PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD (COVID-19)

SINCRONÍA SAS

Asesoría y acompañamiento realizado por:

Alvaro William Rosales Benavides – Profesional en Salud Ocupacional – Esp. En Prevención Y Reducción De Desastres

Licencia de Seguridad y Salud en el Trabajo

Resolución No. 734 de 29 de noviembre de 2011

Santiago de Cali.
Agosto de 2020

Contenido

INFORMACION DE LA EMPRESA 3
OBJETIVO 3
ALCANCE 3
DEFINICIONES 3
INFORMACIÓN SOBRE COVID-19 6
MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD PARA LOS TRABAJADORES 8
INSTRUCCIONES PARA EL USO DEL GEL ANTIBACTERIAL 9
ORGANIZACIÓN LABORAL POR TURNOS DE TRABAJO 17
PREVENCION Y MANEJO DE CONTAGIO DE COVID-19 18
SI UN EMPLEADO TIENE ALGÚN SÍNTOMA: 18
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN 19
PLAN DE COMUNICACIÓN 21
MANEJO DE RESIDUOS 22
Elementos de Protección Personal- EPP para prevención del COVID-19 23
ANEXOS 1 LÍNEAS TELEFÓNICAS SECRETARIA DE SALUD. 27
ANEXOS 2 LÍNEAS TELEFÓNICAS EPS 28
ANEXO 3 ACTA DE COMPROMISO PARA LA PREVENCIÓN DE COVID 29
ANEXO 4 EVALUACION DE CONOCIMIENTO MANUAL COVID 19 29
ANEXO 5 FORMATO CONTROL DE LIMPIEZA 29
ANEXO 6 FORMATO REGISTRO DE COLABORADORES COLECTIVO 29
ANEXO 7 FORMATO REGISTRO DE VISITANTE O CONTRATISTA 29
ANEXO 8 LISTA DE CHEQUEO VERIFICACIÓN DE MEDIDAS DE PREVENCION 29
ANEXO 9 MATRIZ DE CAPACITACIONES COVID -19 29
ANEXO 10 MATRIZ PELIGROS PARA COVID-19 29
ANEXO 11 REGISTRO DE INFORMACIÓN INICIAL DE PERSONAL CON POSIBLE CONTACTO - COVID -19 29
ANEXO 12 SEGUIMIENTO TRABAJADOR CON CONTAGIO DE COVID-19 29

INFORMACION DE LA EMPRESA

Razón Social:	Sincronía SAS
Nit.:	900302387-6
Ciudad:	Cali
Departamento:	Valle del Cauca
Dirección:	Avenida 5c norte 47ª21
Centros de Trabajo:	NO.
ARL:	Sura
Nivel de Riesgo asignado por ARL:	I
Código Actividad Económica (7 dígitos):	1523601
Tipo de Sector Económico:	Privado
Teléfonos:	3044576391

OBJETIVO

Orientar a la población en trabajadora para promover el autocuidado; mitigando el riesgo que por las diferentes actividades que realiza la empresa y su desplazamiento de trabajo – casa puede aumentar el riesgo frente al COVID-19.

ALCANCE

El presente documento aplica para todas las áreas de la empresa SINCRONIA S.A.S y su aplicación está contemplado dentro las políticas del SGSST.

DEFINICIONES

Aislamiento: separación de una persona o grupo de personas que se sabe o se cree que están infectadas con una enfermedad transmisible y potencialmente infecciosa de aquellos que no están infectados, para prevenir la propagación de COVID-19. El aislamiento para fines de salud pública puede ser voluntario u obligado por orden de la autoridad sanitaria.

Aislamiento respiratorio: se aplica cuando se prevé la presencia de gotas de origen respiratorio con bajo rango de difusión (hasta 1 metro).

Aislamiento por gotas: se refiere a las medidas para controlar las infecciones por virus respiratorios y otros agentes transmitidos por gotas (> 5 micras) impulsadas a corta distancia a través del aire y que pueden ingresar a través de los ojos, la mucosa nasal, la boca o la piel no intacta de la persona que está en contacto con el paciente.

Aislamiento por contacto: se refiere a las medidas para controlar el contacto directo cuando se produce en el traspaso de sangre o fluidos corporales desde un paciente hacia otro individuo susceptible. El contacto puede hacerse en piel, mucosas o lesiones; así mismo por inóculos directos a torrente sanguíneo y el indirecto: se produce cuando el huésped susceptible entra en contacto con el microorganismo infectante a través de un intermediario inanimado (ropas, fómites, superficies de la habitación) o animado (personal de salud, otro paciente) que estuvo inicialmente en contacto con ese microorganismo. En este caso se utiliza bata desechable anti fluidos o traje de polietileno, este último para alto riesgo biológico.

Asepsia: ausencia de microorganismos que pueden causar enfermedad. Este concepto incluye la preparación del equipo, la instrumentación y el cambio de operaciones mediante los mecanismos de esterilización y desinfección.

Bioseguridad: conjunto de medidas preventivas que tienen por objeto eliminar o minimizar el factor de riesgo biológico que pueda llegar a afectar la salud, el medio ambiente o la vida de las personas, asegurando que el desarrollo o producto final de dichos procedimientos no atenten contra la salud y seguridad de los trabajadores.

Cohorte de pacientes: agrupación de los pacientes que están colonizados o infectados con un mismo microorganismo, para limitar su atención a un área única y evitar el contacto con otros pacientes. Las cohortes se crean de acuerdo con la confirmación diagnóstica (clínica o microbiológica), criterios epidemiológicos y el modo de transmisión del agente infeccioso. Se prefiere evitar colocar pacientes severamente inmunodeprimidos en habitaciones con otros pacientes. Los estudios de modelado matemático soportan la fuerza de las cohortes en el control de brotes.

Contacto estrecho: es el contacto entre personas en un espacio de 2 metros o menos de distancia, en una habitación o en el área de atención de un caso de COVID-2019 confirmado o probable, durante un tiempo mayor a 15 minutos, o contacto directo con secreciones de un caso probable o confirmado mientras el paciente es considerado infeccioso.

COVID-19: es una nueva enfermedad, causada por un nuevo coronavirus que no se había visto antes en seres humanos. El nombre de la enfermedad se escogió siguiendo las mejores prácticas establecidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para asignar nombres a nuevas enfermedades infecciosas en seres humanos.

Desinfección: es la destrucción de microorganismos de una superficie por medio de agentes químicos o físicos.

Desinfectante: es un germicida que inactiva prácticamente todos los microorganismos patógenos reconocidos, pero no necesariamente todas las formas de vida microbiana, ejemplo esporas. Este término se aplica solo a objetos inanimados.

Hipoclorito: es un grupo de desinfectantes que se encuentra entre los más comúnmente utilizados. Este grupo de desinfectantes tienen un efecto rápido sobre una gran variedad de microorganismos. Son los más apropiados para la desinfección general. Como este grupo de desinfectantes corroe los metales y produce además efectos decolorantes, es necesario enjuagar lo antes posible las superficies desinfectadas con dicho producto.

Mascarilla Quirúrgica: elemento de protección personal para la vía respiratoria que ayuda a bloquear las gotitas más grandes de partículas, derrames, aerosoles o salpicaduras, que podrían contener microbios, virus y bacterias, para que no lleguen a la nariz o la boca.

Material Contaminado: es aquel que ha estado en contacto con microorganismos o es sospechoso de estar contaminado.

NIOSH: Instituto Nacional para la Salud y Seguridad Ocupacional de los Estados Unidos de Norteamérica.

Prestadores de servicios de salud: Hace referencia a las instituciones prestadoras de servicios de salud – IPS, profesionales independientes de salud, transporte asistencial de pacientes y entidades de objeto social diferente que prestan servicios de salud.

Residuo Biosanitario: son todos aquellos elementos o instrumentos utilizados durante la ejecución de un procedimiento que tiene contacto con materia orgánica, sangre o fluidos corporales del usuario.

Residuos Peligrosos: es cualquier objeto, material, sustancia, elemento o producto que se encuentra en estado sólido o semisólido, o es un liquido o gas contenido en recipientes o depósitos, cuyo generador descarta, rechaza o entrega porque sus propiedades no permiten usarlo nuevamente en la actividad que lo generó o porque la legislación o la normatividad vigente así lo estipula.

SARS: síndrome respiratorio agudo severo, por sus siglas en inglés (Severe acute respiratory syndrome).

SARS-Coll-2: versión acortada del nombre del nuevo coronavirus “Coronavirus 2 del Síndrome Respiratorio Agudo Grave” (identificado por primera vez en Wuhan, China) asignado por El Comité Internacional de Taxonomía de Virus, encargado de asignar nombres a los nuevos virus.

INFORMACIÓN SOBRE COVID-19

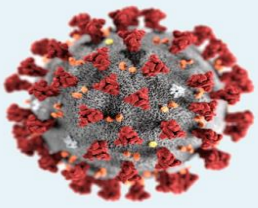
Síntomas del COVID-19 La infección con SARS-CoV-2, el virus que causa el COVID-19, puede causar afecciones que varían de moderadas a severas y, en algunos casos, pueden ser fatales. Los síntomas típicamente incluyen fiebre, tos y respiración entrecortada. Algunas personas infectadas con el virus han informado experimentar otros síntomas no respiratorios. Otras personas, a quienes se les refiere como casos asintomáticos, no han experimentado síntoma alguno. De acuerdo al CDC, los síntomas de COVID-19 pueden aparecer en tan poco plazo como 2 días o tanto como 14 días luego de la exposición.

Cómo se propaga el COVID-19 Aunque los primeros casos humanos de COVID-19 probablemente fueron el resultado de una exposición a algún animal infectado, las personas infectadas pueden propagar el SARS-CoV-2 a otras personas.

Se cree que el virus se propaga principalmente de persona a persona, incluyendo:

1. Entre personas que están en estrecho contacto unas con otras (a menos de aproximadamente 6 pies entre sí).
2. A través de las microgotas respiratorias producidas por una persona infectada al toser o estornudar. Estas microgotas pueden posarse sobre la boca o nariz de personas cercanas o posiblemente son inhaladas hacia los pulmones.

La página del CDC en Internet provee la información más reciente sobre la transmisión del COVID-19: www.cdc.gov/ coronavirus/2019-ncov/about/transmission.html.



Esta ilustración, creada en los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC), revela la morfología ultraestructural exhibida por el Nuevo Coronavirus de 2019 (2019 nCoV). Note los picos que adornan la superficie exterior del virus, que le imparten el aspecto de una corona rodeando el virión (virus), cuando se observa microscópicamente. Este virus fue identificado como la causa de un brote de enfermedad respiratoria detectado inicialmente en Wuhan, China.

Foto: CDC / Alissa Eckert & Dan Higgins

Escenarios de riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2 en el entorno laboral

EXPOSICIÓN DE RIESGO	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN
Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende un caso confirmado o en investigación sintomático. Técnicos de transporte sanitario, si hay contacto directo con el paciente trasladado. Tripulación medios de transporte (aéreo, marítimo o terrestre) que atiende durante el viaje un caso sintomático procedente de una zona de riesgo. Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho con un caso sintomático (p. ej. reuniones de trabajo).	Personal sanitario cuya actividad laboral no incluye contacto estrecho con el caso confirmado, por ejemplo: – Acompañantes para traslado. – Celadores, camilleros, trabajadores de limpieza. Personal de laboratorio responsable de las pruebas de diagnóstico virológico. Personal no sanitario que tenga contacto con material sanitario, fómites o desechos posiblemente contaminados Ayuda a domicilio de contactos asintomáticos.	Trabajadores sin atención directa al público, o a más de 2 metro de distancia, o con medidas de protección colectiva que evitan el contacto, por ejemplo: – Personal administrativo. – Técnicos de transporte sanitario con barrera colectiva, sin contacto directo con el paciente. – Conductores de transportes públicos – Personal de seguridad – Policías/Guardias Civiles – Personal aduanero – Bomberos y personal de salvamento

Fuente: https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Procedimiento_servicios_prevencion_riesgos_laborales_COVID-19.pdf

MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD PARA LOS TRABAJADORES

LAVADO DE MANOS

Fuente: UNGRD

INSTRUCCIONES PARA EL USO DEL GEL ANTIBACTERIAL

- Dentro del proceso constructivo se nos indica que se debe contar con gel antibacterial para manos a base de alcohol con una concentración mayor al 60%, y mismo debe estar disponible para las personas y ubicado en varios lugares de la empresa, ingreso, áreas de descanso, administrativas, ingreso a ascensores (si aplica), y aquellas de alto tránsito al interior de la edificación.

Desinfecte las manos por higiene haciendo uso de gel antibacterial cada vez que:

- Tenga contacto con objetos, herramientas, elementos, infraestructura
- Aplique gel antibacterial antes de subir al transporte publico y despues de bajarse
- Aplique antibacterial al ingreso de la obra, durante la jornada y al salir de ella.
- Use gel antibacterial al momento de la entrega de la herramienta manual, equipos, maquinaria, etc.

A continuación se presentan los pasos para el uso del gel antibacterial:

INSTRUCCIONES PARA EL USO DEL TERMÓMETRO

Termómetro Infrarrojo

- Con el fin de conocer la temperatura de los trabajadores que ingresan y salen de la obra, los proyecto deben contar con termómetros infrarrojos, para medir la temperatura de los trabajadores
- Los termómetros infrarrojos miden la temperatura a distancia, lo que nos permite no entrar en contacto directo con los trabajadores, evitando la posibilidad de un posible contagio. El rango de medición de los termómetros esta entre 32°C - 43°C.
- La temperatura corporal normal es de 36°C - 37.5°C
- A continuación se presentan los pasos para la toma de la temperatura corporal de los trabajadores:
- El profesional de SST debe hacer uso de guantes y tapabocas desechables
- La toma de temperatura corporal se debe realizar a los trabadores al ingreso y salida de obra
- Evitar todo tipo de contacto directo con y entre los trabajadores. Recuérdeles que entre ellos deben estar a una distancia de 2 metros.
- La circular, indica realizar mediciones aleatorias de temperatura para grupos de 5 o más personas.
- Tomar la temperatura corporal apuntando con el termómetro a unos centímetros de la frente (aproximadamente 15 cm- según indique las recomendaciones del termómetro usado)
- En caso de que un trabajador de la obra presente fiebre sobre 37.3°C y otros síntomas asociados al COVID-19 solicitar una ambulancia o un transporte privado que lo traslade al hospital. (adicionalmente hacer la validar con el registro Declaración de salud COVID-19 ingreso a obra, R-000).
- En caso de presentarse de que algún trabajador presente una temperatura mayor o igual a 38 grados centígrados, esperar 15 minutos y realizar una nueva toma para confirmar, así como los trabajadores que en el ingreso se detecten con sintomatología o que refieran tenerla, deben ser reportadas al director de obra para la toma de las medidas pertinentes y la activación del protocolo de respuesta frente a un caso.
- Se recomienda hacer tomas de temperaturas aleatorias a los trabajadores durante el día.

Termómetro Digital

- Saque el termómetro del estuche.
- Desinfecte con alcohol antes y después de su uso
- Introduzca el extremo cubierto debajo del brazo.
- Mantenga el termómetro debajo del brazo hasta que éste pite.
- Retire el termómetro cuando aparezcan los números en la ventana.

Uso correcto del tapabocas

Fuente: file:///D:/MIS%20DOCUMENTOS/COVID-19%20-%20MANEJO/USO%20CORRECTO%20DE%20TAPABOCAS%203.pdf.pdf

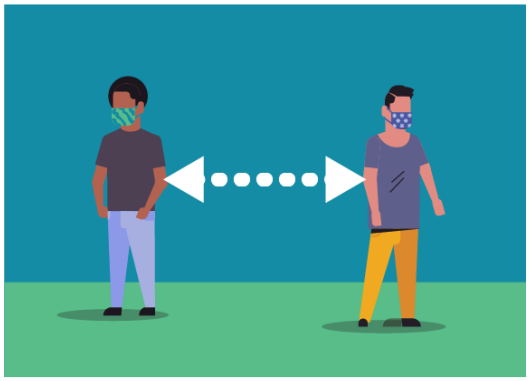
Nota: El tapabocas desechable debe ser desechado mínimo cada 8 horas - Los tapabocas de tela deben ser lavados antes de ser utilizado – el uso del tapabocas es donde exista presendia muchas personas (vehículos públicos – centro comerciales – plazas. etc) o estar en las vías públicas (peaton o conductor)

Distanciamiento social.

Limitar el contacto cara a cara con los demás es la mejor manera de reducir la propagación de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19).

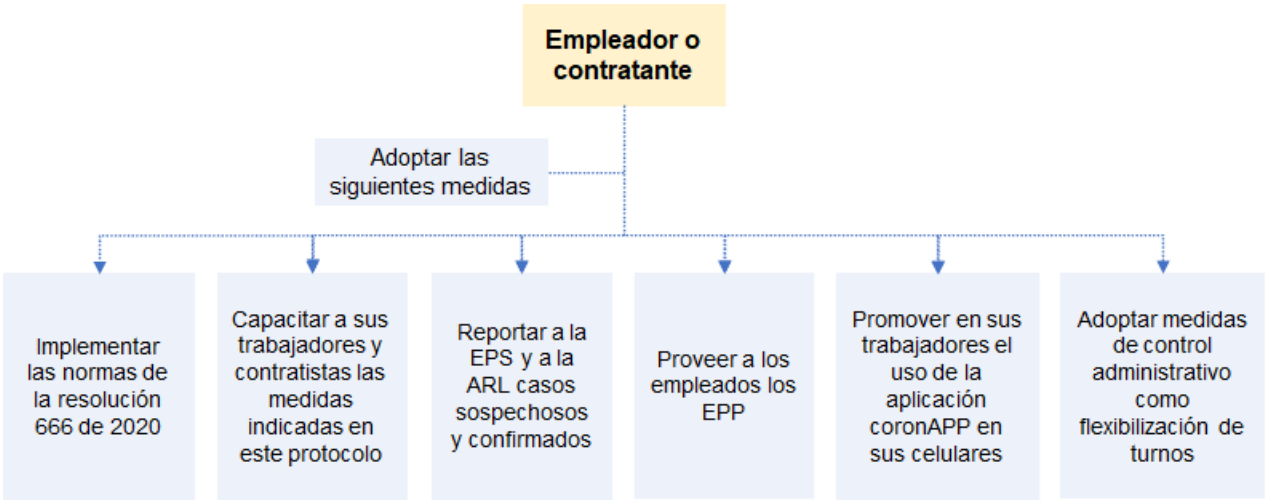
El distanciamiento social, también llamado "distanciamiento físico", significa mantener espacio entre usted y otras personas fuera de su hogar. Para practicar el distanciamiento social o físico:

- ✓ Los trabajadores deben permanecer al menos a 2 metros de distancia de otras personas y entre los puestos de trabajo evitando contacto directo
- ✓ Estas mismas condiciones deben aplicar en los sitios donde consumen los alimentos (por ejemplo: comedores, cafeterías, casinos etc.) y en general en los sirios de descanso de los empleados.
- ✓ No se deben permitir reuniones en grupos en los que no pueda garantizar la distancia m Mima de 2 metros entre cada persona.
- ✓ Aproveche las ayudas tecnológicas con el fin de evitar aglomeraciones y evite el intercambio físico de documentos de trabajo.
- ✓ No te juntes en grupos
- ✓ Manténgase alejado de lugares concurridos y evite reuniones masivas.

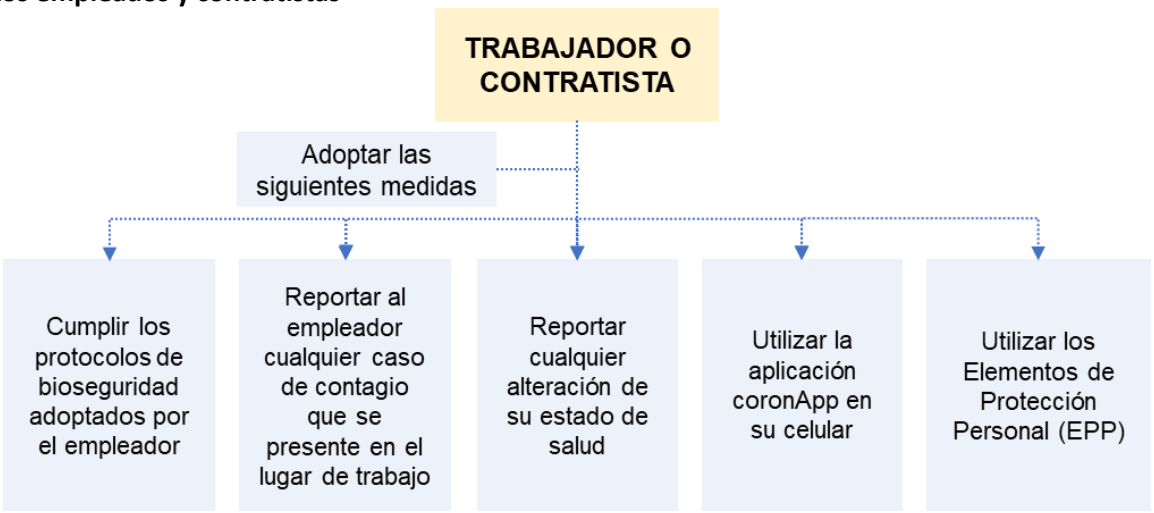


- ✓ Evitar el saludo de mano o de beso, en cualquier ámbito en el que el colaborador se desenvuelva, y mantener al menos un (2) metro de distancia con las personas que particularmente tosan o tengan algún síntoma de resfrío.

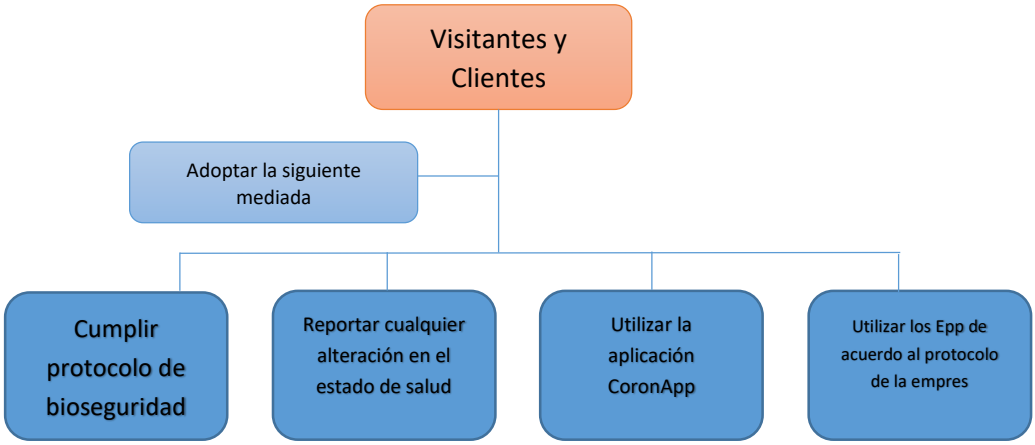
Roles y Responsabilidades
El Empleador



Los empleados y contratistas



Los visitantantes y clientes



1. DISPOSICIONES PARA EL DESPLAZAMIENTO

a) Para el desplazamiento al lugar de trabajo los trabajadores harán uso de mascarilla
b) (tapabocas) durante todo el recorrido.

c) Durante el trayecto en el medio de transporte seleccionado los trabajadores evitarán tocar mascarillas, barras de agarre, celular, la cara y demás objetos personales. En caso de usar efectivo, pagar con el valor exacto.

d) Para el caso de desplazamiento en vehículos particulares se realizará limpieza y desinfección diaria, especialmente en los manubrios, así mismo la desinfección de cascos, gafas y demás elementos de contacto.

e) A la llegada al trabajo los trabajadores realizaran desinfección del calzado con alcohol o alguna otra sustancia efectiva para inactivar el Sar-cod2 conservando la distancia entre sí, posteriormente pasaran a realizar el lavado de manos con agua y jabón conforme al protocolo definido por la empresa

f) Desinfectadas las manos y el calzado, los trabajadores harán ingreso y realizarán cambio de vestuario.
g) Los trabajadores serán informados sobre las medidas a tener en cuenta para la entrada y salida del domicilio de vivienda, así:

Recomendaciones Generales

- ✓ Evita tocarte la cara, nariz, ojos y boca, hasta realizar el lavado completo de las manos
- ✓ No compartir los elementos de protección personal.
- ✓ Si conoce de algún caso sospechoso de COVID- 19, en su sitio de trabajo, informar de inmediato a la persona encargado.
- ✓ Mantener informado a la administración o encargado, sobre el estado de higiene de áreas donde se está trabajando.
- ✓ Todo trabajador que presente síntomas como fiebre, cansancio, tos seca, congestión nasal, dolor de garganta o diarrea y que haya entrado en contacto con un viajero en el último mes procedente de China, Irán, Italia, España, Ecuador y/o EEUU; deberá notificar a la empresa y seguir procedimiento de acuerdo a secretaria de salud.
- ✓ EL uso de gel antibacterial solo se realizará en los servicios donde el trabajador no tenga acceso a agua y jabón; ya que, el lavado de manos es una de las medidas más efectivas frente al contagio del virus.
- ✓ Se recomienda facilitar el teletrabajo y las reuniones por teléfono o videoconferencia, especialmente si el centro de trabajo no cuenta con espacios donde los trabajadores puedan respetar la distancia interpersonal.
- ✓ Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y deséchalo a continuación a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no dispones de pañuelos emplea la parte interna del codo para no contaminar las manos.
- ✓ Documentos de interés
  1. ministerio de salud Colombia – https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/Documentos-tecnicos-covid-19.aspx
  2. OPS – https://www.paho.org/es/covid-19-materiales-comunicacion
- ✓ Uso adecuado de guantes.

Fuente: https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_guantes.jpg

Trabajo de forma presencial

- ✓ Registrarse todos los colaboradores en el formato de registro de colaboradores.
- ✓ El uso del tapabocas durante la estadía en la empresa es de carácter obligatorio
- ✓ Todos los trabajadores tanto en trabajo remoto, centros de operación o en actividades externas, debe realizar el protocolo de lavado de manos con una periodicidad mínima de 3 horas en donde el contacto con el jabón debe durar mínimo 20 – segundos de acuerdo a los lineamientos de la OMS, y después de entrar en contacto con superficies que hayan podido ser contaminadas por otra persona (manijas, pasamanos, cerraduras, transporte), después de ir al baño, manipular dinero.
- ✓ Los trabajadores ingresan al turno con su ropa, deben pasar luego hacia un espacio dispuesto para dejar su ropa en un casillero. Allí también deben retirar sus joyas, relojes y accesorios de cualquier tipo, que puedan convertirse en riesgo para la trasmisión del virus.
- ✓ Es fundamental evitar tocar cualquier elemento que no sea indispensable de tocar y desinfectar los casilleros, llaves, maletas, entre otros.
- ✓ Si la persona llega a presentar síntomas respiratorios en el trabajo se le debe proveer un tapabocas convencional, ubicarlo en una zona que permita su aislamiento y evaluar su estado de salud teniendo en cuenta los canales de notificación instaurados dentro de la empresa para definir la conducta a seguir.
- ✓ Fomentar los hábitos de vida saludable con los trabajadores, como la hidratación frecuente, pausas activas y la disminución del consumo de tabaco como medida de prevención.

- ✓ Se deben realizar las pausas activas, de conformidad con lo establecido en el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo de la empresa. Para la ejecución de dichas pausas no es necesario retirarse los elementos de protección personal como los tapabocas, es necesario garantizar la distancia de mínimo 2 metros entre cada uno de los trabajadores, Al finalizar las pausas activas, es necesario realizar el protocolo de lavado de manos antes de volver a la realización de las actividades laborales.
- ✓ Los trabajadores deben abstenerse de ir al lugar de trabajo en caso de presentar síntomas de gripa o un cuadro de fiebre mayor a 38°C.

ORGANIZACIÓN LABORAL POR TURNOS DE TRABAJO

Lunes a viernes

1. 07:30 am – 5:30 pm.

Sábado

2. 8:00 pm – 12:00 pm

Organización para periodos de descaso

De acuerdo a las programaciones y el personal que se encuentre en la oficina se realizara la rotación para que los colaboradores puedan tener periodos de descansos e ingerir sus alimentos.
No se podrá exceder 4 personas en la mesa.
Siempre se garantizara los 2 metros de distancia

Antes de tomar los alimentos, es necesario realizar el siguiente protocolo:

- Lavar las manos con agua, jabón y toallas desechables,
- Retirar el tapabocas
- Lavar nuevamente las manos con agua y jabón.
- Disponer las mesas con una distancia entre las mismas de 2 metros y colocar solamente el número de sillas que permita asegurar una distancia mínima entre los trabajadores de 2 metros a la hora de la alimentación y entre cada turno realizar los procesos de desinfección.
- Al finalizar el consumo de alimentos es necesario realizar el lavado de manos con agua y jabón y utilizar un nuevo tapabocas para retomar las labores.
- No compartir los utensilios de comida con los demás trabajadores.

Medidas locativas

Se deben suministrar casilleros dobles para evitar que su ropa ordinaria se ponga en contacto con la ropa de trabajo o disponer de bolsas para que no se mescle la ropa de calle con la de trabajo.

Garantizar la existencia de desinfectantes cerca de las zonas de desplazamiento

PREVENCION Y MANEJO DE CONTAGIO DE COVID-19

TAMIZAJE DE VIGILANCIA SINDRÓMICA DE LA INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA

Organización Mundial de la Salud

PREGUNTAS DEL TAMIZAJE		EN CASO AFIRMATIVO:
FIEBRE - ¿Ha observado la aparición reciente de fiebre >38 grados en los últimos 14 días?		Haga que el paciente: 1. Se lave las manos. 2. Mantenga un distanciamiento social: conservar una distancia mínima de un metro. 3. Use una mascarilla si tiene síntomas. 4. **SIGA EL AISLAMIENTO DE CONTACTO Y GOTÍCULAS.** • Esté separado en una habitación individual.
TOS - ¿Ha observado la aparición reciente de tos o disnea en los 14 últimos días?		
VIAJE y CONTACTO - ¿Ha viajado a un país con alta transmisión de COVID-19 o ha tenido contacto con alguien con diagnóstico positivo o presunción de COVID-19?		

FUENTE: file:///D:/MIS%20DOCUMENTOS/COVID-19%20-%20MANEJO/PCI_COVID-19_Modulo_3_ES-%20(1).pdf

SI UN EMPLEADO TIENE ALGÚN SÍNTOMA:

1. Llame a las líneas telefónica de secretaria de salud o EPS
2. Informe a su jefe sobre el direccionamiento recibido (3162828181)
3. Diligenciar el Anexo 11 Registro de información inicial de personal con posible contacto - covid -19.
4. La atención inicial la brindara la EPS
5. Aislamiento social y continua manejo y recomendaciones por EPS.
6. Si hay relación directa con el trabajo – enfermedad se remitirá a ARL por medio del formato único de reporte de la enfermedad emitido por EPS.
7. Informar al área de Seguridad y Salud en el trabajo todo con la información emitida por EPS o ARL.
8. El empleador deberá informar a Secretaria de salud y a ARL Sura para seguimiento epidemiológico. Si se llega confirmar COVID19 positivo con laboratorio se convertiría en caso confirmado.
9. Ver anexo prevención y manejo

Nota: las medidas más efectivas para prevenir la infección es el aislamiento físico (cuarentena) y la higiene de manos (lavado con agua y jabón o fricción con soluciones alcohólicas). Teniendo en cuenta que algunas personas se ven en la obligación a salir se recomienda el uso de tapabocas convencionales (No respiradores N95) en los espacios en los que no sea posible mantener la distancia, de mínimo 1 metro ideal dos metros, como por ejemplo el transporte público masivo, taxis, plazas de mercado, etc. (ACIN-COMUNICADO A LA OPINION PUBLICA-BOGOTA.03-4-2020)

PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Fuente: Organización Mundial de la Salud. 2016. Decontamination and reprocessing of medical devices for health-care facilities. Tomado de: https://www.who.int/infection-prevention/publications/decontamination/en/

Limpieza: Remoción física del material extraño (por ejemplo, polvo o tierra) y el material orgánico (por ejemplo, sangre, secreciones, excreciones o microorganismos). La limpieza extrae físicamente los microorganismos en lugar de destruirlos. La limpieza logra con agua, detergentes y acción mecánica. Los principios básicos de la limpieza y la desinfección se aplican a todas las zonas de atención al paciente.

• Asegúrese siempre de limpiar el equipo de atención entre cada utilización con un paciente.

• Donde sea posible, utilice suministros de limpieza dedicados a las zonas de riesgo mayor (por ejemplo, las salas de aislamiento, de partos y los quirófanos).

• Los suministros de limpieza para el aislamiento deben mantenerse en la zona o el espacio de aislamiento y ser utilizados solo allí.

1. Previo a efectuar la desinfección se debe ejecutar un proceso de limpieza de superficies, mediante la remoción de materia orgánica e inorgánica, usualmente mediante fricción, con la ayuda de detergentes, enjuagando posteriormente con agua para eliminar la suciedad por arrastre.
2. Una vez efectuado el proceso de limpieza, se debe realizar la desinfección de superficies ya limpias, con la aplicación de productos desinfectantes a través del uso de rociadores, toallas, paños de fibra o microfibra o trapeadores, entre otros métodos.
3. Los desinfectantes de uso ambiental más usados son las soluciones de hipoclorito de sodio, amonios cuaternarios, peróxido de hidrógeno y los fenoles, existiendo otros productos en que hay menor experiencia de su uso. Para los efectos de este protocolo, se recomienda el uso de hipoclorito de sodio al 0.1% [8] (dilución 1:50 si se usa cloro doméstico a una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se debe agregar 20cc de Cloro (4 cucharaditas) a una concentración de un 5%.

4. Para las superficies que podrían ser dañadas por el hipoclorito de sodio, se puede utilizar una concentración de etanol del 70%.
5. Es posible utilizar otro tipo de desinfectante, caso del cual se recomienda ser evaluada y revisado por el administrador y el proveedor del producto.
6. Se debe priorizar la limpieza y desinfección de todas aquellas superficies que son manipuladas por los usuarios con alta frecuencia, como lo es: manillas, pasamanos, taza del inodoro, llaves de agua, superficies de las mesas, escritorios, superficies de apoyo, entre otras.

CUADRO DE DESINFECCIÓN DE ACUERDO AL AREA.

AREA	FUNCION	PRODUCTO	DOSIFICACIÓN	TIEMPO	USO	FRECUENCIA
Pisos, paredes, puertas, canecas residuos, tanques de agua, trapeador.	Detergente	Detergente en Polvo o Liquido	Por 10 litros de Agua agregar 125 gr de detergente.	Opcional	1. Retirar suciedad visible. 2. Aplicar detergente en solución. 3. Restregar, cepillar. 4. Enjuagar.	Diario
	Desinfectante	Hipoclorito 5,25 %	Por cada litro de agua agregar 10 ml de Desinfectante.	20 - 30 minutos	1. Lavar la Superficie. 2. Preparar solución desinfectante. 3. Aplicar la solución desinfectante por contacto. 4. Dejar secar.	Diario
Herramientas de trabajo, equipos	Detergente	Detergente en Polvo - Liquido o chorro de agua a presión. Dependiendo de la suciedad	Por 10 litros de Agua agregar 125 gr de detergente.	Opcional	1. Retirar suciedad visible. 2. Aplicar detergente en solución. 3. Restregar, cepillar. 4. Enjuagar.	Diario
	Desinfectante	Hipoclorito 5% o alcohol isopropílico al 70%	Por 1 litro de Agua agregar 5 ml de Hipoclorito.	3 minutos o según especificaciones del fabricante.	1. Lavar la Superficie. 2. Preparar solución desinfectante. 3. Aplicar la solución desinfectante por contacto. 4. Dejar secar.	Diario
Ambientes	Desinfectante	Hipoclorito 5%	Por 1 litro de Agua agregar 2 ml de Desinfectante.	Mientras caen las gotitas al piso.	1. Preparar la solución desinfectante y depositarla en un frasco atomizador. 2. Aplicar el desinfectante por aspersión en todas las áreas del servicio de alimentación. 3. Rociar desde la parte alta y dejar caer hasta el piso.	Tres veces al día. Antes de Iniciar Labores, después de cada comida y antes de hacer aseo general.

PRECAUCIONES

PRODUCTOS	CONCECUENCIA
1.	La mezcla de estos productos genera ácido peroxiacético, y puede ser enormemente corrosivo y peligroso.
2.	La mezcla de cloro y alcohol en gel o de frotar, produce cloroformo, un químico altamente toxico
3.	La mezcla de cloro y amoniaco produce un gas toxico que dificulta la respiración y puede dar dolor en el pecho.
4.	Esta mezcla produce gas de cloro y puede dar tos, problemas para respirar, quemaduras y enrojecimiento en los ojos

Nota: para realizar todos el procedimiento de limpieza y desinfección se debe utilizar los EPP de acuerdo a recomendaciones del fabricante.

PLAN DE COMUNICACIÓN

ACTIVIDAD	RESPONSABLE
Mantener actualizadas la lista de contactos.	Gerente
Promover la información relacionada con la prevención del contagio, síntomas de alerta por posible contagio.	Gerente
Informar a los proveedores los protocolos de higiene, salud y distanciamiento que han sido establecidos.	Gerente
Desarrollar medidas de higiene, limpieza y desinfección en las áreas de almacenamiento y entrega de insumos	Gerente

MANEJO DE RESIDUOS

El tratamiento seguro de los desechos generados durante las actividades de atención es la responsabilidad de todo el personal.

FUENTE: file:///D:/MIS%20DOCUMENTOS/COVID-19%20-%20MANEJO/PCI_COVID-19_Modulo_3_ES-%20(1).pdf

- ✓ Identificar los residuos generados en el área de trabajo.
- ✓ Informar a la población medidas para la correcta separación de residuos.
- ✓ Ubicar contenedores y bolsas suficientes para la separación de residuos, los tapabocas y guantes deben ir separados en doble bolsa de color negra que no debe ser abierta por el personal que realiza el reciclaje de oficio. Además, deben estar separados de los residuos aprovechables tales corno papel, cartón, vidrio, plástico y metal desocupados y secos, que van en bolsa blanca.
- ✓ Realizar la recolección de residuos permanente y almacenamiento de residuos.
- ✓ Realizar la limpieza y desinfección de los contenedores.
- ✓ Realizar la presentación de residuos al servicio de recolección externa de acuerdo con las frecuencias de recolección.
- ✓ Garantizar los elementos de protección al personal que realiza esta actividad.
- ✓ Siempre que el personal a cargo de las labores de limpieza y desinfección termine sus labores, deberá incluir, al menos, el procedimiento de higiene de manos

RECOMENDACIONES DE ACUERDO AL CARGO

CARGO	TAPA BOCAS	GUANTES	LAVADO DE MANOS	GAFAS	MASCARILLA RESPIRATORIA N95
Gerente	X		x		

Recomendaciones Generales

1.1 Al ingresar a la oficina tolos colaboradores deben realizarse lavado de manos y ser roseado con alcohol o solución desinfectante.
1.2 Al recibir pedidos o realizar cuadres en efectivo utilizar guates y al terminar desecharlos en la caneca de basura.
1.3 Desinfectar todos los empaques donde se recibe mercancía con un atomizador que contenga la solución desinfectante.
1.4 Todo el personal que salga e ingrese a la oficina debe realizarse el lavado de monos y ser roseado con la solución desinfectante.
1.5 El personal que esté realizando sus labores en casa deben realizar y aplicar todos los protocolos enviados por la empresa.
1.6 Todo el personal que tenga las competencias y labore en SINCRONIA S.A.S debe realizar el curso de OPS en el siguiente link. https://www.campusvirtualsp.org/es/curso/prevencion-y-control-de-infecciones-pci-causadas-por-el-nuevo-coronavirus-covid-19-2020

Elementos de Protección Personal- EPP para prevención del COVID-19

- Los responsables del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo de la empresa deben definir los EPP indicados para la protección personal de acuerdo con la labor de para la prevención del COVID-19 desde el punto de vista de la higiene industrial aplicable a los procesos de la empresa a partir de valoraciones cuantitativas como mediciones de higiene.
- El empleador debe entregar los EPP y Garantizara su disponibilidad y recambio.
- Se deben informar las recomendaciones de uso eficiente de EPP.
- El uso de guantes se recomienda si se van a realizar actividades de aseo o si se van a manipular elementos como residuos, para las demás actividades se recomienda el lavado de manos con agua, jabón y toallas desechables.
- Los EPP no desechables deberán ser lavados y desinfectados antes de ser almacenados en un área limpia y seca y recordar que son de uso personal.
- Se deben instalar recipientes adecuados para el destino final de los elementos de protección personal utilizados.
- En todo caso, ningún trabajador debe usar la dotación o EPP empleados en la actividad laboral por fuera de sus actividades laborales.
- Los trabajadores deben abstenerse de compartir los EPP.

Vigilancia de la salud de los trabajadores en el contexto del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST.

- Asegurar que se cumplan las disposiciones y recomendaciones de las autoridades de salud en relación a la prevención del contagio por COVID-19, previstas en el presente protocolo.
- Establecer un sistema de verificación para el control en el momento de la notificación positiva (preferiblemente digital), en el que cada trabajador y persona que presten los servicios para la empresa, registren todas las personas y lugares visitados dentro y fuera de la operación, indicando: Fecha, lugar, nombre de personas o número de personas con las

que se ha tenido contacto, en los últimos 10 días y a partir del primer momento de notificación, cada día.

- No permitir el ingreso y/o acompañamiento a las instalaciones, de personas que presenten síntomas de gripa ni cuadros de fiebre mayor o igual a 38°C.
- Reporte diario, vía correo electrónico o telefónico o a través de la aplicación CoronApp, sobre el estado de salud y temperatura del personal en trabajo en casa o en trabajo remoto, de acuerdo con autodiagnóstico que permita identificar síntomas y trayectorias de exposición al COVID-19 de los trabajadores.
- Fomentar el autocuidado, especialmente el monitoreo de temperatura corporal y de síntomas respiratorios por parte de los trabajadores.
- Antes de ingresar a las instalaciones o iniciar labores y durante la jornada laboral, realizar el protocolo de lavado de manos, establecer una periodicidad mínima de cada 3 horas y al finalizar la jornada.
- Establecer el canal de información entre el empleador, la EPS, la ARL y el trabajador para que informe cualquier sospecha de síntoma o contacto estrecho con personas confirmadas con COVID-19 y manejarlo de manera confidencial.
- Consolidar y mantener actualizada una base de datos completa con los trabajadores y demás personal que preste los servicios en la Empresa. Teniendo en cuenta las reservas de información.
- Se debe desarrollar un proceso diario de monitoreo de estado de salud y temperatura del personal. En lo posible, utilizando termómetro láser o digital (al cual se le debe realizar la limpieza y desinfección después de cada uso), realizando la toma al ingreso y salida del turno por trabajador, con el debido registro nominal en formato establecido por la empresa. Esta medida también aplica al personal en trabajo en casa o en modalidad remota, los cuales deberán reportar su estado de salud y torna de temperatura, mediante correo electrónico o via telefónica a su jefe inmediato o área de seguridad y salud en el trabajo según estructura orgánica de la empresa.
- Establecer un protocolo de verificación de estado de salud (reporte de síntomas respiratorios y toma de temperatura) cuando haya ingresado a las instalaciones de proveedores y clientes.
- Instruir a los trabajadores, proveedores y clientes en la aplicación de la etiqueta respiratoria, que incluye cubrirse la nariz al toser o estornudar con el antebrazo o con un pañuelo de papel desechable y deshacerse de él inmediatamente tras usarlo. Abstenerse de tocarse la boca, la nariz y los ojos.
- Si no se dispone del recurso humano idóneo, no se recomienda realizar test para COVID-19 a personas asintomáticas.
- Difundir a los trabajadores la información sobre generalidades y directrices impartidas por el Ministerio de Salud y Protección Social, en relación con los síntomas de alarma, lineamientos y protocolos para (a preparación y respuesta ante la presencia del COVID-19 en el territorio nacional.
- Proveer asesoría y acompañamiento a los trabajadores o colaboradores, incluidos los de aislamiento preventivo.

Trabajo remoto o trabajo a distancia:

- La empresa Garantizaraa la capacitación continua a través del área de formación y desarrollo o quien haga sus veces, con las herramientas tecnológicas disponibles, permitiendo estar en comunicación con ellos.
- A su vez, utilizara contenidos virtuales para fortalecer las habilidades.
- Los mayores de 60 años y trabajadores que presenten morbilidades preexistentes identificadas como factores de riesgos para COVID-19 deberán realizar trabajo remoto.
- La empresa realizara análisis de reconversión laboral de acuerdo con las condiciones y viabilidades del proceso productivo, para aquellos casos que requieran permanecer en aislamiento preventivo.
- Adicionalmente, AQUÍ SU EMPRESA, podrán realizar trabajo en forma remota para los siguientes perfiles:
- Asesores que cuenten con conectividad en su hogar, permitiendo la continuidad de su trabajo.
- Actividades de Tele mercadeo.
- Ventas en general.
- Cobranza.
- áreas de apoyo transversales y administrativas.

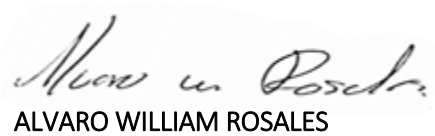
Trabajo de forma presencial:

Para el desarrollo de actividades laborales de manera presencial Soluciones industriales Mv SAS capacitara a todos los trabajadores en aspectos relacionados con la forma de transmisión del COVID- 19 y las maneras de prevenirlo, las cuales contendrán:

- Información general relacionada con los lugares de la empresa en los que puede haber riesgo de exposición.
- Factores de riesgo del hogar y la comunidad.
- Factores de riesgo individuales.
- Signos y síntomas.
- Importancia del reporte de condiciones de salud.
- Protocolo de actuación frente a síntomas.
- Protocolo de etiqueta respiratoria, que incluye cubrirse la nariz al toser o estornudar con el antebrazo o con un pañuelo de papel desechable y deshacerse de él inmediatamente tras usarlo, lavarse inmediatamente las manos, y abstenerse de tocarse la boca, la nariz y los ojos.
- Todos los trabajadores tanto en trabajo remoto, centros de operación o en actividades externas, deberán realizar el protocolo de lavado de manos con una periodicidad mínima de 3 horas en donde el contacto con el jabón debe durar mínimo 20 – segundos de acuerdo a los lineamientos de la OMS, y después de entrar en contacto con superficies que hayan podido ser contaminadas por otra persona (manijas, pasamanos, cerraduras, transporte), después de ir al baño, manipular dinero y antes y después de
- Los trabajadores ingresan al turno con su ropa, deben pasar luego hacia un espacio dispuesto para dejar su ropa en un casillero. Allí también deben retirar sus joyas, relojes y accesorios de cualquier tipo, que puedan convertirse en riesgo para la trasmisión del virus.

- Es fundamental evitar tocar cualquier elemento que no sea indispensable de tocar y desinfectar los casilleros, llaves, maletas, entre otros.
- Síntomas respiratorios en el trabajo se le debe proveer un tapabocas convencional, ubicarlo en una zona que permita su aislamiento y evaluar su estado de salud teniendo en cuenta los canales de notificación instaurados dentro de la empresa para definir la conducta a seguir.
- La empresa debe buscar la asesoría y acompañamiento de su ARL para atender las necesidades de salud mental de los trabajadores o colaboradores, incluidos los casos de aislamiento social o trabajo en casa.
- Fomentar los hábitos de vida saludable con los trabajadores, como la hidratación frecuente, pausas activas y la disminución del consumo de tabaco como medida de prevención.
- Pausas activas, de conformidad con lo establecido en el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo de la empresa. Para la ejecución de dichas pausas no es necesario retirarse los elementos de protección personal como los tapabocas, es necesario Garantizara la distancia de mínimo 2 metros entre cada uno de los trabajadores, Al finalizar las pausas activas, es necesario realizar el protocolo de lavado de manos antes de volver a la realización de las actividades laborales.
- Uso de herramientas tecnológicas que reduzcan los contactos personales dentro de la empresa (por ejemplo: reuniones virtuales).
- Los trabajadores deben abstenerse de ir al lugar de trabajo en caso de presentar síntomas de gripa o un cuadro de fiebre mayor a 38°C.

ELABORO



ALVARO WILLIAM ROSALES
Profesional en Salud Ocupacional
Especialista en prevención, reducción y atención de desastres.

APROBO

MARÍA DEL PILAR MARTÍNEZ
MARÍA DEL PILAR MARTÍNEZ BARCENAS
Gerente

ANEXOS 1 LÍNEAS TELEFÓNICAS SECRETARIA DE SALUD.

ENTIDAD	TELÉFONO
Amazonas	
	315 361 50 18
Antioquia	
Departamento	300 305 02 95
	# 774
Medellín	123
Arauca	
	125
	350 412 01 27
Atlántico	
CRUED	(035) 323 62 20
Barranquilla	379 33 33
	317 517 39 64
	315 300 20 03
Bogotá	
Secretaría Distrital de Salud de Bogotá	123
Bolivar	
CRUE	125
Cartagena	317 401 61 83
Boyacá	
	311 483 41 04
	740 74 64
Caldas	
	(6) 880 08 18
	310 426 79 06
Manizales	123
Caquetá	
	321 394 5327
Casanare	
	321 394 53 17
	(8) 634 55 55
Cauca	
	301 273 77 87
Cesar	
CRUE	320 565 31 59
Valledupar	310 633 22 91
Chocó	
	321 394 52 97
Córdoba	
	320 530 82 09
	316 875 12 77
Cundinamarca	
	123
Guainía	
	(8) 5 65 62 51
	311 742 19 83
	311 744 70 06
Guaviare	
	321 394 65 60
	321 394 53 50
	320 820 24 18
	321 394 40 48

ENTIDAD	TELÉFONO
Huila	
	870 66 33
	870 22 77
CRUE	870 30 96
La Guajira	
	318 340 08 83
	321 394 53 30
Magdalena	
	312 807 03 26
	321 394 40 87
Santa Marta	301 273 77 83
Meta	
	321 394 53 51
	321 204 76 05
Nariño	
	317 712 98 18
Norte de Santander	
	320 271 45 12
Putumayo	
	312 319 17 36
	311 878 48 64
Quindío	
	322 581 64 22
Risaralda	
	302 290 74 90
San Andrés	
	310 651 13 41
Santander	
	697 87 85
	697 87 88
	697 0000 ext. 1283 - 1287
Sucre	
	282 25 56
	317 402 80 49
Solo WhatsApp	313 551 96 43
Tolima	
	322 812 39 75
Valle del Cauca	
	620 68 19
Línea Exclusiva Cali	486 55 55 Opción 7
Buenaventura	317 287 02 73
Vaupés	
	321 394 53 41
CRUE	301 458 76 39
Vichada	
	322 247 63 44
LÍNEAS MINSALUD	
Nacional	01 8000 95 55 90
Bogotá	330 50 41
Desde celular	192

ANEXOS 2 LÍNEAS TELEFÓNICAS EPS

ENTIDAD	TELÉFONO
ASMET SALUD E.S.S	
	01 8000913876
	032 835 37 83
NUEVA EPS	
	307 70 22
ALIANSALUD	
	7 56 80 00 opción 5
AMBUQ EPS	
	01 8000 914 625
ASOCIACION MUTUAL SER	
	01 8000 116 882
CAJACOPI ATLÁNTICO	
	320 16 02
CAPITAL SALUD	
	123
	310 266 91 00
CAPRESOCA EPS	
	633 31 30
	312 412 88 63
COMFACHOCO	
	671 13 13 ext. 1100 - 1101 - 1102
COMFACUNDI	
	307 81 81
COMFAGUAJIRA	
	315 749 83 81
COMFAHUILA	
	837 01 97
COMFANARIÑO	
	01 8000 948 484
COMFAORIENTE	
	320 44816881
COMFASUCRE	
	(5) 279 95 00 ext.1085
	01 8000 938 810
COMFENALCO VALLE EPS	
	(2) 386 53 00 opción 7
COMPARTA	
	317 818 03 98
	01 8000 114 440
COMPENSAR EPS	
	444 12 34
CONVIDA	
	01 8000 112 803
	323 229 79 75
	323 228 98 31
COOMEVA EPS	
	01 8000 930 779
COOSALUD ESS	
	01 8000 515 611
	#922 opción 0
ECOOPSOS ESS EPS	
	353 40 00
	353 40 06
EMSSANAR E.S.S	
	733 34 00
	733 34 05

ENTIDAD	TELÉFONO
EPS SURAMERICANA	
	369 51 00
FAMISANAR LTDA CAFAM	
	01 8000 916 662
	6 53 13 87
MEDIMAS EPS	
	651 07 77 opción 5
	01 8000 120 77 opción 5
SALUD TOTAL EPS	
	485 45 55 opción 1
SAVIA SALUD EPS	
	01 8000 423 683
	409 00 00
	300 305 02 95
SERVICIO OCCIDENTAL DE SALUD - SOS EPS	
	684 10 00
	680 57 57
	331 90 90
ANAS WAYUU EPSI	
	317 639 61 97
ASOCIACION INDIGENA DEL CAUCA EPSI	
	310 862 65 73
	375 35 69
	(1) 375 35 69
COMFAMILIAR CARTAGENA	
	01 8000 915 347
	315 788 39 12
DUSAKAWI EPSI	
	725 03 00
EPM EMPRESAS PUBLICAS DE MEDELLÍN	
	444 41 15
	01 800 415 115
EPS SANITAS	
	375 90 00
	01 8000 919 100 Opción 6, luego 1
FONDO DE PASIVO SOCIAL DE FERROCARRILES NACIONALES	
	01 8000 111 322
MALLAMAS EPSI	
	592 53 24
PIJAOS SALUD EPSI	
	279 95 95 ext. 152
	265 33 33
	265 42 42
SALUD MIA	
	304 576 14 75
INPEC	
	(1) 745 80 27
	01 8000 188 027

ANEXO 3 ACTA DE COMPROMISO PARA LA PREVENCIÓN DE COVID

ANEXO 4 EVALUACION DE CONOCIMIENTO MANUAL COVID 19

ANEXO 5 FORMATO CONTROL DE LIMPIEZA

ANEXO 6 FORMATO REGISTRO DE COLABORADORES COLECTIVO

ANEXO 7 FORMATO REGISTRO DE VISITANTE O CONTRATISTA

ANEXO 8 LISTA DE CHEQUEO VERIFICACIÓN DE MEDIDAS DE PREVENCION

ANEXO 9 MATRIZ DE CAPACITACIONES COVID -19

ANEXO 10 MATRIZ PELIGROS PARA COVID-19

ANEXO 11 REGISTRO DE INFORMACIÓN INICIAL DE PERSONAL CON POSIBLE CONTACTO - COVID -19

ANEXO 12 SEGUIMIENTO TRABAJADOR CON CONTAGIO DE COVID-19

BIBLIOGRAFÍA

- UNGRD – Lineamientos para la respuesta a emergencias y desastres durante la pandemia COVID-19.
- OSHA - Guía sobre la Preparación de los Lugares de Trabajo para el virus COVID-19
- OPS – control de infecciones (PCI) causadas por el nuevo coronavirus (COVID-19).
- Ministerio de salud Colombia - Orientaciones para la limpieza y desinfección de la vivienda como medida preventiva y de mitigación para contener la infección respiratoria aguda por covid-19.
- Ministerio de salud de chile - protocolo de limpieza y desinfección de ambientes - covid-19

Organización Mundial de la Salud

Lidiar con el estrés durante el brote de 2019-nCoV

Es normal sentirse triste, estresado, confundido, asustado o enfadado durante una crisis.

Puede ser de ayuda hablar con personas de confianza. Póngase en contacto con amigos y familiares.

Si debe permanecer en casa, mantenga un estilo de vida saludable, lo que incluye seguir una dieta adecuada, dormir, hacer ejercicio y mantener contactos sociales con sus seres queridos en casa y por correo electrónico y teléfono con otros familiares y amigos.

No recurra al tabaco, el alcohol u otras drogas para lidiar con sus emociones.

Si se siente superado por la situación, hable con un trabajador de la salud o un consejero en cuestiones de salud. Tenga un plan, sepa dónde y cómo buscar ayuda para atender sus necesidades de salud física y mental, si es necesario.

Infórmese sobre los hechos. Reúna información que le ayude a determinar con precisión su nivel de riesgo para poder tomar precauciones razonables. Busque una fuente creíble, en la que pueda confiar, como el sitio web de la OMS o una agencia de salud pública local o estatal.

Limite su nivel de preocupación y nerviosismo reduciendo el tiempo que usted y su familia pasan viendo o escuchando noticias de los medios de comunicación que les 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 periodo de brote.