 9. INSTALACIONES PARA LA ALIMENTACIÓN (COMEDOR)

*Para los trabajadores que hacen uso de áreas designadas para alimentación*

- Evitar el uso de guantes desechables ya utilizados, estos deben de ser retirados y depositados en un basurero designado para desechos contaminados por material biológico antes de empezar a comer.

---

- Realizar lavado de manos con agua y jabón o desinfección con gel desinfectante de manos (base alcohol al 70 para entrar al área para alimentación).

---

- Ingresar en orden, con el distanciamiento adecuado según las medidas generales y evitar, dentro de lo posible, el contacto con superficies. Se sugiere señalar en piso las distancias seguras entre las personas de 1.5 a 2 metros.

---

- Proporcionar dispensadores de gel desinfectante de manos (a base de alcohol al 70 en área para alimentación).
- Prever estación de lavado de manos en área de alimentación, se sugiere la instalación de llaves para el lavabo con cierre automático o lavabo de mando con pedal.

- Facilitar secadores de aire sin contacto, toalleros semiautomáticos o toallas de papel, existiendo, para los casos que corresponde, recipientes adecuados para el desecho de las mismas.

---

- Al toser o estornudar realizarlo según las normas de etiqueta respiratoria establecidas en las medidas generales.

---

- Cada empleado es responsable de las medidas de bioseguridad de sus propios alimentos. (Evitar compartir comidas, bebidas, implementos o utensilios a utilizar, con otras personas).

---

- Limitar la capacidad máxima de 2 trabajadores por mesa, o mejor criterio según el tamaño de las mesas del centro de trabajo de acuerdo a las dimensiones, guardando siempre el distanciamiento adecuado.

---

- Si el espacio es pequeño y no se puede mantener el espacio correcto entre los trabajadores, se deberá generar un turno para cada uno de los mismos.

## 10. EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

### *Uso correcto de insumos*

Todo trabajador deberá poseer los insumos básicos de bioseguridad (mascarilla, lentes, alcohol gel desinfectante, guantes desechables). Cada uno de los trabajadores es responsable del uso adecuado de los mismos y la vigilancia y seguimiento del uso y buena práctica sanitaria será llevada a cabo por los encargados de cada centro de trabajo.

Para esta medida específica de prevención, se recomienda seguir de manera rigurosa las siguientes recomendaciones:

- Garantizar que todo el personal que labora en la organización o centro de trabajo utilice los EPP requerido según su actividad laboral para prevenir la transmisión del virus según lo previsto en la legislación nacional.

---

- Colocar el EPP antes de entrar a su puesto de trabajo, el EPP desechable



una vez utilizado será descartado utilizando las técnicas adecuadas.

---

- Colocar el EPP antes de entrar a su puesto de trabajo, el EPP desechable una vez utilizado será descartado utilizando las técnicas adecuadas.

- Descartar el EPP desechable, en los recipientes de residuos adecuados con tapa de apertura con pedal, etiquetado con las advertencias precisas.
- 
- Realizar lavado de manos con agua y jabón y/o desinfección con alcohol o gel desinfectante después de retirar el EPP.
- 
- Los centros de trabajo que decidan implementar el uso obligatorio de la mascarilla, deberán hacerlo, en base a las recomendaciones establecidas en las medidas generales y en ningún

momento será considerado esto como principal medida de protección.

---

- La utilización de EPP, es un requerimiento imprescindible para aquellas actividades económicas en las que se tenga contactos frecuentes y cercanos con personas.
- 
- En especial, el personal de la salud, el personal de atención al cliente, el personal de ventas, y todo el personal sin excepción ya que todos están interactuando con los clientes.

Es imprescindible usar mascarilla durante la jornada laboral, no se comparten espacios con compañeros de trabajo y ningún otro trabajador ingresa al área del puesto de trabajo.

# 11. FUNCIONAMIENTO DE SISTEMA DE SEGURIDAD Y SALUD

## *Personal de seguridad*

El personal responsable del cumplimiento de las medidas de bioseguridad en el centro de trabajo podrá ser el mismo que el administrador, y tendrá las siguientes responsabilidades a cumplir para mantener una adecuada bioseguridad en todas las organizaciones o centro de trabajo:

---

- Brindar las capacitaciones sobre recomendaciones y medidas preventivas sobre la COVID-19.

---

- Aplicar los conocimientos adquiridos en las capacitaciones para la atención de trabajadores, visitantes, contratistas y proveedores para así prevenir malas prácticas sanitarias.

---

- De serle asignada la tarea de toma de temperatura, se deben seguir las medidas generales a todos los trabajadores

---

visitantes, contratistas y proveedores, previo a su ingreso a las instalaciones del centro de trabajo.

---

- Velar porque los trabajadores, visitantes y proveedores guarden el distanciamiento adecuado según las medidas generales (entre 1,5 y 2 metros).

---

- Restringir el acceso a los centros de trabajo, solo personal esencial, de ser posible no permitir visitantes.



## 12. MANEJO DE DESECHOS SÓLIDOS Y LÍQUIDOS

Para esta medida específica de prevención, se recomienda seguir de manera rigurosa las siguientes recomendaciones:

- Garantizar que se utilicen las técnicas apropiadas para el manejo de los desechos de la organización o centro de trabajo.

---

- Garantizar que todo el personal que labora en el manejo de desechos sólidos y líquidos, utilice los EPP requeridos y cumpla con las técnicas y productos establecidos.

---

- Disponer de recipientes de basura seguros, con tapa de apertura con pedal.

---

- Es importante prestar especial atención, al manejo de los desechos que no son habituales en la organización o centro de trabajo, como los provenientes de los EPP y las instalaciones de salud.

---

- La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos.

---

- Se recomienda que los pañuelos desechables que el personal emplee para el secado

de manos o para el cumplimiento de la “etiqueta respiratoria” sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, de ser posible, accionados por pedal.

---

- Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos como posible foco de infección).

---

- En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor o basurero donde haya depositado pañuelos u otros productos usados.

### **13. MEDIDAS A CONSIDERAR FRENTE A CASOS SOSPECHOSOS Y ENFERMOS.**

Todo trabajador, debe contactar al administrador antes de su retorno al centro de trabajo. El área correspondiente deberá brindar indicaciones a seguir para los siguientes casos:

- 1. Retorno de vacaciones en el extranjero.**
- 2. Contacto directo con personas que hayan estado en el extranjero.**
- 3. Si tiene los siguientes síntomas: fiebre, tos seca, fatiga o dificultad para respirar.**

Todos los trabajadores deben estar capacitados no sólo para saber qué hacer cuando se sospeche que se ha producido una infección por SARS-CoV-2 (COVID-19), sino también para promover medidas de prevención. Por lo tanto, se recomienda que todos sean entrenados en:

Información sobre la COVID-19, en particular sobre los síntomas, el período de incubación y los modos de transmisión del virus.

Información epidemiológica sobre las zonas afectadas.

Información sobre medidas de prevención, incluyendo información sobre desinfectantes y la correcta higiene de las manos.

Información sobre cómo proceder en caso de presentar síntomas.

Materiales disponibles  
(folletos informativos y medidas de prevención).

# RECOMENDACIONES GENERALES

---

- Si el trabajador o cliente presenta síntomas como tos, fiebre, dolor en la garganta y dificultades para respirar, avocarse a la clínica más cercana o llamar al 911 para solicitar asistencia u otro mecanismo determinado por el SINAGER.

---

- Primero realizar la llamada y esperar que el personal médico correspondiente brinde las indicaciones.

---

- En caso de presentar síntomas al estar en casa, comunicarse con el jefe directo para informar sobre los mismos y determinar el no presentarse a laborar como medida preventiva de contagio.

---

- En caso de tener incapacidad médica, presentar documentación al centro de trabajo que se extienda por parte del personal de salud en caso de ameritar la misma, que refiera medicamentos prescritos, recetas y recomendaciones a seguir por el personal de salud que certifica la atención.

Si algún trabajador presenta síntomas como pérdida del olfato, fiebre, tos seca, problemas respiratorios, dolor para tragar, vómitos o fatiga que son síntomas de la COVID-19 se debe hacer lo siguiente:

### ***Protocolo general para jefes de trabajadores***

En caso que algún trabajador presente o informe sobre sintomatología en la cual se sospeche como probable padecimiento de la COVID-19, se deberá realizar lo siguiente:

- Si el trabajador refiere síntomas gripales o fiebre, se deberá comunicar inmediatamente con su jefe directo.
- 
- El jefe directo debe reportar a recursos humanos para que se dé seguimiento a los casos sospechosos de la COVID-19 proporcionando la siguiente información:
    - i. Código de empleado (en caso de poseer uno).***
    - ii. Nombre completo del trabajador.***
    - iii. Número de Identidad.***
    - iv. Número de celular del trabajador.***
    - v. Contacto de Emergencia (Nombre y Celular).***
    - vi. Temperatura detectada con fecha y hora (>37.5°C).***
    - vii. Síntomas (gripe, tos y otros relacionados con la COVID-19).***

- Aislar al trabajador, brindar mascarilla y evitar su contacto con otras superficies y demás personas.
- 
- Mantener las líneas de comunicación activas y gestionar para que se le brinde asistencia médica.
- 
- Una vez finalizado este procedimiento, realizar desinfección de todos los posibles objetos o superficies contaminados que hayan podido tener en contacto con el trabajador sintomático.
- 
- Si el trabajador presenta sintomatología de COVID-19 en su entrada al centro de trabajo, durante sus labores o lo ha reportado desde casa ya que asistirá al médico por posible sospecha de la COVID-19, reportar a recursos humanos para poder llevar seguimiento y epidemiología de posibles contactos a vigilar por sintomatología.

### ***Casos dentro de las instalaciones del centro de trabajo***

- Notificar a su jefe de directo.
- Realizar medidas de aislamiento y contingencia para prevenir el contacto con demás trabajadores y clientes.

- El jefe directo debe comunicarse con asistencia médica y esperar que se brinden las instrucciones y asistencia al trabajador. Recordar que este no debe tocar superficies para evitar la contaminación y posible propagación.
- Una vez que ya haya recibido atención médica, cada trabajador deberá notificar al centro de trabajo (llamar a su jefe de inmediato) e informar sobre su condición (positivo confirmado, caso sospechoso o negativo) y deberá presentar documentación medica que avale su condición ya sea de incapacidad, aislamiento o traslado al hospital.

### ***Zona de limpieza después de un caso potencial o confirmado de la COVID-19***

- Se recomienda cerrar las zonas utilizadas por el trabajador enfermo, para este proceso realizar la limpieza y desinfección con sustancias químicas, que no tengan posibles daños a la salud. El personal deberá limpiar y desinfectar todas las áreas como oficinas, sanitarios, áreas comunes, y todas aquellas de posible contacto por la persona sospechosa o confirmado positivo por COVID-19.

# CONSIDERACIONES FINALES

---

## PROTEGER LA SALUD DE LOS EMPLEADOS

Si bien el COVID-19 es una crisis de salud que debe ser manejada principalmente por expertos médicos, los empleadores tienen un papel crucial que desempeñar para mantener los lugares de trabajo seguros y comunicarse con los empleados.

Los empleadores deberían centrarse en ayudar a frenar la propagación del virus. Entre otras acciones, los empleadores pueden alentar a los empleados a quedarse en casa si se sienten enfermos o si un miembro de la familia está enfermo. También pueden considerar permitir que los empleados trabajen desde casa con más frecuencia.

Entre otros elementos, estos planes deben contemplar posibles acciones de respuesta en el caso de un caso confirmado, incluyendo si enviar a otros empleados a casa y / o pedirles que se pongan en cuarentena, alentar a otros empleados a buscar atención médica y cómo desinfectar el lugar de trabajo.





## PREPARACIÓN DE RECLAMOS

Los empleadores deben comenzar a prepararse para los posibles reclamos de compensación de trabajadores relacionados con el COVID-19, teniendo en cuenta el principio de “estado de excepción” lo que implica que las garantías y derechos están suspendidos por el tiempo en que el gobierno mantenga en prórroga el Estado de emergencia Coronavirus de PCM-005-2020. Los equipos de investigación deben establecer procesos para identificar rápidamente las reclamaciones, que pueden ser complejas y costosas, y encaminarlas a ajustadores superiores calificados que sean capaces de determinar la indemnización y trabajar en colaboración con los equipos de investigación.

Si un empleado presenta un reclamo de compensación de trabajadores relacionado con el brote actual, un empleador debe:

- Solicite los resultados de una prueba del COVID-19. Si esto es negativo, se rechazará el reclamo de compensación para trabajadores y el empleado no recibirá ningún beneficio.
- Informe el posible reclamo a terceros administradores y/o aseguradores, y discuta los resultados positivos de la prueba del COVID-19.



- Revele todas las medidas de protección que se están tomando para prevenir la propagación del virus.
- Haga que los expertos legales y de reclamaciones realicen una investigación inicial oportuna y presenten los resultados a los equipos de gestión de riesgos.

Además de estos pasos específicos, los empleadores deben alentar la comunicación regular entre los miembros del equipo y discutir con ellos cualquier reclamo bajo investigación activa y actualizaciones relevantes de las autoridades de salud.

## **DETERMINE LA COMPENSACIÓN**

Muchos empleadores se pueden estar haciendo una pregunta importante: si uno de sus empleados contrae el COVID-19, ¿tendrán derecho a beneficios de compensación para trabajadores?

Si bien los estatutos de indemnización laboral y la jurisprudencia pueden variar, la indemnización mientras se esté en Estado de emergencia Coronavirus de PCM – 005 -2020 queda dictada por SINAGER y generalmente requiere que una enfermedad o enfermedad sea “ocupacional”. Esto esencialmente significa que la enfermedad:



- Surge y ocurre en el curso y el alcance del empleo, lo que normalmente se reduce a si un empleado estaba beneficiando al empleador cuando estaba expuesto.
- Está comprobado que es el resultado de una exposición laboral.
- Es “particular” para el trabajo del empleado, lo que significa que la enfermedad se encuentra exclusivamente o presenta un mayor riesgo para ciertos empleados.

# REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

---

1. Ministerio de Trabajo y Economía Social. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Espacio COVID-19. Recuperado el 12 de mayo de 2020 de: <https://www.insst.es/espacio-campanacovid-19>
2. Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH). Información sobre enfermedad de coronavirus 2019. Recuperado el 12 de mayo de 2020 de: <https://www.cdc.gov/spanish/niosh/index.html>
3. Organización Mundial de la Salud. Coronavirus (COVID-19). Recuperado el 12 de mayo de 2020 de: <https://www.who.int/es>
4. Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades (CDC). COVID-19). Recuperado el 12 de mayo de 2020 de: <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/prevent-gettingsick/cleaning-disinfection.html>
5. Organización Internacional del Trabajo. COVID-19. Recuperado el 12 de mayo de 2020 de: <https://www.ilo.org/global/lang--es/index.htm>
6. Méndez-Ríos JD. Medidas mínimas de bioseguridad en instalaciones de salud ante Pandemia SARS-COV-2. Revista Médica de Panamá, 2020: Volumen 40(1):25-29.
7. Asociación Nacional de Perfumería y Cosmética “stanpa”. Guía de recomendaciones Higiénico Sanitarias para salones de peluquerías, recuperado el 15 de mayo de

2020 de:<http://www.camarasoria.com/system/files/3.%20guia-de-recomendaciones-higienico-sanitariaspara-salones-de-peluqueria.pdf>

**8.** Secretaria de Trabajo y Seguridad Social Protocolo de bioseguridad por motivo de la pandemia de COVID-19 para Salas de Belleza, Barberías y Peluquerías. Versión 1, recuperado el 12 de mayo de 2020 de <http://www.trabajo.gob.hn/wp-content/uploads/2020/04/Manual-de-Bioseguridad-por-motivo-de-Pandemia-CODVID-19.pdf>

**9.** Secretaria de Salud Honduras. Lineamientos específicos en relación a las directrices para la preparación de la red de servicios del primer nivel de atención. Marzo 2020.

**10.** Organización Mundial de la Salud. Prevención y control de infecciones (PCI) causadas por el nuevo coronavirus (COVID-19). Módulo 3.

**11.** Occupational Safety and Health Administration (OSHA). Diez Medidas que Todos los Lugares de Trabajo Pueden Tomar para Prevenir la Exposición al Coronavirus OSHA. USA. 2020.

**12.** Occupational Safety and Health Administration (OSHA). Guía sobre la Preparación de los Lugares de Trabajo para el virus COVID-19 OSHA. USA. 2020.

**13.** Comunidad de Madrid, Dirección General de Salud Pública. Pautas de desinfección y espacios habitados por casos en investigación, cuarentena, probables o confirmados de COVID-19. Madrid, España. 2020

# ANEXOS

## 1. UTILIZACIÓN DEL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL(EPP)

**COVID-19**  
Enfermedad por coronavirus 2019

**CÓMO PONERSE EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)**

**PASO 1**

- Identifique peligros y gestione riesgos. Busque el EPP necesario.
- Vea dónde se pondrá y quitará el EPP.
- Pida ayuda a un amigo o póngase delante de un espejo.
- Descarte todo el EPP en un cubo de basura adecuado.

**PASO 2**      **PASO 3**

Póngase la bata.      Póngase la mascarilla quirúrgica o respirador.\*

**PASO 4**      **PASO 5**

Póngase la protección ocular (gafas protectoras) o facial (protector facial).†

Póngase los guantes (incluse sobre la muñeca).

\*Huele sea una mascarilla quirúrgica o un respirador (de o similar), según el nivel de atención. En el procedimiento general de atención (PAC) usar un respirador (de o similar).  
†Por ejemplo, espejo, cinta o gafas protectoras (previene la posibilidad de usar gafas acompañante o unido al compañero).

**OPS** Organización Panamericana de la Salud      **Condéalo. Prepárate. Actúa.**  
www.paho.org/covid-19

## 2. MEDIDAS DE PREVENCIÓN

**COVID-19**  
Enfermedad por coronavirus 2019

**CUBRA SU TOS**  
EVITE QUE LAS PERSONAS A SU ALREDEDOR SE ENFERMEN

Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar.  
Deseche el pañuelo usado en un basuretero y lívese las manos con agua y jabón, o use un gel para manos a base de alcohol.

Si no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude en el pliegue interno del codo, no en las manos.

Si está enfermo y hay mascarillas disponibles, úselas para proteger a los demás.

**OPS** Organización Panamericana de la Salud      **Condéalo. Prepárate. Actúa.**  
www.paho.org/covid-19

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.



### 3. LAVADO DE MANOS

**Limpia tus manos**  
**CON AGUA Y JABÓN**

**3** Duración de este procedimiento: 40-60 segundos

- 0** **Mójate las manos con agua.**
- 1** **Deposita en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.**
- 2** **Frótase las palmas de las manos entre sí.**
- 3** **Frótase la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrecruzando los dedos y viceversa.**
- 4** **Frótase las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrecruzados.**
- 5** **Frótase el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, separándose los dedos.**
- 6** **Frótase con un movimiento de rotación en el pulgar izquierdo, atrápaselo con la palma de la mano derecha y viceversa.**
- 7** **Frótase la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.**
- 8** **Enjuéguese las manos con agua.**
- 9** **Seque con una toalla desechable.**
- 10** **Siempre de la toalla para cerrar el grifo.**
- 11** **Sus manos son seguras.**

**Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19**

**OPS** Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud  
**Conéctate. Prepárate. Actúa.**

### 4. CUANDO LAVARSE LAS MANOS

**Limpia tus manos**  
**¿Cuándo?**

- Antes de tocar la cara** (Before touching the face)
- Después de toser o estornudar** (After coughing or sneezing)
- Después de ir al baño** (After going to the toilet)
- Antes y después de cambiar pañales** (Before and after changing diapers)
- Antes de preparar y comer alimentos** (Before preparing and eating food)
- Antes y después de visitar o atender a alguien enfermo** (Before and after visiting or attending to someone who is sick)
- Después de tirar la basura** (After throwing away trash)
- Después de tocar las manijas de las puertas** (After touching door handles)
- Después de estar en lugares públicos concurridos** (After being in crowded public places)

**Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19**

**OPS** Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud  
**Conéctate. Prepárate. Actúa.**

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

## 5. DESINFECCIÓN DE MANOS

**Limpia tus manos**

**CON UN GEL A BASE DE ALCOHOL**

**1** Duración de este procedimiento: 20-30 segundos

**1a** Deposita en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.

**1b** Frotase las palmas de las manos entre sí.

**2** Frotase el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, apurándose los dedos.

**3** Frotase la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.

**4** Frotase las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

**5** Frotase el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, apurándose los dedos.

**6** Frotase con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.

**7** Frotase la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.

**8** Una vez secas, sus manos son seguras.

**Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19**

**OPS** Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud

Conéctalo. Prepárate. Actúa.

## 6. DESEQUIPAR EL EPP

**COVID-19**  
Enfermedad por coronavirus 2019

**CÓMO QUITARSE EL EPP**

- Evite la contaminación para usted mismo, los demás y el entorno.
- Quite primero los elementos más contaminados.

**PASO 1**  
Quite los guantes y luego la bata.

**PASO 2**  
Higienícese las manos.

**PASO 3**  
Quite la protección ocular, desde atrás hacia adelante.

**PASO 4**  
Quite la mascarilla quirúrgica o respirador, desde atrás hacia adelante.

**PASO 5**  
Higienícese las manos.

**OPS** Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud

Conéctalo. Prepárate. Actúa.

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.