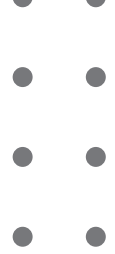




GUÍA ORIENTATIVA PARA REDUCIR EL RIESGO DE CONTAGIO POR COVID-19 EN LAS EMPRESAS



GUÍA ORIENTATIVA PARA REDUCIR EL RIESGO DE CONTAGIO POR COVID-19 EN LAS EMPRESAS

Documento elaborado por el Ministerio de Industria, Comercio y Mipymes (MICM)



Introducción

LA MAYORÍA DE LOS PAÍSES DEL MUNDO SE ENCUENTRAN ANTE UNA EMERGENCIA DE SALUD PÚBLICA, PROVOCADA POR EL BROTE DE UN VIRUS DENOMINADO “SARS-COV-2”, LO CUAL HA GENERADO LA ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS (COVID-19).

El COVID-19 es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus, una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. Los síntomas más comunes son fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden presentar dolores, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas se infectan, pero no desarrollan ningún síntoma y no padecen afecciones médicas.

Una persona puede contraer el virus por contacto con otra que esté infectada. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala. Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer el COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si inhalan las gotículas que haya esparcido una persona infectada al toser o exhalar.





El virus puede sobrevivir en distintas superficies, como son las siguientes:

-  **Pañuelos y hojas de papel** (30 minutos)

-  **Aluminio** (2 a 8 horas)

-  **Látex** (hasta 8 horas)

-  **Cartón** (24 horas)

-  **Madera** (1 día)

-  **Superficies de tela** (1 día)

-  **Cristales** (2 días)

-  **Plásticos, teléfonos, teclados** (3 días)

-  **Aire** (3 horas)

-  **Barandales y manijas** (3 días)

-  **Billetes** (4 días)

-  **Acero inoxidable** (4 días)

-  **Cobre y monedas** (4 horas)

-  **Cerámica** (5 días)

-  **Teflón** (5 días)

Esta situación ha originado que los Gobiernos de las diferentes naciones adopten medidas que incidan sobre la propagación del virus, medidas que van desde las personas hasta las empresas y los empleados. República Dominicana no ha sido la excepción: desde el mes de marzo el país se declaró en Estado de Emergencia y desde entonces los poderes públicos han ido estableciendo iniciativas que obligan, más que nada, a mantener el distanciamiento social. Esto ha provocado que muchas empresas se vean en la obligación de cesar sus operaciones y enfrentar momentos de incertidumbre en materia de generación de empleo e ingresos.

BAJO ESTE ESCENARIO, LA PRESENTE GUÍA TIENE COMO OBJETIVO ORIENTAR A LAS EMPRESAS DOMINICANAS, EN GENERAL, SOBRE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS NECESARIAS PARA REDUCIR Y MITIGAR LA EXPOSICIÓN Y CONTAGIO DE LOS TRABAJADORES EN LA EMPRESA, CON EL FIN DE QUE PUEDAN RETOMAR SUS OPERACIONES INDUSTRIALES Y COMERCIALES, MITIGAR LAS CONSECUENCIAS NEGATIVAS DE LA SUSPENSIÓN DE LAS OPERACIONES Y DINAMIZAR LA ECONOMÍA NACIONAL.



(Occupational Safety and Health Administration, 2020)
(Organización Mundial de la Salud, 2020)



Medidas básicas de higiene que deben adoptar las empresas



Higiene personal de empleadores y trabajadores:

- **Disponer áreas sanitarias y de aseo,** adecuadas y limpias para el personal.
- Si está al alcance del empresario, disponer a los trabajadores **instalaciones de duchas y vestuarios adecuados.**
- **Establecer programas de higiene personal** adaptados a las necesidades y a todas las áreas de la empresa.

Instruir al personal sobre el lavado de manos adecuados, proporcionando jabones antibacterial de manos.

En la medida de lo posible, publicar imágenes ilustrativas.



- **Utilizar vestimenta adecuada** y disponer de los equipos de protección idóneos (guantes de látex o nitrilo, tapabocas, mascarillas con filtro, entre otros), en todas las áreas, aportando mayor rigurosidad en áreas de producción, control y almacenamiento.

Disponer de gel antibacterial en las áreas de alto tránsito al interior del establecimiento.



- Ejecutar la operación esencial, particularmente labores de mantenimiento, con la **menor cantidad de empleados posible** garantizando la seguridad y las medidas de prevención, con el fin de evitar el contagio entre los trabajadores.
- Los trabajadores con síntomas de enfermedad, que pudieran atentar contra la salud colectiva, deberán recibir **asistencia médica inmediata.**
- Informar y capacitar a los trabajadores sobre los aspectos básicos del virus, la forma de transmisión y las medidas de prevención.

Prohibir cualquier práctica antihigiénica que pudiera afectar la producción, como la aglomeración de trabajadores.



(Occupational Safety and Health Administration, 2019)
(Escuela Europea Excelencia, Norma ISO 45001-2018)



Higiene para locales, talleres, almacenes o depósitos de producción:

- **Establecer programas de limpieza, desinfección, y control de plagas,** adecuados a las necesidades específicas de cada área de la empresa.
- **Permitir una limpieza eficiente y profunda,** incrementando la frecuencia de desinfección de superficies, elementos y equipos de trabajo.
- **Minimizar la contaminación,** putrefacción, afectación de la materia prima o el producto final.

Crear áreas auxiliares de lavado y aseo para el personal antes de entrar en contacto con el proceso.



- Proporcionar la **ventilación e iluminación suficiente en los espacios de trabajo.**



Higiene para equipos, materia prima y productos terminados:

- **Adecuarlos para el uso previsto** con el fin de poder desinfectarse, limpiarse y mantenerse higienizados.
- Diseñar **medidas que eviten la contaminación** de estos, adecuándose al proceso productivo de la empresa.
- Los **accesorios** que no estén en uso deberán ser **limpiados, desinfectados, guardarse secos y protegidos** del polvo, salpicaduras o agentes externos que puedan contaminarlos.
- Los **agentes de limpieza y desinfección** utilizados deberán especificar su contenido y su efectividad.

La **materia prima** deberá **protegerse** de la humedad, del aire libre, y del polvo.



(Occupational Safety and Health Administration, 2019)
(Escuela Europea Excelencia, Norma ISO 45001-2018)



Medidas de prevención contra propagación de COVID-19 en las empresas

Tomar, de forma rutinaria, la **temperatura corporal** al ingreso, inicio y salida del turno o jornada laboral.



- **Evaluar y eliminar los riesgos** a los cuáles pueden estar expuestos los trabajadores.
- **Promover el distanciamiento social**, manteniendo una distancia mínima de 1 metro entre las personas, evitando contacto directo, agregando marcas de distancia e indicando cantidad máxima de empleados en los espacios
- Incluir **barreras físicas** para detener la propagación de gérmenes.
- **Evitar el uso compartido** de equipos o dispositivos entre el personal de trabajo.

Limitar los contactos directos, actividades sociales, entrenamientos, e incentivar a respetar la distancia recomendada (al menos 1 metro entre dos personas).



- **Usar un equipo de protección personal** adecuado y artículos de limpieza que permitan la higiene continua.
- **Aislamiento y manejo oportuno** de trabajadores con casos con síntomas respiratorios.

Adoptar horarios flexibles procurando el menor número de personas en el ambiente de trabajo.



- En la medida de lo posible, **coordinar autobuses colectivos u otro medio de transporte permitido** para que el personal tenga el menor contacto posible con personas diferentes de la empresa.
- **Escalonar el trabajo del personal y los descansos** para reducir el número de empleados en el área de comedor en cualquier momento del horario laboral.
- **Colocar avisos visibles** para el personal, que promuevan la higiene de las manos y el distanciamiento físico, así como para los clientes que ingresen a la empresa, según sea el caso.



- **Implementar procedimientos de limpieza y desinfección** de equipos, locales, superficies de contacto, puntos de contacto, mostradores, utensilios de servicio, expositores de autoservicio abiertos, entre otros.
- **Regular el número de clientes que ingresan**, para evitar aglomeración y controlar filas de manera consistente con la recomendación de distanciamiento físico tanto dentro como fuera del lugar.
- **Proporcionar desinfectantes para manos**, desinfectantes en aerosol y toallas de papel desechables en los puntos de entrada.
- **Hacer anuncios regulares** para recordar a los clientes y empleados que sigan los consejos de distanciamiento físico y que se limpien las manos regularmente.
- **Introducir barreras** de acrílico en las cajas y mostradores como un nivel adicional de protección para el personal.
- **Fomentar** el uso de pagos sin contacto.
- **Mantener las puertas abiertas** donde sea posible para minimizar el contacto.

Evitar reuniones presenciales, reemplazándolas por encuentros virtuales.



- **Lavado diario de los elementos personales de trabajo**, como uniformes, cascos, zapatos, entre otros.

(Occupational Safety and Health Administration, 2020)
(Organización Mundial de la Salud, 2020)



Prácticas orientadas a sensibilizar a los trabajadores para la prevención de COVID-19



ES FUNDAMENTAL CUMPLIR CON UN PROTOCOLO DE BUENAS PRÁCTICAS EN EL LUGAR DE TRABAJO, CON EL FIN DE LOGRAR UN REINTEGRO SEGURO DE LOS TRABAJADORES A SUS LABORES, ASUMIR UN COMPROMISO SERIO Y PUESTA EN MARCHA DE TODAS LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD Y PREVENCIÓN REQUERIDAS PARA REDUCIR EL CONTAGIO DEL VIRUS.

- **Comunicar el protocolo de forma interna y externa**, informando a todos los trabajadores e incentivarlos a aplicar las medidas higiénicas establecidas.
- **Realizar un levantamiento** de datos médicos de los trabajadores, enfocándose en el entorno cercano (familia y comunidad).
- **Abastecer y acondicionar** las instalaciones de la empresa, suministrando los insumos, equipos y productos de higiene necesarios.
- **Informar al personal de limpieza** sobre la mejor forma de realizar su labor, y de tomar todas las medidas de precaución necesarias para salvaguardar su vida y la de todo el personal de la empresa.
- **Designar** un personal encargado de supervisar el cumplimiento del protocolo.
- **Lavado de manos** cada vez que entren y salgan de un área de la empresa (agua, jabón y/o gel antibacteriano 70% de alcohol o más).
- **Proporcionar un transporte seguro al personal**, los vehículos que pertenecen o prestan servicios a la empresa dedicados al transporte de empleados, serán desinfectados en la parte interna y externas, cristales abiertos, dispensador de gel desinfectante en la puerta del vehículo, montarse y desmontarse de manera ordenada para garantizar distancia mínima de 1 metro, cumplir con el protocolo antes y después de cada servicio.
- **Evitar aglomeraciones** en horas de afluencia en las instalaciones de la empresa, tales como: horas de almuerzo o de ingreso/salida de la jornada laboral. Asimismo, asignar diferentes turnos de horario, evitando la concurrencia de personas.



No promover estigmas ni discriminación en el lugar de trabajo, e identificar a las personas que pueden estar en riesgo y apoyarlas.



- **Promover el trabajo remoto**, el caso de que aplique.

(Organización Mundial de la Salud, 2020)
(Asociación de Comerciantes e Industriales de Santiago de Chile, 2020)





¿Qué hacer en caso de **reuniones o eventos empresariales?**



ANTES

- **Evitar reuniones cara a cara**, haciendo uso de teleconferencias.
- **Verificar si es necesaria la asistencia de muchas personas**, reduciendo la lista al menor número.
- **Disponer el uso de mascarillas** para todos los integrantes.
- **Lleve a cabo el protocolo de limpieza personal** antes y después de la reunión.
- **Evite la distribución** de refrigerios en la reunión.



DURANTE

- **Construya confianza** con el fin de aminorar la carga emocional de la reunión.
- Si hay espacio, **dejar un asiento en medio de cada participante** para que estos se encuentren al menos a un metro de distancia de los demás participantes.
- Asegurarse de que el lugar **se encuentre ventilado correctamente**.
- Si alguien se empieza a sentir enfermo, **iniciar el plan de prevención** o llamar a las autoridades locales.
- **Agradecer a todos los participantes** por su cooperación con las provisiones de lugar.



DESPUÉS

- **Conserve los nombres y contactos** de todos los participantes durante al menos un mes.
- Si alguien en la reunión o evento fue aislado como un caso sospechoso de COVID-19, el organizador **debe informar a todos los participantes**.

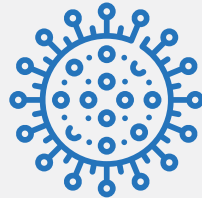
(Organización Panamericana de la Salud, 2020)



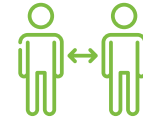
¿Cuándo un empleado no debe ir a trabajar?



Si el empleado tiene síntomas como: fiebre, cansancio y tos seca, en algunos casos pueden presentar dolores, congestión nasal, dolor de garganta, dificultad para respirar o diarrea.



Si el empleado es positivo para COVID-19.



Si el empleado estuvo en contacto con una persona infectada (familiares, amistades o compañeros de trabajo con quien interactuó sin tomar medidas de prevención).



(Organización Panamericana de la Salud, 2020)



¿Cómo combatir el estrés en empleados y empleadores durante el brote de COVID-19?



Recomendar un estilo de vida saludable, seguir una dieta adecuada, dormir, hacer ejercicio y/o mantener comunicación vía telefónica con amistades y seres queridos.



No recurrir al tabaco, alcohol u otras drogas para lidiar con sus emociones. Si se siente superado por la situación, hablar con un trabajador de salud o consejero en cuestiones de salud.

*La Vicepresidencia de la República puso en operación la “Línea de la Felicidad”, que ofrece ayuda psicológica a quién lo necesite. Para acceder al servicio, marcar de lunes a viernes de 8:00 de la mañana a 5:00 de la tarde al *321 desde un teléfono móvil, (809) 518-8967 desde un número fijo en el Distrito Nacional o la provincia Santo Domingo, y desde el interior sin cargo al (809) 200-0191.*



Informarse sobre los hechos, reuniendo información que le ayude a determinar con precisión su nivel de riesgo para poder tomar precauciones razonables.



Consultar en fuentes autorizadas en la que pueda confiar, sobre la situación de la enfermedad, tal como el sitio web de la OMS o las autoridades locales.

Las informaciones sobre la situación del COVID-19 en República Dominicana están contenidas en <https://www.coronavirusrd.gob.do/>



Limite el nivel de preocupación y nerviosismo reduciendo el tiempo que pasa escuchando o viendo noticias de los medios de comunicación que le generen malestar.



Recurra a capacidades que ya haya utilizado en el pasado y le hayan ayudado a sobreponerse a las adversidades de la vida, y utilice esas capacidades para manejar sus emociones durante este difícil período.



Fuentes de referencia

Escuela Europea Excelencia. (2018). “Implementa un sistema de gestión apoyándote en la Norma ISO 45001-2018”. Obtenido de: <https://www.nueva-iso-45001.com/2018/03/iso-45001-2018-objetivo-sistema-gestion-sst/>

Occupational Safety and Health Administration, (OSHA). (2020). “Norma clave de la OSHA para COVID-19, USA”. Obtenido de: <https://www.osha.gov/SLTC/covid-19/standards.html#workers>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). “Preguntas y respuestas sobre el COVID-19”. Obtenido de: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>

Organización Mundial de la Salud y Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2020). “COVID-19 e Inocuidad Alimentaria: Orientación para empresas del sector alimentario Orientaciones provisionales 7 de abril de 2020”. Obtenido de: <http://www.cvpconosur.org/wp-content/uploads/2020/04/Guia-Covid-19-PANAFTOSA-Esp.pdf>

Organización Panamericana de la Salud. (2020). “Prepare su lugar de trabajo después del covid-19”. Obtenido de: <https://www.paho.org/es/documentos/prepare-su-lugar-trabajo-para-covid-19>.



