



PROTOCOLO DE HIGIENE Y SALUD EN EL TRABAJO

En el marco de la EMERGENCIA PANDEMIA COVID-19 de conformidad con las tareas prestadas por los trabajadores de la Empresa SUCOAS S.R.L. en cada uno de los establecimientos del empleador y/o lugares de trabajo. Con el fin de evitar contingencias en el ámbito del trabajo y la propagación del agente COVID-19 en la comunidad.

Alcance : las siguientes medidas de protección y de prevención prácticas son para todos los trabajadores/as, técnicos y profesionales que desarrollan sus saberes, en los diferentes tipos de obras de la industria de la construcción.

En relación a la emergencia, se indica a los trabajadores mayores de 60 años y a todos los trabajadores que integren grupos de riesgo, cubrir sus responsabilidades a través de teletrabajo. Asimismo se indica a todos que en caso de tener fiebre, tos, dificultad para respirar, dolor de garganta, falta del olfato o gusto, no deben concurrir al trabajo, deben llamar a la Empresa comunicando tal situación y comunicarse con el n° 148 con el fin de prevenir contagios.

A tal respecto deberán los trabajadores de la empresa realizar el autodiagnóstico de la aplicación CUIDAR covid-19 implementada por el gobierno nacional antes de salir de su domicilio . Cabe recordar que dicha declaración reviste el carácter de declaración jurada.

INFORMACIÓN GENERAL sobre COVID 19.

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.

SINTOMAS

- Fiebre.
- Tos.
- Dificultad respiratoria.
- Secreción y goteo nasal.
- Fatiga.
- Dolor de garganta y de cabeza.
- Escalofríos.
- Malestar general.
- Afectación sentidos del olfato y gusto.



INTEGRAN EL GRUPO DE RIESGO LAS SIGUIENTES PERSONAS:

- Inmunodeprimidas o en tratamiento con medicamentos inmunosupresores
- Con antecedentes respiratorios graves (asma, bronquitis crónica, etc.)
- Con antecedentes cardíacos graves
- Mayores de 60 años
- Embarazadas
- Con diabetes tipo 1 (insulino dependientes)
- Con insuficiencia renal o en tratamiento de diálisis
- Trasplantados
- Con enfermedades oncológicas

ACCIONES GENERALES PARA EL CONTROL DE TRANSMISIÓN DEL COVID 19.

CONDICIONES GENERALES PARA EL CUIDADO PERSONAL.

¿Cómo nos cuidamos? Algunas recomendaciones prácticas:

- 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.

INGRESO A OBRA

Se realizará un estricto control de las personas que ingresen a obra. Este procedimiento podrá ser realizado por la empresa o por el comitente principal a ingresar a sus instalaciones.

Manteniendo el distanciamiento social, se realizará la vigilancia de síntomas compatibles.

Se procederá a la toma de su temperatura corporal, y se registrará, utilizando termómetro digital sin contacto.

Se realizará un registro de Ingresos, incluyendo datos personales y datos de contacto, de cada persona que ingresa, sin importar su función. Los datos personales a relevar son nombre, apellido, DNI y firma. Se registrarán y documentarán datos en dos columnas diferenciadas: censo de temperatura corporal y síntomas compatibles con COVID-19.

Previo a la firma del Registro de Ingresos, el trabajador se lavará y desinfectará sus manos.

Se desinfectará el bolígrafo empleado para la firma del registro de ingresos, entre cada uno de los usos.

El personal ingresa luego a vestuario o sus rutinas.

ACCIONES ANTE LA DETECCIÓN DE SÍNTOMAS AL INGRESO:

En el caso de trabajadores/as que presenten temperatura superior a los 37.5° (treinta y siete grados centígrados con cinco décimas) NO PODRAN INGRESAR A LA OBRA. Este control incluye a los trabajadores/as, personal técnico y profesionales.

Se repetirá la medición de temperatura para confirmar



En estos casos, se apartará al trabajador, técnico ó profesional de los lugares comunes, llevándolo a un punto de aislamiento y se comunicara de inmediato al supervisor de la empresa, quien realizara a continuación la siguiente rutina :

- Primer llamado: se comunicará la situación a los teléfonos de la autoridad sanitaria que corresponda a su jurisdicción. En caso de provincia de Buenos Aires es el 148 .
- Segundo llamado: concurrentemente, se derivará a PROVINCIA ART . 0800-333-1333 EMERGENCIAS MEDICAS
- Igual conducta se seguirá en caso de presentar algunos síntomas identificados (Fiebre, Tos, Dificultad respiratoria, Secreción y goteo nasal, Fatiga, Dolor de garganta y de cabeza, Escalofríos, Malestar general).

Cada trabajador deberá comunicar si realizó viajes al exterior o a países de riesgo en el último tiempo, o si existió un posible contacto con personas que realizaron viajes al exterior o a países de riesgo.

El personal deberá informar si sus cónyuges trabajan en SALUD con el fin de gestionar sus horarios y cambiarlos en caso de necesidad.

En caso de presentar certificado médico que aconsejen aislamiento, se le será asignada tareas para realizar en su casa.

A partir del 09/04/2020, la Región de La Plata, Berisso y Ensenada fue incluida por el Ministerio de Salud de la Provincia de Bs.As. dentro de las regiones con transmisión local del virus, por lo que representa una región con potencial endémico.

La nueva definición de caso sospechoso de COVID-19 incluye a toda persona que presente fiebre de 37,5°C o más y uno o más de los siguientes síntomas: tos, dolor de garganta, dificultad respiratoria, falta de olfato o gusto (anosmia/disgeusia) , fatiga , sin otra enfermedad que explique completamente el cuadro clínico.

PUNTOS DE DESINFECCION

Se prevee la provision constante e ininterrumpida de alcohol en gel o solución hidroalcohólica sanitizante en sector de obrador y también en envases para su transporte al sitio de los trabajos en caso de realizarse los mismos fuera del mismo.

También se prevee la desinfección de espacios de usos comunes interiores mediante la aspersión de solución de lavandina con agua , mediante el uso de aspersor tipo mochila .

Se utilizarán los siguientes productos para limpieza y desinfección :

* 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.

* 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

DENSIDAD DE OCUPACION DE VESTUARIOS / PAÑOL :

El factor de ocupación recomendado 1 persona/ 4 a 6m² (también en baños y vestuarios)..

SALIDAS DURANTE LA JORNADA

Para las salidas para la compra de insumos y/o alimentos se podrá asignar 1 único trabajador .
Quedan prohibidas las salidas por diligencias, trámites ó similares.



EGRESO DE OBRA A FIN DE JORNADA

El personal se efectuara un lavado y desinfección de manos.

TRANSPORTE DE PERSONAL

El personal afectado a la obra posee movilidad propia y no se prevee la utilización de transporte publico. La movilización dentro de la obra se realizara a pie a cielo abierto.

DISTANCIAMIENTO SOCIAL

Se recuerda que la mejor prevención de contagio del virus COVID 19 es el distanciamiento social evitando "contactos estrechos". La Empresa ha dispuesto que las personas evitaren estar a menos de 2 metros de distancia entre ellas. En caso que esta distancia no pueda respetarse, se deberán utilizar EPP para evitar un posible contagio (principalmente guantes, uso de barbijos y/o protectores faciales de ser necesario).

A su vez no se podrán realizar reuniones, promoviendo los medios digitales para las mismas, y también evitar conglomeramiento de personas en zonas comunes.

Se prevee el uso de barbijo tapabocas obligatorio en todo el ámbito de trabajo.

En caso de que se requiera realizar un trabajo que implique proximidad a menos de 3 metros de otra persona se prevee la utilización de protección ocular anteojos y protector facial completo adicional.

RECOMENDACIONES AL LLEGAR A CASA:

1. En la puerta de ingreso a la casa deberá haber siempre un trapo húmedo con lavandina y agua para la limpieza del calzado, en su defecto, el calzado deberá permanecer fuera del hogar hasta proceder a su limpieza
2. No toques nada antes de lavarte las manos ni te sientes en superficies que no puedan ser fácilmente desinfectadas (por ejemplo camas).
3. Todos los objetos que traes de afuera (lentes, celular, billetera, mochilas, compras, etc.) deberán quedar sobre una superficie que luego pueda ser desinfectada (por ejemplo una mesa), y proceder a desinfectar con solución de lavandina o solución de alcohol.
4. Desechar cualquier recibo de compra (si los necesitas para llevar tu contabilidad podes sacarles una foto).
5. Sacate la ropa que traes puesta y ponela directamente a lavar.
6. BAÑARSE

ADECUADA HIGIENE RESPIRATORIA:

Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar descartándolo inmediatamente.

USO DE ELEMENTOS PARA COBERTURA DE BOCA Y NARIZ:

El uso de cubre boca puede ayudar a disminuir el contagio, pero no es un sustituto de otras medidas de aislamiento e higiene, por lo tanto es fundamental que este acompañado por las medidas de higiene establecidas que se detallan a continuación.



COMO COLOCAR EL CUBRE BOCA:

- Lávese las manos con abundante agua y jabón o con una solución a base de alcohol al 70%.
- Tome el cubre boca de las tiras laterales, apóyelo sobre la cara y ajuste las tiras por detrás de las orejas o átelo por detrás de la cabeza.
- Acomódelo y ajústelo de manera que cubra el mentón y la nariz. Verifique que permita una buena visión.
- Evite tocar el cubre boca durante su uso, si lo hace lávese las manos. Si se humedece cámbielo.
- No apoyar en superficies sucias.
- No compartir

COMO RETIRAR EL CUBRE BOCA:

- Lávese las manos con abundante agua y jabón o con una solución a base de alcohol al 70%.
- Retírelo tomándolo desde las tiras.
- No toque el lado interno ni el externo del cubre boca.
- Desechar en lugar indicado. Si es reutilizable lávelo con jabón neutro y agua tibia.
- Lávese las manos con abundante agua y jabón o con una solución a base de alcohol al 70%.

RECOMENDACIONES DE HIGIENE DE EPP

Estos son de uso exclusivamente personal, no se deben compartir.

- Semimáscaras se deben lavar con agua y jabón (salvo filtros que se deben quitar antes del lavado), mantenerlos en una bolsa hermética.
- Orejeras de copa · Limpiar la parte acolchada con agua tibia y jabón suave. No utilizar alcohol o solvente. Cuando las orejeras presenten rajaduras o no tengan todos los empaques, solicitar cambio ya que en este estado no dan la protección necesaria.
- Gafas o lentes de seguridad Limpiar con un paño húmedo antes de comenzar la jornada. Si están sucias o rayadas limitan la visión solicitar recambio. Para evitar que se empañen los lentes se limpian con alcohol.
- Ropa de trabajo, colocarla en bolsas y enviar al lavadero periódicamente.
- Casco, limpiar con agua tibia y jabón suave. .
- Calzado de seguridad, mantenerlo limpio y en lugares separados de la ropa en la taquilla, ya que arrastran contaminantes químicos o biológicos.

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, y Malestar general dar aviso inmediato al supervisor .

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, las personas NO deben dirigirse a un centro asistencial, NO deben salir de su vivienda y comunicarse con autoridad sanitaria para su asistencia con el teléfono de referencia de su Ciudad o Localidad (107 Caba, 148 Pcia. de Buenos Aires y otros- ver listado in fine)



CONTINGENCIA

- **ANTE CASOS POSITIVOS:** A partir del **Registro de Ingresos**, y generar un listado de personal con contacto estrecho, mediante análisis de trazabilidad y evaluando la conformación de cuadrillas que hubiese efectuado la Jefatura de Obra.
- Aquéllos con contacto estrecho, deberán ingresar en aislamiento preventivo, y mientras el caso inicial esté en evaluación ó tratamiento, estos trabajadores no pueden concurrir a la obra, debiendo permanecer en sus viviendas. Se mantendrá contacto de seguimiento del caso por los canales de comunicación que defina RRHH de cada Empleador.

CONTACTO ESTRECHO:

- Se referencian a título informativo las siguientes condiciones para definir Contacto Estrecho (ambas condiciones 1 y 2 simultáneas):

CONDICIÓN 1:

- Durante la ventana de espacio temporal desde 14 días antes de la aparición de síntomas.

CONDICIÓN 2:

- Haber permanecido más de 15 minutos en contacto próximo cara a cara, a menos de 1.00 metro.
 - Haber compartido espacio cerrado por un plazo mayor a 2 horas.
 - Poseer nexo epidemiológico o ser conviviente de casos positivos.
 - Haber compartido cualquier transporte, a una distancia menor a 1.00 metro.
- *Estas condiciones son solo indicativas a los fines de hacer la posible trazabilidad epidemiológica del paciente; en este mismo sentido y dada la posibilidad de cambios en estas definiciones debemos observar los lineamientos permanentes de la OMS y del Ministerio de Salud de la Nación.*

LIMPIEZA Y DESINFECCION DE VEHICULOS Y SUPERFICIES DE CONTACTO

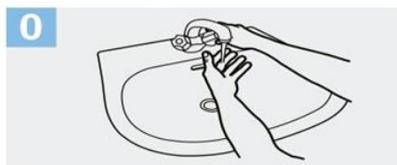
- 1- Para poder lograr una correcta desinfección es necesario que en primera instancia se realice un buena limpieza, que se retire la suciedad gruesa, es decir barro o restos de polvo que se encuentren en el vehículo y sus superficies de contacto (luneta, manijas, puertas, volante, palanca de cambio, paneles de puertas, detrás de los asientos en caso de ser cuero o cuerina, etc.), la misma debe realizarse con un paño húmedo con detergente y enjuagarlo con paño húmedo hasta que no haya espuma (recordar mantener el paño limpio y en buenas condiciones de higiene). La limpieza debe realizarse cada vez que sea necesario, cada vez que se constate la presencia de suciedad y siempre antes de la desinfección.
- 2- Finalizada la limpieza se procede a la desinfección con agua lavandina (hipoclorito de sodio) al 5%. Es muy importante verificar en el envase la concentración de cloro que posee, generalmente se encuentra a 25 g Cl/l. Colocar 500 ml de agua lavandina de concentración 25 g Cl/l en 25 litros de agua, realizar una correcta homogeneización y proceder a la desinfección rociando las superficies a limpiar y dejar actuar 5 minutos. Pasado ese tiempo enjuagar (puede hacerse con un paño limpio), secar con papel tissue y colocar

alcohol etílico al 70 % (en un atomizador de 100 ml colocar 70 ml de alcohol y 30 ml de agua). Para las superficies porosas que no admitan mojarse como ser el tapizado de los asientos o algunos paneles de las puertas rociar con desinfectante tipo "Lisoform" o "Ayudín". La desinfección con agua lavandina debe realizarse como mínimo antes de comenzar con los traslados y al finalizar los traslados y volver a repetir entre un traslado y otro; mientras se encuentre en el mismo traslado con el mismo personal, mantener las superficies con una solución de alcohol etílico al 70%.

- 3- No mezcle detergente con lavandina ya que al estar en contacto generan vapores tóxicos.
- 4- No use en exceso lavandina, colocándola más pura no significa que tenga mayor efecto, la dosis recomendada esta validada mediante hisopado de superficies.
- 5- Terminado el proceso lavarse las manos de manera completa con agua y jabón.

METODO ADECUADO PARA EL LAVADO DE MANOS CON AGUA Y JABON

Duración mínima 40 segundos



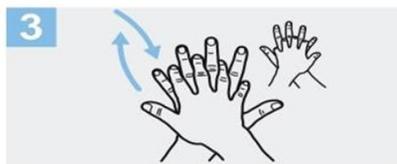
0 Mójese las manos con agua;



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



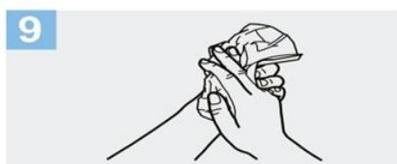
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



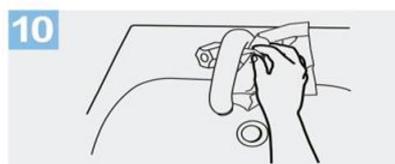
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



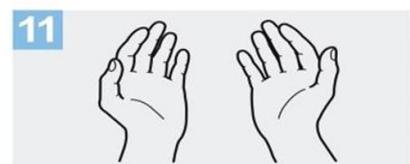
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



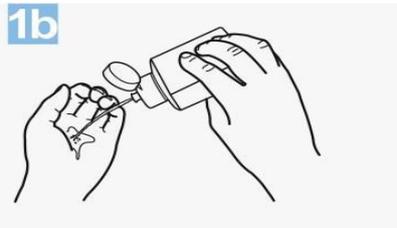
11 Sus manos son seguras.

METODO ADECUADO PARA EL USO DE SOLUCIONES A BASE DE ALCOHOL

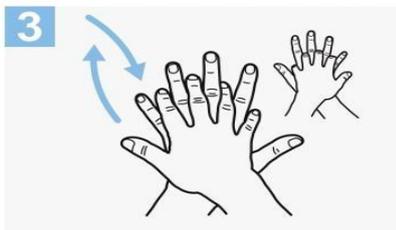
Duración mínima 20 segundos



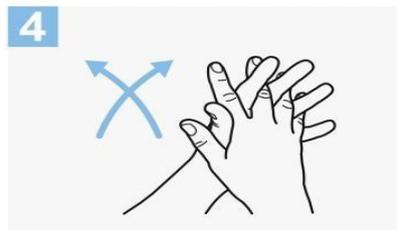
1a
Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



2
Frótese las palmas de las manos entre sí;



3
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



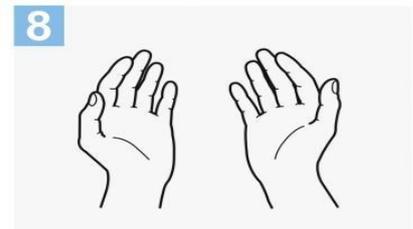
5
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



6
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



7
Frótese 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.

Crédito: OMS

RECOMENDACIONES EN OFICINAS Y SALAS:

- Evitar reuniones masivas, en el caso de recibir visitas se debe cumplir con el distanciamiento social.
- Se deberá disponer de alcohol en gel en zona próximas a los ingresos, para permitir que toda persona que ingresen puedan desinfectarse.
- Se deberá disponer de un trapo/batea con lavandina para que el personal pueda higienizar su calzado antes del ingreso.
- Se deberá disponer de jabón líquido y papel en todos los sanitarios para poder higienizarse las manos de forma correcta.
- Se deberá mantener el orden y limpieza.
- Mantener las superficies de trabajo sin elementos que puedan preservar el virus o dificulten la limpieza (papeles, objetos, etc).

RECOMENDACIONES EN EL TRANSPORTE DEL PERSONAL:

El personal que se traslade en auto/camioneta se debe limitar a una persona por fila de asientos. En su defecto deberán disponerse las medidas de contención necesarias (barbijo y/o máscara sin válvula de exhalación).

El personal que se traslade en combis, colectivos o transporte similar debe hacerlo limitándose a mantener la ocupación en un asiento por fila y en forma cruzada. Se deberán marcar o bloquear aquellos asientos que no se utilicen.

Se debe disponer en cada vehículo de alcohol en gel para que cada persona pueda desinfectarse al subir. Antes de cada transporte de personal debe higienizarse el vehículo con una solución de agua y lavandina. En el caso de tapizados, deberá aplicarse un aerosol desinfectante.

RECOMENDACIONES DURANTE EL TRABAJO:

En los frentes de trabajo se deberán respetar la distancia de 2 metros entre personas para evitar contactos estrechos. En caso que por la mecánica del trabajo no permita respetar dicha distancia, se deberán utilizar EPP correspondientes para evitar un posible caso de contagio entre personas.

El personal deberá contar en el frente de trabajo con alcohol en gel para poder desinfectarse las manos en forma periódica.

Las herramientas y máquinas-herramientas utilizadas durante el trabajo deberán higienizarse y desinfectarse al final de la jornada.

RECOMENDACIONES DE SALUD

Coronavirus (covid-19): LA CLAVE ES OCUPARSE, NO PREOCUPARSE



Mínimo contacto con el personal (saludo sin contacto).



higienizarse con agua y jabón o alcohol diluido / gel luego de cada operación.



Limpiá los objetos de uso compartido antes y al finalizar las operaciones.



Ventila los ambientes cerrados, sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas, debe hacerse con regularidad para permitir el recambio de aire.



1,5 Mt



Mantené una distancia mínima de 1,5 - 2 mts.

CUIDATE!! El Cuidado Empieza En Vos