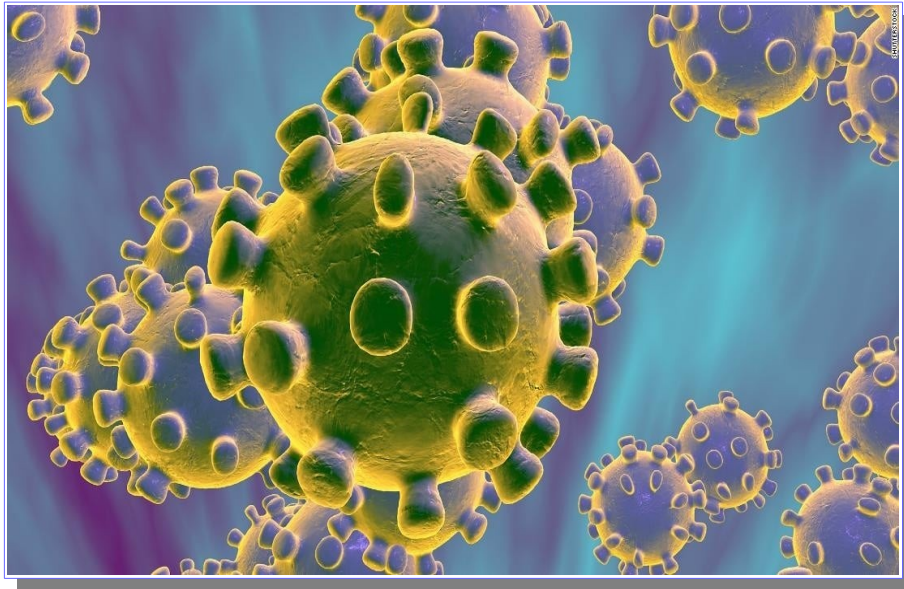



<b>INVASSAT</b> Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball	<b>SERVICIO DE PREVENCIÓN          DE RIESGOS LABORALES          DEL PERSONAL PROPIO</b>	<b>CÓDIGO: SPRL_DIPRL_11</b> <b>FECHA: 12/03/2020</b>
	<b>DOCUMENTO INFORMATIVO DE          PREVENCIÓN DE RIESGOS          LABORALES</b>	<b>PÁGINA: 1 de 10</b> <b>REVISIÓN: SPRL_DIPRL_11_02</b>
<b>TÍTULO: MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)</b>		



Elaborado por:  
*Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Personal Propio de la Generalitat*

 <b>INVASSAT</b> Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball	<b>SERVICIO DE PREVENCIÓN          DE RIESGOS LABORALES          DEL PERSONAL PROPIO</b>	<b>CÓDIGO: SPRL_DIPRL_11</b> <b>FECHA: 12/03/2020</b>
	<b>DOCUMENTO INFORMATIVO DE          PREVENCIÓN DE RIESGOS          LABORALES</b>	<b>PÁGINA: 2 de 10</b> <b>REVISIÓN: SPRL_DIPRL_11_02</b>
<b>TÍTULO: MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)</b>		

De acuerdo con las recomendaciones que tanto el Ministerio de Sanidad como la Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública tiene disponible para toda la población, desde el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Personal Propio de la Generalitat, se informa de manera concreta, de las recomendaciones que estima son de adopción más inmediata, en el momento presente, en el contacto del personal empleado público de la Generalitat entre sí y con la ciudadanía.

## CUESTIONES GENERALES

### ¿Qué son los coronavirus?

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan solo a los animales. Algunos coronavirus son virus zoonóticos, lo que significa que se pueden transmitir de los animales al ser humano. Producen cuadros clínicos que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus que causó el síndrome respiratorio agudo grave (SARS-CoV) y el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV).

### ¿Qué es COVID-19?


El nuevo coronavirus se llama SARS-CoV-2 y la enfermedad que causa el SARS-CoV-2 se llama COVID-19.

### ¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los síntomas más comunes incluyen fiebre, tos, y sensación de falta de aire. En algunos casos también puede haber síntomas digestivos como diarrea y dolor abdominal. En casos más graves, la infección puede causar neumonía, dificultad importante para respirar, fallo renal e incluso la muerte. Los casos más graves, generalmente ocurren en personas ancianas o que padecen alguna otra enfermedad como por ejemplo, del corazón, del pulmón o problemas de inmunidad.

### ¿De qué forma se puede adquirir la infección?

Si bien no se conoce de forma precisa, por analogía con otras infecciones causadas por virus similares, parece que la transmisión sería a través del contacto con animales infectados o por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma. Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca. Se piensa que

 <b>INVASSAT</b> Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball	<b>SERVICIO DE PREVENCIÓN          DE RIESGOS LABORALES          DEL PERSONAL PROPIO</b>	<b>CÓDIGO: SPRL_DIPRL_11</b> <b>FECHA: 12/03/2020</b>
	<b>DOCUMENTO INFORMATIVO DE          PREVENCIÓN DE RIESGOS          LABORALES</b>	<b>PÁGINA: 3 de 10</b> <b>REVISIÓN: SPRL_DIPRL_11_02</b>
<b>TÍTULO: MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)</b>		

los primeros casos humanos se debieron al contacto con un animal infectado De persona a persona se transmite por vía respiratoria a través de las gotas respiratorias de más de 5 micras, cuando el enfermo presenta sintomatología respiratoria (tos y estornudos) y contacto con fómites y las mucosas de otra persona (nariz, boca, ojos) Hasta al momento, no hay evidencias de que se pueda transmitir desde personas infectadas asintomáticas. La transmisión aérea por núcleo de gotitas o aerosoles (capaz de transmitirse a una distancia de más de 2 metros) no ha sido demostrada para el SARS-CoV-2. El periodo de incubación puede variar entre 2 y 14 días.

#### ¿Qué puedo hacer para protegerme?

Se deben reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo, lo que incluye llevar a cabo una higiene de manos frecuente, sobre todo antes de llevarlas a la cara (nariz, boca y ojos).

En el caso de que se establezca contacto con personas que muestren signos de afección respiratoria (presencia de tos, estornudos), se deberá mantener una distancia de al menos 2 metros con las mismas.


#### ¿Qué tengo que hacer si tengo síntomas en mi domicilio?

Las personas que presenten alguno de los siguientes síntomas respiratorios (fiebre, tos y sensación de falta de aire) y vivan o hayan estado en los 14 días previos en una zona de transmisión comunitaria, o hayan tenido contacto estrecho en los 14 días previos con una persona que sea un caso probable o confirmado, deberán quedarse en su domicilio y contactar con los servicios de salud telefónicamente llamando al teléfono habilitado en la Comunidad Autónoma (900 300 555).

El personal empleado público no acudirá al centro de trabajo. Asimismo deberá comunicar a su unidad esta situación, considerándose su ausencia como justificada. Es obligatorio que el personal empleado público traslade a su responsable inmediato superior las pautas que le hayan sido marcadas por las autoridades sanitarias a fin de poder adoptar, en su caso, medidas preventivas.

#### ¿Qué tengo que hacer si tengo síntomas en el centro de trabajo?

Es obligatorio que el personal empleado público traslade a su responsable inmediato superior si está afectado o presenta síntomas de la enfermedad del coronavirus. Se trasladará inmediatamente a un espacio cerrado (preferiblemente un despacho cerrado con ventana) y se pondrá en contacto con el 900 300 555 para adoptar las medidas que indiquen las autoridades sanitarias, siguiendo el procedimiento establecido por cada conselleria u organismo autónomo.

 <b>INSTITUT VALÈNCIÀ DE Seguretat i Salut en el Treball</b>	<b>SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DEL PERSONAL PROPIO</b>	<b>CÓDIGO: SPRL_DIPRL_11</b> <b>FECHA: 12/03/2020</b>
	<b>DOCUMENTO INFORMATIVO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES</b>	<b>PÁGINA: 4 de 10</b> <b>REVISIÓN: SPRL_DIPRL_11_02</b>
<b>TÍTULO: MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)</b>		

## MEDIDAS DE PREVENCIÓN PARA PUESTOS DE ATENCIÓN DIRECTA AL USUARIO Y PUESTOS ADMINISTRATIVOS

Siguiendo las pautas y recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias se recomienda seguir las siguientes indicaciones para cualquier escenario de exposición respiratoria:

- Medidas individuales:

- Higiene de manos. Es la medida principal de prevención y control de la infección. Cuando el procedimiento se realiza con agua y jabón lo denominamos *lavado de manos* y *desinfección de las manos* cuando se realiza con un preparado de base alcohólica o con un jabón antiséptico. Si las manos están visiblemente limpias, la higiene de manos se hará con productos de base alcohólica; si estuvieran sucias o manchadas con fluidos, se hará con agua y jabón antiséptico. Es de referencia el documento informativo [SPRL\\_DIPRL\\_01](#).




Imágenes DIPRL\_01. Procedimiento lavado de manos



Descontaminación con base alcohólica

- Etiqueta respiratoria. Si tiene síntomas respiratorios deberá cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable y tirarlo en un contenedor de basura. Si no tiene pañuelo de papel debe toser o estornudar sobre su brazo en el ángulo interno del codo, con el propósito de no contaminar las manos. Si

 Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball	<b>SERVICIO DE PREVENCIÓN          DE RIESGOS LABORALES          DEL PERSONAL PROPIO</b>	<b>CÓDIGO: SPRL_DIPRL_11</b> <b>FECHA: 12/03/2020</b>
	<b>DOCUMENTO INFORMATIVO DE          PREVENCIÓN DE RIESGOS          LABORALES</b>	<b>PÁGINA: 5 de 10</b> <b>REVISIÓN: SPRL_DIPRL_11_02</b>
<b>TÍTULO: MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)</b>		

sufre un acceso de tos inesperado y se cubre accidentalmente con la mano, deberá evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca, e inmediatamente, lavarse las manos.

- Medidas organizativas.

#### 1. Distancia

- Se deberá, en la medida de lo posible, adecuar los lugares de trabajo, de los puestos de atención directa al usuario, de forma que se facilite la posibilidad de distanciarse 2 metros de las personas que muestren signos de afección respiratoria, si no cuentan con elementos de protección estructural.

- De forma genérica, cuando se establezca contacto interpersonal, se recomienda establecer una **mínima distancia de seguridad** de 1 metro.

- En aquellos puestos de trabajo que sea necesaria su presencia se deberá mantener, al menos, la distancia de seguridad. Tal y como se establece en el RD 486/97, de lugares de trabajo, en su Anexo I A.2.:

*Las dimensiones de los locales de trabajo deberán permitir que los trabajadores realicen su trabajo sin riesgos para su seguridad y salud y en condiciones ergonómicas aceptables.*


- Se establecerá la organización necesaria para evitar, en la medida de lo posible, la utilización de ascensores por más de una persona.

- En la medida de lo posible, se evitarán las reuniones en el trabajo y otras, cursos y otras actividades formativas.

Se recomienda, en aquellos lugares de trabajo en los que se encuentren puestos de trabajo administrativos con mesas fijas y no se haya podido guardar la distancia de seguridad, se coloquen elementos estructurales o materiales de separación, o bien se reubique en otra estancia para mantener la distancia de seguridad.

Para aquellos puestos de trabajo de atención directa al público se delimitará la distancia del usuario y se establecerá una sistemática de trabajo entre el personal empleado público y el personal usuario, garantizando, en todo momento la distancia de seguridad.

Las entradas a **cualquier** estancia deben estar programadas y se deberá contemplar y organizar con antelación qué necesidades habrá en su interior, para evitar entradas innecesarias.

 <b>INVASSAT</b> Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball	<b>SERVICIO DE PREVENCIÓN          DE RIESGOS LABORALES          DEL PERSONAL PROPIO</b>	<b>CÓDIGO: SPRL_DIPRL_11</b> <b>FECHA: 12/03/2020</b>
	<b>DOCUMENTO INFORMATIVO DE          PREVENCIÓN DE RIESGOS          LABORALES</b>	<b>PÁGINA: 6 de 10</b> <b>REVISIÓN: SPRL_DIPRL_11_02</b>
<b>TÍTULO: MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)</b>		

Se dispondrá a la entrada de los centros y en las salas de espera o recepciones, carteles informativos sobre higiene de manos e higiene respiratoria.

## 2. Limpieza y desinfección

- Organización de las tareas de limpieza y desinfección de los lugares de trabajo. Se debe realizar la limpieza y desinfección de las superficies de contacto. Las labores de limpieza y desinfección se incrementarán de forma que se incida sobre elementos de trabajo como: mesas de trabajo, mostradores y mesas de atención al público, teclados y pantallas de ordenadores, pasamanos, teléfonos, pantallas táctiles, lavabos, mobiliario de uso público, pulsadores y botoneras de ascensores, filtros del sistema de climatización, etc.

## MEDIDAS DE PREVENCIÓN PARA PUESTOS DE TRABAJO EN EL INSTITUTO DE MEDICINA LEGAL

Para ello, la autoridad sanitaria ha establecido un procedimiento de trabajo en el que se contemplan las tareas y medidas preventivas a adoptar. En la página del Ministerio de Sanidad tienen disponible dicho procedimiento. [Procedimiento para el manejo de cadáveres de casos COVID-19.](#)


Deberá evitarse la exposición al personal empleado público que, en función de sus características personales o estado biológico conocido, sean considerados especialmente sensibles a este riesgo. Para ello, deberán seguir el procedimiento de trabajo establecido para adaptación/cambio de puesto por motivos de salud y valoración del riesgo durante el embarazo y lactancia.

## MEDIDAS DE PREVENCIÓN PARA PUESTOS SOCIO SANITARIOS

Este personal deberá continuar siguiendo las recomendaciones establecidas en la instrucción operativa de actuación ante exposiciones accidentales de agentes biológicos de transmisión sanguínea y medidas para el control de la exposición por otras vías. [SPRL\\_IOPRL\\_11.](#)

En el caso de atención a una persona afectada se deberán complementar las medidas de prevención con las siguientes medidas:

- Higiene personal: las uñas deben llevarse cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes

 <b>INVASSAT</b> Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball	<b>SERVICIO DE PREVENCIÓN          DE RIESGOS LABORALES          DEL PERSONAL PROPIO</b>	<b>CÓDIGO: SPRL_DIPRL_11</b> <b>FECHA: 12/03/2020</b>
	<b>DOCUMENTO INFORMATIVO DE          PREVENCIÓN DE RIESGOS          LABORALES</b>	<b>PÁGINA: 7 de 10</b> <b>REVISIÓN: SPRL_DIPRL_11_02</b>
<b>TÍTULO: MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)</b>		

de muñeca u otros adornos; se deberá recoger el cabello largo en una coleta o moño bajo; evitar el uso de lentillas; se recomienda retirar el maquillaje u otros productos cosméticos que puedan ser fuente de exposición prolongado, en caso de resultar contaminados.

- Equipos de protección individual (EPI):

- Protección respiratoria. Mascarilla FFP3 o máscara con filtro P3. UNE\_EN\_149, UNE\_EN\_140 y UNE\_EN\_143.
- Protección de manos. Guantes de protección. UNE\_EN ISO 374-5.
- Protección ocular y facial. Gafa integral o pantalla facial. UNE\_EN\_166 (campo de uso 3).
- Protección del cuerpo. Protección parcial (bata, delantal, manguitos, etc.) o mono para cuerpo completo. UNE\_EN\_14126. Nº de tipo B. si se utiliza delantal con cierta impermeabilidad recurrir a los de tipo UNE\_EN\_14605. Tipo PB (4).


Los centros deberán elaborar planes de actuación dirigidos a la eventual aparición de brotes adaptados a las características de cada centro. Para ello deberán seguir el [Documento técnico Recomendaciones a residencias de mayores y centros sociosanitarios para el COVID-19](#)

Deberá evitarse la exposición al personal empleado público que, en función de sus características personales o estado biológico conocido, sean considerados especialmente sensibles a este riesgo. Para ello, deberán seguir el procedimiento de trabajo establecido para adaptación/cambio de puesto por motivos de salud y valoración del riesgo durante el embarazo y lactancia.

## **ACTUACIONES DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN A NIVEL COLECTIVO EN EL MEDIO DE TRABAJO**

Cada conselleria y organismo autónomo deberá establecer las instrucciones y procedimientos de trabajo que garanticen medidas de prevención y protección, suficientes y adecuadas, para el personal empleado público, así como, su aplicación en todos los centros de trabajo.


Para procurar unas adecuadas condiciones higiénicas en los lugares de trabajo para la protección del PEP en los supuestos que nos ocupan, se han de llevar a cabo las siguientes medidas de prevención y protección en lo relativo a:

 <b>INVASSAT</b> Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball	<b>SERVICIO DE PREVENCIÓN          DE RIESGOS LABORALES          DEL PERSONAL PROPIO</b>	<b>CÓDIGO: SPRL_DIPRL_11</b> <b>FECHA: 12/03/2020</b>
	<b>DOCUMENTO INFORMATIVO DE          PREVENCIÓN DE RIESGOS          LABORALES</b>	<b>PÁGINA: 8 de 10</b> <b>REVISIÓN: SPRL_DIPRL_11_02</b>
<b>TÍTULO: MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)</b>		

- **DISTANCIA EN EL ESPACIO DE TRABAJO.** Se deberán aplicar las medidas de prevención y protección recogidas en el apartado de “distancia” para puestos de atención directa al usuario o puestos administrativos.
- **LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LOS ESPACIOS DE TRABAJO.**
  - Se deberán intensificar las labores de limpieza y desinfección. Para ello, cada conselleria establecerá un procedimiento de trabajo en el que se indiquen las zonas, lugares, elementos superficiales a incidir, la frecuencia de limpieza diaria de cada uno de ellos y responsables de comprobación de las medidas.
  - Los desinfectantes que tienen eficacia comprobada contra los virus, dotados de cubierta, son: el cloro, el alcohol, el peróxido de hidrógeno, los compuestos de amonio cuaternario y los productos fenólicos.
  - En las fuentes dispensadoras, se deberá señalar la necesidad de no rellenar botellas de agua cuando no se utilizan vasos para la ingesta de la misma.
  - En los lugares de trabajo **donde exista evidencia de un caso o contacto**, se establecerá la política habitual de limpieza y desinfección del centro. Nota: Existe evidencia de que los coronavirus se inactivan en contacto con una solución de hipoclorito sódico con una concentración al 0,1%, etanol al 62-71% o peróxido de hidrógeno al 0,5%, en un minuto. Es importante que no quede humedad y, para la limpieza de superficies se recomienda utilizar material textil desechable.

El material utilizado que sea desechable, se introducirá en un contenedor de residuos con tapa y etiquetado con las advertencias precisas.

El personal de limpieza utilizará el equipo de protección individual (EPI) adecuado dependiendo del nivel de riesgo que se considere en cada situación. Se establecerá la comunicación del riesgo, siguiendo la coordinación de actividades empresariales establecida, y garantizando la implantación de las medidas preventivas necesarias en cuanto al uso de equipos de protección individual, formación e información.

 <b>INVASSAT</b> Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball	<b>SERVICIO DE PREVENCIÓN          DE RIESGOS LABORALES          DEL PERSONAL PROPIO</b>	<b>CÓDIGO: SPRL_DIPRL_11</b> <b>FECHA: 12/03/2020</b>
	<b>DOCUMENTO INFORMATIVO DE          PREVENCIÓN DE RIESGOS          LABORALES</b>	<b>PÁGINA: 9 de 10</b> <b>REVISIÓN: SPRL_DIPRL_11_02</b>
<b>TÍTULO: MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)</b>		

- MEDIDAS DE VENTILACIÓN

La ventilación es uno de los métodos de protección colectiva de los/as trabajadores/as. La ventilación por dilución consiste en reducir los niveles de contaminación existentes en un local mediante el aporte de aire limpio, libre del contaminante que se pretende controlar, y en cantidad suficiente para que la concentración se mantenga en niveles constantes y aceptables.


Se deberán seguir las prácticas de ventilación adecuadas. Se recomienda el uso de prácticas apropiadas de tasas de ventilación mínima basadas en estándares bien definidos para ambientes interiores que garanticen la efectiva renovación de aire.

En el anexo III del Real Decreto 486/1997, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, “...la renovación mínima del aire de los locales de trabajo, será de 30 metros cúbicos de aire limpio por hora y trabajador, en el caso de trabajos sedentarios en ambientes no calurosos ni contaminados por humo de tabaco y de 50 metros cúbicos, en los casos restantes, a fin de evitar el ambiente viciado y los olores desagradables. El sistema de ventilación empleado y, en particular, la distribución de las entradas de aire limpio y las salidas de aire viciado, deberán asegurar una efectiva renovación del aire del local de trabajo.”

Se recomienda además, utilizar estrategias de ventilación natural, haciendo uso de las diferencias de temperatura y del viento, en aquellos lugares de trabajo que dispongan de ventanas, principalmente durante los periodos de no ocupación del personal (ej: principio y final de la jornada de trabajo). La apertura y cierre de ventanas se realizará manteniendo las condiciones ambientales térmicas de los lugares de trabajo. El aire podría introducirse sin tratamiento térmico siempre y cuando aseguremos que mantenemos las condiciones de bienestar en la zona ocupada.

## RECOMENDACIONES Y GUÍAS GENERALES DE APLICACIÓN EN NUESTROS CENTROS DE TRABAJO

- [Procedimiento de actuación frente a casos de infección por el nuevo coronavirus \(SARS-CoV-2\)](#)
- [Guía para escuelas y centros educativos frente a casos de COVID-19](#)
- [Guía de actuación con los profesionales sanitarios en el caso de exposiciones de riesgo a COVID-19 en el ámbito sanitario](#)

 <b>INVASSAT</b> Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball	<b>SERVICIO DE PREVENCIÓN          DE RIESGOS LABORALES          DEL PERSONAL PROPIO</b>	<b>CÓDIGO: SPRL_DIPRL_11</b> <b>FECHA: 12/03/2020</b>
	<b>DOCUMENTO INFORMATIVO DE          PREVENCIÓN DE RIESGOS          LABORALES</b>	<b>PÁGINA: 10 de 10</b> <b>REVISIÓN: SPRL_DIPRL_11_02</b>
<b>TÍTULO: MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS (SARS-CoV-2)</b>		

*Nota de interés:*

*Las recomendaciones incluidas en el presente documento están en continua revisión y podrán ser modificadas de acuerdo con las indicaciones de la autoridad sanitaria.*

## FUENTES Y BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

- Ministerio de Sanidad

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>

- Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública

<http://www.san.gva.es/coronavirus>