

PROCOLO DE RECOMENDACIONES PRÁCTICAS COVID-19

1. INTRODUCCION

El presente documento tiene como objetivo poner a disposición una serie de recomendaciones y medidas de prevención, con el fin de garantizar la continuidad de las actividades y servicios declarados esenciales en la emergencia sanitaria, asegurando la protección de la salud de nuestros empleados.

Estos lineamientos buscan garantizar las condiciones de seguridad e higiene de las trabajadoras y los trabajadores en los sitios donde se emplazarán las obras, el entorno inmediato, su comunidad. Así también para que puedan tenerse en cuenta en los traslados a sus respectivos hogares, con el fin de promover el cuidado de sus familias.

Estas medidas y sugerencias estarán en permanente actualización de acuerdo con las disposiciones generales que establezca el Gobierno Nacional, a partir de las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, el Ministerio de Salud de la República Argentina y los organismos y las entidades vinculadas a la industria de la construcción.

2. INFORMACIÓN GENERAL SOBRE EL COVID 19

2.1 CONTAGIO Covid-19

Por contacto con otra persona que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o estornuda e ingresan por ojos, nariz y boca al organismo de la otra persona.

Estas gotas también caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar esas superficies y pueden contraer la COVID-19, si luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.

2.2 SINTOMAS

- Fiebre.
- Tos.
- Dificultad respiratoria.
- Secreción y goteo nasal.
- Fatiga.
- Dolor de garganta y de cabeza.
- Escalofríos.
- Malestar general.

2.3 VULNERABILIDAD

- Personas Mayores.
- Enfermos Diabéticos.
- Trasplantados.
- Enfermos de Cáncer.
- Desnutrición
- Trabajadores con estas enfermedades preexistencias, no deben formar parte de la dotación de reanudación de la actividad.
- EPOC: Conjunto de enfermedades pulmonares que obstruyen circulación de aire y dificultan respiración.

2.4 A TENER EN CUENTA DURANTE LA JORNADA

En caso de presentar síntomas como Fiebre, Tos, Dificultad respiratoria, Secreción y Goteo nasal, Fatiga, Dolor de garganta y de cabeza, Escalofríos, Malestar general se dará aviso inmediato a Isidoro Mendoza y al CGPLP.

Llevar a la persona al punto de aislamiento provisorio definido. Evitar todo contacto y solicitar asistencia a la autoridad sanitaria de la jurisdicción

Ante la aparición de síntomas fuera del horario laboral, la personas NO dirigirse a un centro asistencial, NO salir de su vivienda y comunicarse con autoridad sanitaria para su asistencia con el teléfono de referencia de su Ciudad o Localidad (148 en Pcia. de Bs As).

3. ACCIONES GENERALES PARA EL CONTROL DE TRANSMISIÓN DEL COVID 19

3.2 RECOMENDACIONES P/DESPLAZAMIENTOS HACIA Y DESDE EL TRABAJO

En viajes cortos intentar caminar o utilizar bicicleta, no utilizar el transporte público.

Recordar la importancia de una buena higiene de manos con agua y jabón o soluciones a base de alcohol o alcohol en gel, antes, durante y después de los desplazamientos que se vayan a realizar.

Desplázate provisto de un kit de higiene personal (alcohol en gel o en solución con agua) y utilizar protección naso bucal, tal como barbijo quirúrgico o similar.

Evitar aglomeraciones en los puntos de acceso al transporte que se vaya a utilizar.

En el caso de usar transporte público, respetar las distancias mínimas recomendadas (1,5 m.), no utilices los asientos próximos al chofer y utilizar protección naso bucal, tal como barbijo quirúrgico o similar.

Si es posible, desplazarse en vehículo particular y mantenerlo ventilado para garantizar la higiene y desinfección del interior de este.

Los vehículos personales y/o pertenecientes a la empresa, deben mantenerse ventilados y ser desinfectadas todas las superficies de contacto (volante, espejos, palancas, freno de mano, botoneras, manijas y baúl) previo y posterior a su uso. En los mismos, también debe respetarse las distancias mínimas de aislamiento social, por lo que, en vehículos de 5 plazas, podrán trasladarse el conductor y una persona más sentado en el asiento posterior diagonal.

3.2 INGRESO A OBRA

Diariamente se deberá:

- Realizar un estricto control de las personas que ingresen a la obra.
- Implementar las siguientes medidas: Al horario de inicio de turno establecido, en el ingreso principal de obra, se interrogará al trabajador/a sobre la existencia de alguno de los síntomas (tos, decaimiento y dificultad respiratoria) y se procederá a la toma de la temperatura corporal; afectando personal idóneo a tal efecto.
- En el caso de trabajadores/as que presenten temperatura superior a los 38° (grados centígrados) NO PODRAN INGRESAR A LA OBRA. Este control incluye a los trabajadores/as, personal técnico y profesionales.
- En estos casos, se apartará al trabajador de los lugares comunes y se comunicará la situación a los teléfonos de la autoridad sanitaria que corresponda a su jurisdicción; Igual conducta se seguirá en caso de presentar concurrencia de algunos síntomas identificados (Fiebre, Tos, Dificultad respiratoria, Secreción y goteo nasal, Fatiga, Dolor de garganta y de cabeza, Escalofríos, Malestar general).
- El equipo encargado de la tarea de control de ingreso debe estar equipado con un traje tipo Tyvek, máscara facial, barbijo y guantes de látex.
- Durante la jornada laboral NO se podrá salir a comprar insumos y/o alimentos, estos serán provistos por Isidoro Mendoza y/o el CGPLP.
- La fila de acceso a la obra será de acuerdo con la normativa de la OMS, con una separación como mínimo entre trabajador de 1,50 metros.
- A los efectos de evitar aglomeraciones, los trabajadores de las empresas subcontratistas deberán tener diferentes horarios de acceso a la obra.

3.3 RECOMENDACIONES PRÁCTICAS EN OBRA Y CONDICIONES GENERALES PARA EL CUIDADO PERSONAL

¿Cómo nos cuidamos?

- Se deberá colocar cartelería específica al nuevo riesgo laboral.
- Todos debemos lavarnos las manos con frecuencia con agua y jabón y/o alcohol en gel siendo la primera vez inmediatamente al ingresar a la obra o centro de trabajo.

- Efectuar la desinfección de su teléfono celular en caso de poseerlo.
- No tocarse la cara.
- Mantener distancias con el resto de los compañeros, NO MENOS DE 1.50 metros.
- Taparse con el pliegue del codo al estornudar o toser.
- No salivar o expectorar en el suelo.
- No generar contacto físico con otras personas (Saludos y Besos).
- No generar reuniones grupales.
- No compartir vasos, botellas, utensilios o cubiertos, mate.
- No fumar.
- Aquellas tareas que requieran de acciones colaborativas entre trabajadores deberán realizarse evitando cualquier tipo de contacto entre las personas.

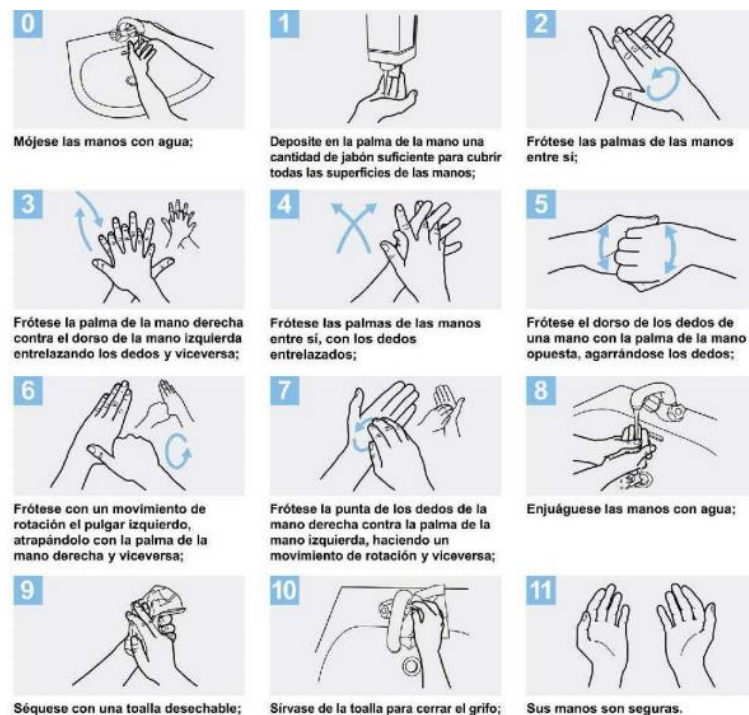
Todas las medidas de protección y de prevención que tienen por objetivo cuidar la salud de los trabajadores, técnicos y profesionales ante la existencia del coronavirus no deben visualizarse como “demoras” en las tareas, sino que, dadas las nuevas condiciones y medioambiente de trabajo, estas exigen nuevas medidas de seguridad que debemos incorporarlas rediseñando los procesos de trabajo en las diferentes tareas y/o etapas de los diferentes tipos de obra de nuestra Industria.

3.4 PROCEDIMIENTO DEL LAVADO DE MANOS

Información de la OMS – usando alcohol en gel (duración mínima 20 segundos)



Información de la OMS – usando jabón (duración mínima 40 segundos).



3.5 EN LOS LUGARES DE TRABAJO

¿Qué debemos hacer?

La Empresa proveerá el suministro de insumos de limpieza e higiene personal (disponer de alcohol en gel en acceso a obradores/lugares comunes y jabones en sanitarios).

También asignar a un encargado/s y cuadrilla/s para limpieza y desinfección, a los fines de mantener sus obradores, pañoles, y frentes de trabajo en condiciones de máxima limpieza.

Debemos ventilar con regularidad los ambientes de trabajo, aun en épocas de bajas temperaturas.

La Isidoro Mendoza conformará los trabajos previendo las suficientes separaciones entre los puestos de trabajos activos, con un factor de ocupación máximo de 1 persona/4 a 6m², manteniendo 1.50 m. de separación, priorizando el trabajo autónomo y aislado.

Efectuar limpieza húmeda frecuente de objetos y superficies, utilizando rociador o toallitas con productos de limpieza tales como alcohol al 70%, lavandina, etc.

Aumentar las frecuencias de limpieza de los espacios comunes de trabajo, por ejemplo 4 a 8 limpiezas diarias.

Qué podemos utilizar para limpiar

1. Lavandina comercial (común): Colocar un pocillo de café (100 ml) en un balde con 10 litros de agua. O colocar una cuchara sopera (10 ml) de lavandina en 1 litro de agua.

2. Alcohol líquido: Colocar 7 partes de alcohol y 3 partes de agua en un recipiente limpio o en un rociador. Tener en cuenta que es inflamable y tiene que estar alejado del fuego, por lo que en espacios como la cocina se desaconseja su uso.

3.6 EN LOS ESPACIOS DE COMEDOR/VESTUARIOS

¿Cómo se deben organizar?

Colocar cartelería específica del nuevo riesgo laboral.

Al inicio de la jornada laboral, aislar y ventilar la ropa de calle una vez colocada la ropa de trabajo.

Mantener siempre el orden y la limpieza en los lugares de trabajo.

Agregar en los espacios comunes insumos y recursos necesarios para asegurar el aseo del sitio (Jabón Líquido + Toallas de Papel o secador de aire eléctrico) y cumplir las frecuencias de limpieza establecidas.

Las mesas del comedor se deberán forrar con nylon para poder desinfectarlas fácilmente, antes y luego de cada turno de comedor.

A los fines de evitar las conglomeraciones de trabajadores, para el uso del espacio de comedores/vestuarios, se planificarán turnos para refrigerios/comedor; lo mismo para higiene personal en los vestuarios, será en grupos reducidos y desfasados en tiempo.

La separación mínima entre trabajadores será de 1.50 m. y factor de ocupación recomendado 1 persona/4 a 6m² (también en baños y vestuarios).

No pudiendo estar enfrentados en las mesas del comedor.

3.7 ACCIONES DE CAPACITACION y DIFUSION

¿Qué hacemos?

Colocar cartelería de difusión preventiva y recomendaciones visuales del nuevo riesgo.

La Empresa por medio de su Servicio Higiene y Seguridad debe organizar una capacitación específica para el encargado y cuadrilla de limpieza y desinfección.

Se incorporará a los módulos de capacitación en SST, los contenidos relacionados con las medidas de protección y de prevención frente a este nuevo riesgo biológico de estas acciones participarán todos los trabajadores, técnicos y profesionales de la obra.

3.8 USO DE LOS ELEMENTOS DE PROTECCION PERSONAL

¿Qué debemos hacer?

Conforme a la ley 19587, los decretos 351/79 y decreto 911/96 y la Resolución SRT 299/11; la Empresa proveerá en cantidad y tipo todos los EPP.

La Contratista debe proporcionarles a los trabajadores los correspondientes elementos acorde con el riesgo de la actividad laboral o profesional. Para su selección consultar al Servicio de Seguridad e Higiene.

Protección ocular, facial y respiratoria (barbijo quirúrgico o similar).

Guantes: Además de los que correspondan para el desarrollo de la tarea, para limpieza y desinfección de superficies, se deben utilizar guantes resistentes a la rotura.

Los EPP son individuales y **NO DEBEN COMPARTIRSE**.

Es fundamental garantizar la higiene y desinfección de las manos. Antes de colocarse un EPP nos debemos lavar las manos con agua y jabón o con alcohol en gel o alcohol al 70%.

Los EPP deben colocarse antes de iniciar cualquier actividad laboral que pueda causar exposición y ser retirados únicamente después de estar fuera de la zona de exposición.

El adecuado uso y tipo de EPP es fundamental para evitar vías de ingreso del virus al cuerpo de los trabajadores, de los técnicos y de los profesionales de la construcción.

¿Cómo utilizar y/o descontaminar un EPP correctamente?

Si se utilizan EPP descartables, **NO PUEDEN REUTILIZARSE**.

Los EPP descartables deben colocarse en contenedores adecuados y correctamente identificados, siguiendo los protocolos definidos por la empresa.

¿Y pueden REUTILIZARSE?

Aquellos que pueden reutilizarse se deben desinfectar antes y después del uso diario y posteriormente guardarse en el pañol, siguiendo las recomendaciones del fabricante y del empleador. El empleador debe proveernos de todos los insumos y elementos de limpieza

CASOS PARTICULARES – Guantes ¿Cuándo debemos usarlos?

Siempre!! y su material y tipo será de acuerdo con los agentes de riesgo presente en las tareas.

Si los guantes están dañados, cualquiera sea la tarea a realizar, **NO DEBEN UTILIZARSE**.

En las tareas de limpieza y en la desinfección de superficies comunes, de los locales sanitarios, comedores, cocinas y otros, se deben utilizar guantes resistentes a la rotura.

El material y el tipo de guante serán definidos por el responsable de salud y seguridad de la empresa.

Procedimiento seguro para el retiro de guantes – genérico.

Lo más importante es que el trabajador **NO** toque las partes “sucias del guante”



Paso 1: levantamos con dos dedos el borde del guante de la mano opuesta, y retiramos la mano.



Paso 2: con la mano, ya sin guante, enganchamos con el dedo índice el borde del otro guante, y también retiramos la mano hacia atrás.



Paso 3: Finalmente, tenemos en una sola mano, ambos guantes enrollados, sin tocar la parte sucia de los mismos. Procedemos a colocarlos en un cesto de residuos NO recuperables.

CASOS PARTICULARES – Barbijo ¿Cuándo y cómo debemos usarlos?

Siempre!! Para colocárselo se debe:

1. Levantar las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol, antes de ponerte un tapabocas.
2. Cubrirse la boca y la nariz con el barbijo y asegúrate de que no haya espacios entre tu cara y la máscara.
3. Evita tocar el barbijo mientras lo usas; si lo haces, lávate las manos con un con agua y jabón o con desinfectante a base de alcohol.
4. Cambia de barbijo en cuanto esté húmedo o visiblemente sucio.

Para quitarse el barbijo: Hacerlo por detrás sin tocar la parte delantera del barbijo, colocarlo inmediatamente en un recipiente cerrado y lavarse las manos con agua y jabón o con desinfectante a base de alcohol.

¿Cómo se limpia de manera segura un barbijo casero?

El lavado con jabón manual o en lavarropas es suficiente para limpiar adecuadamente el barbijo.

3ro - Barbijo común o filtro de partículas según el caso

- Colocación correcta
- Ajuste nasal
- Deslizar sobre el mentón
- Y chequear ajuste del barbijo



3.9 USOS DE VEHÍCULOS, HERRAMIENTAS, MÁQUINAS Y EQUIPOS

Limpiar las herramientas, máquinas de mano y equipos de trabajo antes de devolverlos en pañol.

Evitar el intercambio de herramientas y equipos, sin antes desinfectarlos adecuadamente según procedimiento.

En caso de utilizar vehículos para transporte de personal, se mantendrá una separación entre plazas de 1,50 m. Se desinfectarán los vehículos antes y después de cada traslado. Se viajará con ventanillas abiertas.

Ante relevos en la operación de equipos (ejemplos martillos neumáticos), limpiar y desinfectar adecuadamente el puesto de trabajo (controles, elementos de maniobra, puertas, etc.).

En el caso de uso compartido de vehículos y equipos, desinfectar de manera regular comandos, volante, tablero, puertas, espejos, etc.

La opción recomendable para evitar contagios es la aplicación de un programa de mantenimiento, donde se incluyan las tareas de limpieza; antes y después de las operaciones.

3.10 ACCIONES A SEGUIR ANTE LA APARICIÓN DE SÍNTOMAS DURANTE LA JORNADA...

En caso de presentar síntomas como fiebre, dolor de garganta, tos seca, dificultad para respirar, o pérdida del olfato el trabajador deberá abstenerse de concurrir al lugar de trabajo. NO dirigirse a un centro asistencial, NO salir de su vivienda, y, comunicarse inmediatamente con la autoridad sanitaria al teléfono 148 (o al número de la autoridad sanitaria pertinente según la Localidad que corresponda) para proceder según las instrucciones que le brinden. Inmediatamente, notificará a Isidoro Mendoza (llamando al número de contacto que le será indicado a tal fin).

Si el trabajador se encuentra en el procedimiento de control previo al ingreso del trabajo Si en la rutina de “Control de Ingreso” el trabajador presenta alguno de los síntomas mencionados en el apartado anterior, quién esté a cargo del control de ingreso del personal deberán impedir su ingreso al PLP y mantenerlo aislado, dando cumplimiento a los protocolos de la autoridad sanitaria respecto del traslado de este. Se dará aviso al Sr. Isidoro Mendoza y al teléfono 148 (o al número de la autoridad sanitaria pertinente según la Localidad que corresponda).

Si el trabajador está en la obra trabajando Si durante la jornada laboral, algún trabajador manifiesta alguno de los síntomas indicados, deberá separarse inmediatamente del grupo, dirigirse al área de aislamiento y control sanitario y quedar allí en espera. No se lo dejará reingresar a ninguna de las instalaciones del CGPLP, por ejemplo: vestuario. El afectado, su jefe o capataz dará aviso al teléfono 148, al personal de GCyO (Área Seguridad) y al Sr. Isidoro Mendoza.

EVITA AUTOMEDICARTE!! Más Información www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19

Actuaciones ante un caso de coronavirus

De existir un caso confirmado por las autoridades sanitarias de COVID-19 en alguna persona perteneciente a la empresa, o de personas convivientes con los mismos, se establecerán las medidas recomendadas por el servicio de epidemiología. Se pondrán en marcha las actuaciones pertinentes en el lugar de trabajo, especialmente las de limpieza y desinfección de las superficies y zonas en contacto con la persona afectada, utilizando hipoclorito (colocar 100 ml de lavandina de uso doméstico en 10 litros de agua).

Reincorporación

La reincorporación del personal afectado y recuperado se producirá en el momento en que el sistema de salud determine que la enfermedad ha sido superada y que no hay riesgo de transmisión a la comunidad, se podrá incorporar con normalidad a sus actividades diarias conforme a indicaciones médicas

4. GRUPOS DE RIESGO

Se recomienda a los trabajadores mayores de 60 años y a todos los que integren grupos de riesgo cubrir sus responsabilidades a través de teletrabajo de manera coordinada con la Empresa.

Integran los grupos de riesgo las siguientes personas:

- a) Inmunodeprimidos o en tratamiento con medicamentos inmunodepresores
- b) Con antecedentes respiratorios graves (asma, bronquitis crónica, etc.)
- c) Con antecedentes cardiacos graves
- d) Mayores de 60 años
- e) Embarazadas
- f) Con diabetes tipo 1 (insulinodependientes)
- g) Con insuficiencia renal o en tratamiento de diálisis
- h) Trasplantados I) Con enfermedades oncológicas

En caso de tener dudas sobre si una patología o estado implica riesgos mayores consultar al servicio médico.

**CUIDAMOS NUESTRO TRABAJO
PRESERVANDO NUESTRA SALUD**

Isidoro Mendoza Fretes
DNI N° 92.152.416