

PSL COVID-19

Protocolo de Salud Laboral para la Prevención de contagio por COVID-19 en el ámbito laboral del Personal Docente

Actualización, 03 de noviembre, 2020

PSL COVID-19. Protocolo de Salud Laboral para la Prevención de contagio por COVID-19 en el ámbito laboral del Personal Docente.

La exposición al COVID-19 constituye un riesgo para la salud del conjunto de la población, tal y como han señalado las autoridades sanitarias; un riesgo para la salud pública que va más allá del ámbito laboral; frente al cual los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales están llamados a cooperar, siguiendo las instrucciones del Ministerio de Sanidad.

El Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Principado de Asturias (SPRLPA) es el órgano encargado de la evaluación y seguimiento de la exposición a factores de riesgo en el trabajo del personal al servicio de la Administración del Principado de Asturias y de proponer las medidas preventivas más adecuadas para garantizar la seguridad y la salud de las personas trabajadoras.

El Plan de Prevención para la Administración del Principado de Asturias prevé la colaboración de la Consejería de Educación y de las Direcciones de los centros de trabajo para la integración de la prevención en todos los ámbitos de la actividad laboral.

El presente protocolo tiene por objeto concretar el procedimiento de actuación frente a la exposición al SARS-COV-2 (COVID-19) en el ámbito laboral del personal docente, siguiendo las indicaciones del SPRLPA, a partir de las recomendaciones y medidas preventivas publicadas por el Ministerio de Sanidad; y ha contado con la consulta y participación de los representantes de los trabajadores y las trabajadoras en los Comités de Seguridad y Salud correspondientes al ámbito de los centros educativos dependientes de la Consejería de Educación.

A tal efecto, este protocolo contiene los modelos y vías de comunicación que deben utilizarse en el ámbito laboral docente de centros públicos dependientes de la Consejería de Educación, para la evaluación del riesgo de exposición que pudieran requerir determinadas actividades o tareas docentes. También la forma de solicitar la valoración del riesgo por motivos de salud, en el caso de trabajadores y trabajadoras especialmente sensibles, incluidos en algunas de las categorías de grupos vulnerables que ha definido el Ministerio de Sanidad. Se destacan, asimismo, las medidas de protección individual y colectiva, que se deben observar antes, durante y después de acudir al trabajo. Finalmente, se contemplan posibles medidas organizativas que pueden ayudar a evitar el riesgo de contagio, tal y como vienen indicadas por las autoridades sanitarias para los centros de trabajo y para los servicios de prevención.

Su finalidad es contribuir a facilitar la planificación de medidas preventivas en los centros y anticipar la protección de trabajadores y trabajadoras que pudieran encontrarse en grupos vulnerables de riesgo; medidas que se están completando, siguiendo las recomendaciones de las autoridades sanitarias, con otros protocolos e instrucciones de la Consejería de Educación para la protección del conjunto de la comunidad educativa.

Este protocolo estará en continua revisión disponible en la intranet Educastur/Documentos/Salud Laboral Docente/ donde podrán encontrar el resto de protocolos de salud laboral docente actualizados. También se informará de cualquier nuevo procedimiento o recomendación que pueda establecerse desde el SPRLPA para el Personal Docente mediante Circular a los centros y a través del correo e intranet Educastur.

OBJETO Y ALCANCE

El presente Protocolo tiene por objeto informar sobre las medidas preventivas, colectivas e individuales, que deben adoptarse en el ámbito laboral del personal docente en centros educativos para proteger y prevenir al máximo posible el riesgo de contagio por COVID-19.

El conjunto de medidas que se recogen en este documento tiene como referente las instrucciones facilitadas por las autoridades sanitarias y por el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la Administración del Principado de Asturias (SPLRPA), y cuentan con el conocimiento y la participación de los y las representantes de los trabajadores y trabajadoras.

Las instrucciones y recomendaciones establecidas en este protocolo están en continua revisión en función de la evolución del riesgo y se complementan con el resto de instrucciones que se están estableciendo, sobre todo, en materia de Planes de Contingencia y Gestión de casos de contacto en centros educativos.

EVALUACIÓN DE RIESGOS

Estamos ante la exposición al agente biológico COVID-19, un riesgo de salud pública que va más allá del ámbito laboral, por lo que hay que partir de la evaluación y las medidas preventivas que han establecido las autoridades sanitarias para prevenir el contagio, también en los centros de trabajo.

En este contexto, los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales están llamados a cooperar con las autoridades sanitarias, adaptando su actividad y recomendaciones con el objetivo de prevenir los contagios. En nuestro caso, corresponde al SPRLPA el seguimiento y la evaluación del riesgo de exposición que pueda requerir la situación en que se puedan encontrar las personas trabajadoras en cada una de las tareas diferenciadas que realizan y a éstas seguir las medidas que sobre el particular emita el Servicio de Prevención, siguiendo las pautas y las recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias.

TRABAJADORES Y TRABAJADORAS ESPECIALMENTE SENSIBLES

El artículo 25 de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) establece la obligación de garantizar de manera específica la protección de trabajadores y trabajadoras especialmente sensibles a los riesgos derivados del trabajo.

El Ministerio de Sanidad ha definido como grupos vulnerables para COVID-19: las personas con diabetes, enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión, enfermedad pulmonar crónica, insuficiencia renal crónica, inmunodepresión, cáncer en fase de tratamiento activo, enfermedad hepática crónica severa, obesidad mórbida (IMC > 40), embarazo y mayores de 60 años.

La solicitud de valoración de riesgo por motivos de salud debe remitirse al SPRLPA a través del correo electrónico prl.covid19@asturias.org adjuntando el modelo de comunicación Anexo I junto con un informe médico lo más actualizado posible.

El área médica del SPRLPA propondrá e informará las medidas preventivas que justificadamente puedan adoptarse de la manera más adecuada para cada trabajador y trabajadora; correspondiendo a la Dirección del centro planificar la adopción de las medidas preventivas en el puesto de trabajo.

MEDIDAS DE PROTECCIÓN PERSONAL

- Antes de acudir al trabajo, los casos confirmados y los casos con sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19 (caso sospechoso) no deberán acudir al trabajo (Anexo III).

Seguirán las instrucciones del Servicio de Salud e informarán a la Dirección del centro para que tanto la persona afectada como el resto de la comunidad educativa puedan seguir las debidas instrucciones e indicaciones de los servicios sanitarios. La Dirección del centro comunicará los casos de contacto al área médica del SPRLPA mediante el modelo de comunicación Anexo II.

- Si una persona ha estado en contacto estrecho o compartido espacio con una persona afectada por COVID-19 tampoco deberá acudir al trabajo, incluso en ausencia de síntomas, por el periodo que determine el Servicio de Salud. Informará a la Dirección del centro, que remitirá el modelo de comunicación Anexo II, y se seguirán las indicaciones de los servicios sanitarios.
- Las trabajadoras y los trabajadores que deban acudir a su puesto de trabajo en el centro deberán priorizar las opciones de movilidad que garanticen la distancia de seguridad y seguir las recomendaciones que las autoridades sanitarias establecen para el desplazamiento al trabajo (Anexo IV).

- Una vez en el centro de trabajo, las autoridades sanitarias vienen destacando que la mejor manera de combatir y prevenir el virus es una combinación de responsabilidades individuales y colectivas (Anexo V). Frente al COVID-19 la protección personal es una de las principales medidas de protección colectiva. Cada trabajador y trabajadora debe extremar el cumplimiento de las recomendaciones y normas de protección antes, durante y después de la jornada, especialmente las relativas a: lavado de manos (Anexo VI), uso de mascarillas (Anexo VII) y mantenimiento de la distancia de seguridad (Anexo VIII).
- En cada centro deberán observarse, en todo momento, las instrucciones previstas en el correspondiente Plan de Contingencia y en la Guía de Actuación ante la aparición de casos.

EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

Deberán facilitarse equipos de protección individual en el centro cuando los riesgos no puedan evitarse o no puedan limitarse suficientemente por medios técnicos de protección colectiva o mediante medidas o procedimientos de organización del trabajo.

Los equipos de protección individual deben ser adecuados a las actividades y trabajos a desarrollar. El SPRLPA evaluará las necesidades específicas de EPI que pueda requerir la protección de personas trabajadoras en cada una de las tareas diferenciadas que realizan y propondrá las recomendaciones y las medidas preventivas más adecuadas a cada situación (Anexo XII y Anexo XIII).

De acuerdo con lo establecido en el Real Decreto Ley 21/2020, de 9 de junio, y las recomendaciones del SPRLPA, se establece como medida preventiva el uso de mascarillas quirúrgicas PS o bien mascarillas higiénicas (que cumplan con las especificaciones UNE 0064 o UNE 0065) en aquellas tareas o situaciones laborales en las que no resultara posible mantener la distancia interpersonal de al menos 1,5 metros, si el resto de personas a nuestro alrededor también las usan. Las mascarillas de protección respiratoria FFP2 o de similar eficacia de filtración (siempre sin válvula de exhalación), se utilizarán en los casos en que sea necesario trabajar a menos de un metro de personas que no lleven mascarilla.

DISTANCIA DE SEGURIDAD

El establecimiento de la distancia interpersonal de seguridad es una de las principales recomendaciones aconsejadas por las personas expertas del ámbito sanitario y el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo frente al COVID-19. Para garantizar esta separación entre personas:

- La disposición de puestos de trabajo, la organización de la circulación de personas y la distribución de espacios deberán modificarse en la medida de lo posible.
- En aquellas situaciones en las que no fuera posible la separación deberán adoptarse las medidas de protección necesarias para evitar el riesgo de contagio por contacto con medidas de protección colectiva (apantallamiento de puestos de trabajo, turnos de trabajo, teletrabajo) e individual (equipos de protección individual).
- En todo caso, deberán adoptarse medidas de información sobre normas de uso de las instalaciones y espacios compartidos para mantener la distancia de seguridad, por ejemplo, con cartelería y señalización (en accesos, pasillos, escaleras, aulas, salas de reuniones, vestuarios, zonas comunes) adecuada a los usuarios del centro (Anexo VIII).

MEDIDAS HIGIÉNICAS

Deben reforzarse las tareas de limpieza en todas las estancias, con especial incidencia en superficies que se tocan con mayor frecuencia, conforme a cada protocolo de actuación y Plan de Contingencia en el centro:

- La limpieza y desinfección de los lugares y superficies de trabajo serán diarias, dependiendo de su uso se aumentará la frecuencia diaria.
- Se deben colocar dispensadores jabonosos y/o de solución alcohólica desinfectantes para las manos, en número y disposición suficientes en los lugares de trabajo, al menos en la entrada del centro, aulas y espacios comunes.
- Se recomienda que los pañuelos y elementos desechables que puedan emplearse para el secado de manos sean depositados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, a ser posible, accionados por pedal.
- La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos (Anexo IX).
- Se procederá a la ventilación diaria de todos los espacios del centro.

Corresponde a las empresas externas y, en su caso, a los ayuntamientos remitir al centro su plan de trabajo y protocolos de prevención y seguridad en las tareas de limpieza y desinfección u otros trabajos que realicen en el centro; y a la Dirección informar a estos trabajadores de las medidas preventivas implantadas en el centro.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS

Junto a las medidas anteriormente enunciadas se destacan en este apartado medidas de carácter organizativo que ayuden a evitar el riesgo de contagio

- Todos los espacios del centro deberán contar con información completa, clara y comprensible por todos los usuarios y todas las usuarias del centro sobre las normas de higiene a utilizar antes, durante y después de la tarea escolar, que puede estar ayudada con cartelería (lavado de manos, uso de mascarillas, distancia de seguridad, gestión de residuos).
- Se implementarán las medidas organizativas necesarias para minimizar el contacto entre usuarios y usuarias del centro, garantizando la distancia de seguridad, mediante la disposición de los puestos de trabajo, distribución de espacios, organización de la circulación de personas, turnos, teletrabajo.
- Tal y como se recoge en las instrucciones de las autoridades sanitarias y laborales, el teletrabajo debe implementarse, siempre que sea posible, para evitar desplazamientos y contactos, o cuando otras medidas de prevención o protección no se hayan podido adoptar o sean insuficientes para evitar contagios. El área médica del SPLRPA valorará la adecuación de esta medida en cada momento, en el caso de trabajadores y trabajadoras especialmente sensibles. En todo caso, en la organización del trabajo a distancia debida al COVID-19 deberán seguirse las recomendaciones y medidas preventivas que ha establecido el INSST (Anexo X).
- Deben preverse, asimismo, planes de continuidad de la actividad ante posibles bajas laborales o en el escenario de un posible cierre del centro, conforme a las instrucciones y circulares que se dicten para la organización del curso escolar.
- Es necesario informar a todo el personal de forma fehaciente, actualizada y habitual de las recomendaciones sanitarias que deben seguirse y de las medidas adoptadas en el centro (Anexo XI).
- A través del portal del Instituto Asturiano de Administración Pública Adolfo Posada, de los Centros del Profesorado y Recursos y de la persona coordinadora de formación en el centro educativo, así como los equipos directivos de los centros, se organizarán las actividades formativas necesarias para la prevención de riesgos.
- Se garantizará asimismo la información a personas usuarias externas y no habituales en la actividad del centro, que puedan acudir de forma esporádica o puntual, para garantizar el cumplimiento de las medidas preventivas que garanticen la seguridad y la salud de toda la comunidad educativa en el centro.

REFERENCIAS NORMATIVAS Y TÉCNICAS

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- Decreto 33/1999, de 18 de junio, por el que se regula la organización y funcionamiento del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de la Administración del Principado de Asturias.
- Resolución de 21 de mayo de 2015, de la Consejería de hacienda y Sector Público, por la que se aprueba el Plan de Prevención de Riesgos Laborales para la Administración del Principado de Asturias, sus organismos y entes públicos mancomunados.
- Guía de buenas prácticas en centros de trabajo. Medidas para la prevención de contagios del COVID-19. Ministerio de Sanidad (11/04/2020).
- Real Decreto Ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- Guía de Medidas de Prevención e Higiene frente al COVID19 para los centros educativos del Principado de Asturias (29/05/2020)
- Resolución de 30 de julio de 2020, de la Consejería de Educación, por la que se aprueban instrucciones para la reanudación presencial y la organización del inicio de curso 2020-2021.
- Procedimiento de actuación para los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2. Ministerio de Sanidad (07/10/2020).
- Procedimiento general de actuación en prevención de riesgos laborales para el personal de la Administración del Principado de Asturias frente a la exposición al nuevo coronavirus SARS-COV-2 (COVID-19). Dirección General de Función Pública (13/10/2020).
- Plan de Actuación para la elaboración de Planes de Contingencia en los centros educativos del Principado de Asturias (10/09/2020)
- Guía de actuación ante la aparición de casos de COVID19 en centros educativos en el Principado de Asturias (15/09/2020)

ANEXOS

- ANEXO I: Modelo de Comunicación al SPRLPA: Trabajadores y Trabajadoras especialmente Sensibles
- ANEXO II: Modelo de Notificación al SPRLPA y a la Consejería de Educación: Casos de Contacto de Personal Docente
- ANEXO III: Decálogo de actuación en caso de tener síntomas de COVID-19
- ANEXO IV: Desplazamientos al trabajo
- ANEXO V: Recomendaciones para trabajadores y trabajadoras
- ANEXO VI: Lavado de manos
- ANEXO VII: Uso de mascarillas
- ANEXO VIII: Distancia de seguridad
- ANEXO IX: Gestión de residuos
- ANEXO X: Recomendaciones para el trabajo a distancia
- ANEXO XI: Ejemplo de cartel informativo sobre recomendaciones generales en fuentes oficiales
- ANEXO XII: EPIs adecuados en Trabajadores Especialmente Sensibles, previa valoración del área médica del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Principado de Asturias
- ANEXO XIII: Requerimientos EPI en Educación Infantil
- ANEXO XIV: Requerimientos EPI en Centros de Educación Especial

A/A área médica del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Principado de Asturias

La persona interesada debe remitir personalmente esta comunicación a:

prl.covid19@asturias.org

Objeto de la Comunicación	Fecha	
<input checked="" type="checkbox"/> Solicitud de Valoración de puesto: TRABAJADOR/TRABAJADORA ESPECIALMENTE SENSIBLE		
Datos del/la docente		
Nombre y apellidos	D.N.I.	
Teléfono de contacto	Email	
Domicilio		
	Localidad	Código Postal
Centro educativo	Ocupación	
Teléfono del centro	Email del centro	
Ubicación del centro		
	Localidad	Código Postal
Observaciones/descripción del puesto/posibilidades de adaptación		
<p> Junto a esta solicitud, la persona interesada DEBE AJUNTAR informe médico, lo más actualizado posible, acreditativo. En caso de ser necesaria algún otro tipo de información sobre el estado de salud, el área médica del SPRLPA se la solicitará a la persona interesada, indicándole como debe remitirla; también podrá requerir a la Dirección del centro la información necesaria para valorar posibilidades de adaptación en el puesto.</p>		
Firma del/de la docente TRABAJ. ESPEC. SENSIBLE		

PROTOCOLO DE SALUD LABORAL PSL COVID-19 Personal Docente

ANEXO II. a

Doble notificación:

- Al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales: prl.covid19@asturias.org
- A la Consejería de Educación: saludlaboral.docente@educastur.org

Objeto de la comunicación: Notificación de Casos		Fecha	
<input type="checkbox"/> Docente con diagnóstico confirmado <input type="checkbox"/> Docente con sintomatología, caso sospechoso <input type="checkbox"/> Docente que ha estado en contacto estrecho con persona afectada			
Datos del/la docente			
Nombre y apellidos		D.N.I.	
Teléfono de contacto		Email	
Domicilio			
	Localidad		Código Postal
Centro educativo		Cuerpo	
Puesto de trabajo		Especialidad	
Tutor/a de E. Infantil <input type="checkbox"/> Tutor/a de E. Primaria <input type="checkbox"/> Curso/Grupo Tutoría:			
Teléfono del centro		Email del centro	
Ubicación del centro			
	Localidad		Código Postal
Observaciones/indicaciones recibidas de los servicios sanitarios para la comunidad educativa en el centro: (conforme a la Guía de Actuación ante la aparición de casos COVID19 en centros educativos)			
Firma de Director/Directora del centro:			

RESUMEN de actuación Casos COVID Personal Docente

- Los casos confirmados, los casos sospechosos y los casos de contacto estrecho de Personal Docente, se notifican por parte de la Dirección del centro mediante el modelo de comunicación **Anexo II del PSL COVID 19** Personal Docente.
 - En estos casos, la persona afectada remite a la Dirección del centro el correspondiente Parte Médico de baja, que pudiera proceder, y sigue las **INDICACIONES de su Médico de Atención Primaria**.
 - La dirección del centro recoge en el modelo de comunicación Anexo II, del PSL COVID19 Personal Docente, las indicaciones/instrucciones recibidas de los servicios sanitarios para la comunidad educativa en el centro.
- La **persona del SESPA responsable del centro educativo** activa las actuaciones necesarias y el circuito de toma de muestras; e informa a la Dirección del centro educativo sobre cualquier incidencia.
- La **persona de enlace en el centro educativo** (Equipo COVID) traslada cualquier duda o incidencia a la persona del SESPA responsable del centro e informa a todo el personal del centro (docente y no docente) sobre las medidas de prevención y de protección que establezcan los servicios sanitarios.
- En estas situaciones, los **partes médicos de baja**, cuando sean necesarios, se remitirán por el/la docente a la Dirección de su centro educativo con el código correspondiente (caso confirmado, caso sospechoso, contacto estrecho o trabajador especialmente sensible sin posibilidad de adaptación) firmado por su facultativo o médico/a de atención primaria.
- Los casos de contacto se notifican al **SPRLPA** a efectos de control y seguimiento en centros de trabajo de la Administración del Principado de Asturias. De cualquier incidencia se informará al área médica del SPRLPA a través del teléfono: 985106906.



Decálogo sobre cómo actuar en caso de tener síntomas de COVID-19:

Saber cómo actuar nos puede ayudar a **controlar mejor** las situaciones que puedan surgir estos días y a **prestar ayuda** a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

- 1** **AUTO-AISLARSE** En una **habitación de uso individual** con ventana, manteniendo la puerta cerrada, y, si es posible, baño individual. Si no es posible: mantén la distancia de seguridad de 2 metros con el resto de convivientes y extrema la higiene. 
- 2** **MANTENTE COMUNICADO** Ten disponible un teléfono para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos. 
- 3** **¿SENSACIÓN DE GRAVEDAD?** Si tienes sensación de falta de aire o sensación de **gravedad** por cualquier otro síntoma **llama al 112**. 
- 4** **TELÉFONO DE TU COMUNIDAD AUTÓNOMA** Si no, **llama al teléfono habilitado en la comunidad autónoma** o contacta por teléfono con el centro de salud. 
- 5** **AUTOCUIDADOS** Usa **paracetamol** para controlar la fiebre; ponte **paños húmedos** en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; **bebe líquidos**; **descansa**, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando. 
- 6** **AISLAMIENTO DOMICILIARIO** Ahora que ya has hecho lo más inmediato, estudia y aplica las **recomendaciones para el aislamiento domiciliario** e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena. 
- 7** **LAVADO DE MANOS** Asegúrate de que en casa todos conocen cómo hacer un **correcto lavado de manos**. 
- 8** **SI EMPEORAS** Si **empeoras** y tienes dificultad respiratoria o no se controla la fiebre, **llama al 112**. 
- 9** **14 DÍAS** Se recomienda mantener el **aislamiento 14 días** desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto. 
- 10** **ALTA** El **seguimiento y el alta** será supervisado por su médico de Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma. 

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.msbs.gob.es
 @sanidadgob

25 marzo 2020

#ESTE VIRUS
 LO PARAMOS
 UNIDOS



Desplazamientos al trabajo

1. Siempre que puedas, prioriza las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de seguridad. Por esta razón es preferible en esta situación el transporte individual.
2. Es obligatorio el uso de mascarillas en la vía pública, en espacios al aire y en cualquier espacio cerrado de uso público o que se encuentre abierto al público, siempre que no resulte posible garantizar el mantenimiento de la distancia interpersonal de seguridad de al menos 1,5 metros.
3. También es obligatorio el uso de mascarillas en los medios de transporte públicos, así como en los transportes privados, incluido el conductor, si los ocupantes de los vehículos de turismo no conviven en el mismo domicilio.
4. Si te tienes que desplazar en un turismo, extrema las medidas de limpieza del vehículo, recordando el uso de mascarilla en aquellos casos en los que es obligatorio, manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
5. En los viajes en autobús, en transporte público, metro o tren guarda la distancia interpersonal con tus compañeros de viaje.



Fuentes: Guía de buenas prácticas en centros de trabajo. Medidas para la prevención de contagios del COVID-19. Ministerio de Sanidad (11/04/2020); RDL 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19

Recomendaciones a los trabajadores y a las trabajadoras

1. Cumple con todas las medidas de prevención que te indique tu empleador/tu empleadora.
2. Mantén la distancia interpersonal (al menos 1,5 metros).
3. Evita el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
4. Evita, en la medida de lo posible, utilizar equipos y dispositivos de otros trabajadores u otras trabajadoras. En caso de que sea necesario, aumenta las medidas de precaución y, si puedes, desinfectalos antes de usarlo. Si no es posible, lávate las manos inmediatamente después de haberlos usado.
5. Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica. Es especialmente importante lavarse después de toser o estornudar o después de tocar superficies potencialmente contaminadas. Trata de que cada lavado dure al menos 40 segundos.
6. 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.
7. Evita tocarte los ojos, la nariz o la boca.
8. Facilita el trabajo al personal de limpieza cuando abandones tu puesto, despejando lo máximo posible.
9. Tira cualquier desecho de higiene personal -especialmente, los pañuelos desechables- de forma inmediata a las papeleras o contenedores habilitados.
10. **Si empiezas a notar síntomas**, avisa a tus compañeros y compañeras de trabajo, extrema las precauciones tanto de distanciamiento social como de higiene mientras estés en el puesto de trabajo y sigue el protocolo de actuación previsto en tu centro ante la aparición de casos de COVID19. Contacta con el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales (Anexo II) y con tu médico o tu médica de atención primaria para seguir sus Instrucciones. En caso de presentar síntomas de gravedad o dificultad respiratoria se llamará al 112

LAVARSE LAS MANOS

PARA PROTEGERSE Y
PROTEGER A LOS DEMÁS

¿POR QUÉ?	¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?
<p>La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus</p>  	<p>Tras estornudar, toser o sonarse la nariz</p>  <p>Después del contacto con alguien que estornuda o tose</p>  <p>Después de usar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias</p>  <p>Antes de comer</p> 



Mójate las manos con agua y aplica suficiente jabón



Frótate las palmas de las manos entre sí



Frótate la palma de una mano contra el dorso de la otra entrelazando dedos



40-60"



Frótate las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados



Frótate el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra



Con un movimiento de rotación, frótate el pulgar atrapándolo con la palma de la otra mano



Frótate los dedos de una mano con la palma de la otra con movimientos de rotación



Enjuágate las manos con agua



Sécate las manos con una toalla de un solo uso



Mascarillas higiénicas en población general



Las personas asintomáticas o con síntomas leves pueden transmitir la COVID-19. Por ello, el uso de mascarillas higiénicas en la población general en algunas circunstancias podría colaborar en la disminución de la transmisión del virus.

Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:



Si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación



Mantén 1,5 metros de distancia entre personas



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usa pañuelos desechables

Una mascarilla higiénica es un producto no sanitario que cubre la boca, nariz y barbilla provisto de una sujeción a cabeza u orejas

Se han publicado las especificaciones técnicas UNE para fabricar mascarillas higiénicas:

- Reutilizables (población adulta e infantil)
- No reutilizables (población adulta e infantil)

Su uso es **OBLIGATORIO**:

- En el transporte público
- En la vía pública, en espacios al aire libre, espacios cerrados de uso público o abiertos al público, siempre que no sea posible mantener la distancia de seguridad



¿QUIÉN debe usarla?

La población general sana, a partir de 6 años, excepto:

- Dificultad respiratoria
- Contraindicación
- Actividades con las que sea incompatible
- Causa de fuerza mayor o situación de necesidad



Haz un uso correcto para no generar más riesgo:



Lávate las manos antes de ponerla.



Durante todo el tiempo la mascarilla debe cubrir la boca, nariz y barbilla. Es importante que se ajuste a tu cara.



Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta.



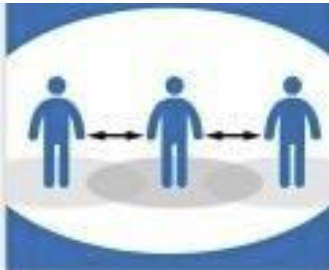
Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 horas. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra. No reutilices las mascarillas a no ser que se indique que son reutilizables.



Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos.



Las mascarillas reutilizables se deben lavar conforme a las instrucciones del fabricante.



MEDIDAS PREVENTIVAS

DISTANCIA DE SEGURIDAD

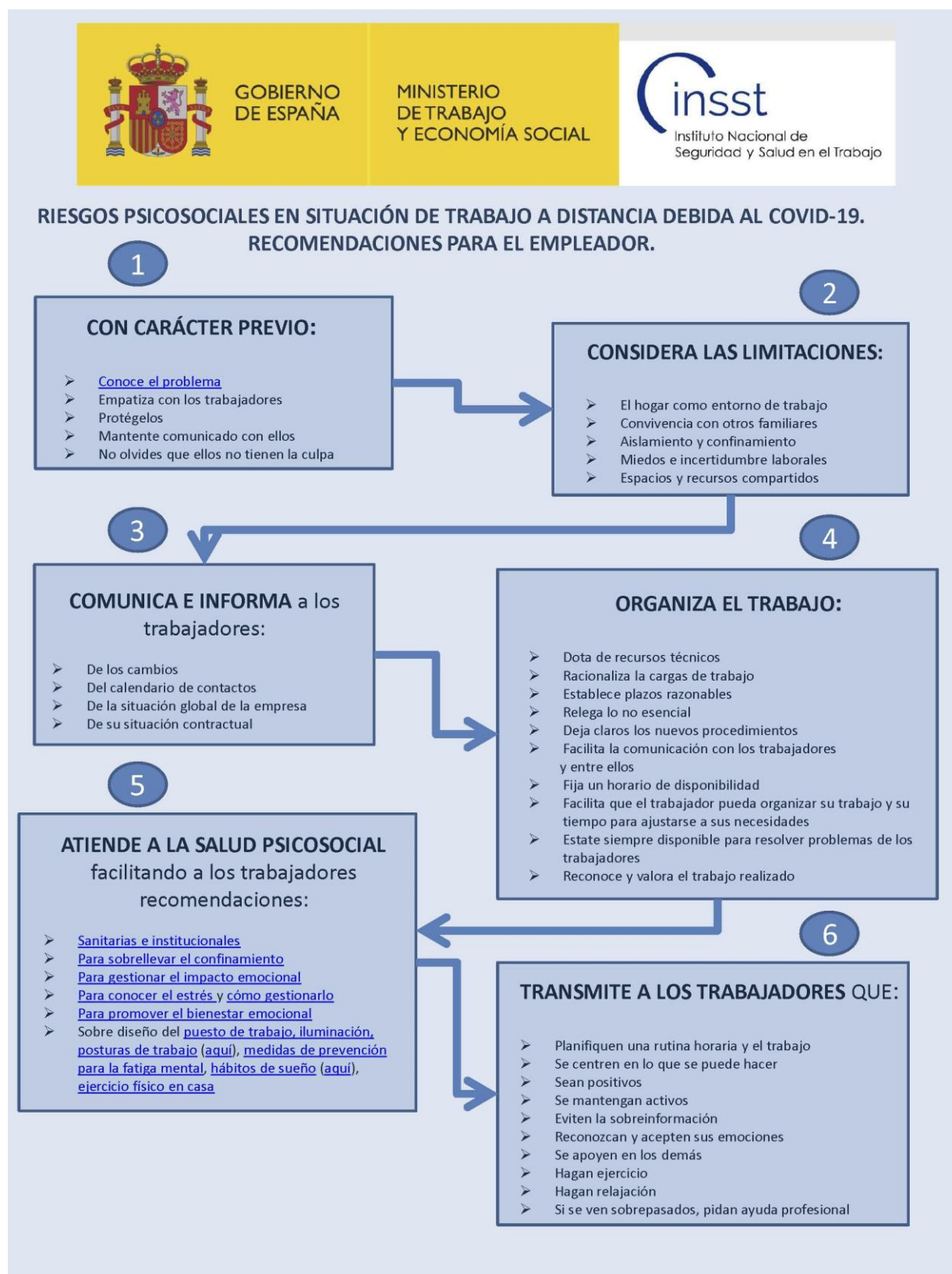
COVID-19

- Calcular el aforo máximo en cada uno de los espacios (salas de centro e trabajo, estancias comunes, aseos, vestuarios, etc...)
- Establecer horarios de entrada y salida al centro de trabajo que permitan un acceso escalonado.
- Utilizar, cuando sea posible, puertas de entrada y salida independientes.
- Promover el uso escalonado de esas zonas comunes.
- Priorizar cuando sea posible la utilización de escaleras en lugar del ascensor.
- Definir y señalar los sentidos de circulación en los diferentes pasillos, cuando las dimensiones no lo permitan establecer un sentido único señalizándolo.
- Evitar que los clientes se concentren en una determinada área del establecimiento sin mantener la distancia de seguridad (al menos 1,5 metros).
- En los puestos estáticos y cuando el tipo de actividad lo permita podrá señalizarse o acotarse la distancia de seguridad de manera que se mantenga la distancia desde cualquiera de los puntos en los que pueda situarse la persona trabajadora durante la realización de su tarea.
- En los puestos de trabajo dinámicos cuando la actividad no permita señalar o acotar la distancia se valorará la adopción de medidas organizativas (minimizar el número de trabajadores que accedan una misma zona, asignar horarios específicos a cada actividad o cada persona trabajadora).
- Señalar vías de circulación interiores o itinerarios a seguir que contemplen la distancia de seguridad.
- Cuando todas estas medidas anteriormente mencionadas no sean posibles o no resulten eficaces se podrán adoptar diferentes barreras físicas cuya altura recomendada será de dos metros y cuyo material podrá ser de plástico duro rígido, cristal, metacrilato, plástico duro flexible, fáciles de limpiar o desinfectar.
- Estas barreras físicas podrán adoptarse tanto en las zonas de trabajo como en las zonas comunes o vías de circulación.
- La disposición de estas barreras físicas no deberá entorpecer las vías de evacuación establecidas para casos de emergencia, en el caso de que no exista otra posibilidad que alterar estas vías, deberá informarse a las personas trabajadoras.

Fuentes: RDL 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19. Y extracto del documento Medidas preventivas generales para garantizar la separación entre trabajadores frente a COVID-19, del INSST (09/04/2020).

Gestión de los residuos en los centros de trabajo

1. La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando el protocolo de separación de residuos establecido en el Plan de Contingencia del centro.
2. Se recomienda que los pañuelos desechables que el personal emplee para el secado de manos o para el cumplimiento de la “etiqueta respiratoria” sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, a ser posible, accionados por pedal.
3. Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas).
4. En caso de que un trabajador o una trabajadora presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos u otros productos usados. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura, con cierre, para su depósito en la fracción resto.



EJEMPLO de cartel informativo sobre recomendaciones generales en fuentes oficiales, tales como: el portal del Ministerio de Sanidad o en Asturias los portales coronavirus.asturias.es, Astursalud o Educatur

¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado



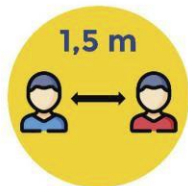
Utiliza mascarilla higiénica cuando no sea posible mantener la distancia de seguridad o en el transporte público



Limpia con regularidad las superficies que más se tocan



Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralos tras su uso



Mantén al menos 1,5 metros de distancia entre personas



Si presentas síntomas, aíslate en tu habitación y consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad

22 junio 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:
www.mscbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

#ESTE VIRUS
LO PARAMOS UNIDOS



EPIs adecuados en Trabajadores Especialmente Sensibles, previa valoración del área médica del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Principado de Asturias

El área médica del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Principado de Asturias ha informado que el personal docente que en su momento envió la solicitud de valoración (Protocolo de Salud Laboral PSL COVID -19, Anexo I) al Área Médica del SPRL y que fue considerado como especialmente sensible a la infección del coronavirus SARS-CoV-2, NO precisa de nueva valoración, reincorporándose a su puesto de trabajo en la modalidad ordinaria presencial extremando las medidas de higiene y prevención y utilizando los EPIs adecuados en función de las características del puesto de trabajo:

– Profesorado de Educación Infantil:

Mascarilla de protección respiratoria FFP2 o de similar eficacia de filtración (sin válvula de exhalación), así como pantallas faciales o gafas integrales (campo de uso 3, según UNE-EN166:2002) para la protección de ojos frente a salpicaduras cuando exista riesgo de producirse (alumnos sin mascarilla y con acceso de tos, atragantamiento ...)

– Profesorado de Educación Primaria, ESO, Bachillerato, FP, EOI, Enseñanzas artísticas, Enseñanzas deportivas y educación de personas adultas:

Mascarilla de protección respiratoria FFP2 o de similar eficacia de filtración (sin válvula de exhalación).

– Profesorado de cualquier nivel educativo con alumnos que NO puedan utilizar mascarillas (centros de Educación Especial) o que en determinadas tareas no la puedan utilizar (Audición y Lenguaje):

Mascarilla de protección respiratoria FFP2 o de similar eficacia de filtración (sin válvula de exhalación) y, cuando exista riesgo de producirse salpicaduras, pantallas faciales o gafas integrales (campo de uso 3, según UNE-EN166:2002) para la protección de ojos frente a salpicaduras y batas desechables.

Para las valoraciones de riesgo laboral durante el Embarazo:

•La docente deberá remitir Anexo I del PSL COVID Personal Docente, indicando la semana de gestación, a la siguiente dirección: prl.covid19@asturias.org

•La Dirección del centro debe remitir Formulario PSL 7 (disponible en intranet educastur /documentos/salud laboral docente) con la descripción de las funciones y del puesto de trabajo, a la siguiente dirección: prevencion@asturias.org

En caso de cambios (en el puesto de trabajo o estado de salud) o en el caso de trabajadores que en su momento no solicitaron valoración, y consideren que por sus problemas médicos puedan estar incluidos dentro de los grupos vulnerables a la infección por coronavirus SARS-CoV-2, podrán solicitar valoración a este servicio, remitiendo la documentación acreditativa al correo:

prl.covid19@asturias.org.

Requerimientos de EPI en Educación Infantil

En la siguiente tabla el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Principado de Asturias (SPRLPA) ha procedido a fijar los diferentes escenarios de riesgo de exposición (dentro de la exposición de bajo de riesgo, el SPRLPA ha diferenciado dos niveles, siendo el riesgo 2 superior al 1) en los que se pueden encontrar los trabajadores de los centros que imparten Educación Infantil, especificando los requerimientos de medios de protección individual necesarios, sin perjuicio de las medidas que puedan establecerse para el personal especialmente sensible por el área médica del SPRLPA.

TABLA

Escenarios de riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2 en el entorno laboral del personal de EDUCACIÓN INFANTIL

EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO 2	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO 1	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN
Trabajadores que deben realizar tareas de proximidad con alumnos de 0 a 3 años	Trabajadores que deben realizar tareas de proximidad con alumnos de 4 a 6 años	Trabajadores que deben realizar tareas de proximidad con alumnos que pueden usar mascarillas. Trabajadores que deben realizar tareas en las cuales es posible mantener la distancia de seguridad
Centros que imparten Educación Infantil	Centros que imparten Educación Infantil	Centros que imparten Educación Infantil
REQUERIMIENTOS DE EPI		
Utilización de mascarillas de protección respiratoria FFP2 o de similar eficacia de filtración (siempre sin válvula de exhalación) + Pantallas faciales (campo de uso 3, según UNE-EN166:2002) para la protección de ojos y cara frente a salpicaduras.	Utilización de mascarillas de protección respiratoria FFP2 o de similar eficacia de filtración (siempre sin válvula de exhalación)	Utilización de mascarillas quirúrgicas PS, o bien mascarillas higiénicas (que cumplan con las Especificaciones de UNE 0064 o UNE 0065)
El resto de medidas del PSL COVID-19 ¹ son aplicables en todos los escenarios. Los trabajadores pueden ser ubicados en cualquiera de los 3 escenarios definidos, no de manera permanente y general, sino siempre en función de la naturaleza de las actividades.		

Requerimientos de EPI en Centros de Educación Especial

En la siguiente tabla el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Principado de Asturias (SPRLPA) ha procedido a fijar los diferentes escenarios de riesgo de exposición en los que se puede encontrar la persona trabajadora en Centros de Educación Especial, especificando los requerimientos de medios de protección individual necesarios, sin perjuicio de las medidas que puedan establecerse para el personal especialmente sensible por el área médica del SPRLPA.

ESCENARIOS DE RIESGO DE EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS SARS-COV-2 EN EL ENTORNO LABORAL DEL PERSONAL DE CENTROS DE EDUCACIÓN ESPECIAL

EXPOSICIÓN DE RIESGO	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN
-	Trabajadores que deben realizar tareas de proximidad con alumnos que no pueden usar mascarillas (alumnos que por su naturaleza o características o dependencia no puedan llevar mascarilla) ¹	Trabajadores que deben realizar tareas de proximidad con alumnos que pueden usar mascarillas. Trabajadores que deben realizar tareas en las cuales es posible mantener la distancia de seguridad.
-	Centros de Educación Especial	Centros de Educación Especial
REQUERIMIENTOS		
-	Utilización de los equipos de protección individual indicados en el PROCEDIMIENTO GENERAL ² + Pantallas faciales o gafas integrales (campo de uso 3, según UNE-EN166:2002) para la protección de ojos y cara frente a salpicaduras.	Utilización de los medios de protección indicados en el PROCEDIMIENTO GENERAL ²
Las medidas del PROCEDIMIENTO GENERAL ² son aplicables en todos los escenarios.		
Los trabajadores pueden ser ubicados en cualquiera de los 2 escenarios indicados, no de manera permanente y general, sino siempre en función de la naturaleza de las actividades		

¹ Menores de 6 años y personas que presenten algún tipo de enfermedad o dificultad respiratoria que pueda verse agravada por el uso de la mascarilla o que, por su situación de discapacidad o dependencia, no dispongan de autonomía para quitarse la mascarilla, o bien presenten alteraciones de conducta que hagan inviable su utilización.

² PROCEDIMIENTO GENERAL DE ACTUACIÓN EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES PARA PERSONAL DE LA ADMINISTRACIÓN DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL SARS-COV-2