

**PLAN DE CONTINGENCIA Y
PROTOCOLO DE ACTUACIÓN
DE LA SECRETARÍA GENERAL DEL
SENADO**

**ANTE LA EMERGENCIA SANITARIA OCASIONADA
POR EL CORONAVIRUS (SARS-COV-2)**

17 DE ABRIL DE 2020

I

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN
2. OBJETIVO Y DEFINICIONES
3. EVALUACIÓN DE LA EXPOSICIÓN
4. ACCIONES PREVENTIVAS GENERALES
5. ACCIONES PREVENTIVAS ESPECÍFICAS PARA COLECTIVOS
6. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN FRENTE AL SARS-COV-2
7. INFORMACIÓN. RECURSOS ONLINE
8. INFOGRAFÍAS

PLAN DE CONTINGENCIA

Tras la declaración del pasado mes de enero de la OMS en la que se informaba del coronavirus SARS-CoV-2 como un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas, detectado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China y de que todavía hay muchas cuestiones que se desconocen en relación a la enfermedad que produce: COVID-19, suponiendo dicha situación una emergencia de salud pública de importancia internacional, el Ministerio de Sanidad y las Comunidades Autónomas han venido realizando un seguimiento constante de la situación y evolución del Covid-19 para adoptar las medidas de prevención y contención necesarias.

El presente documento se ha elaborado siguiendo las recomendaciones del Ministerio de Sanidad contenidas en la guía de “Buenas prácticas en los centros de trabajo: medidas para la prevención de contagios del COVID-19”, actualizada el 11 de abril de 2020, y en el “Procedimiento para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARSCoV-2 (COVID19)”, de 8 de abril de 2020. El plan y protocolo están sujetos a los cambios que puedan derivarse de recomendaciones futuras de las autoridades sanitarias y de la propia evolución de la enfermedad.

Este plan se redacta con el fin de mantener el mayor grado de información y protección de todo el personal que presta servicios en el Senado de manera que, sin detener la actividad de la institución, puedan tomarse las medidas preventivas adecuadas.

El documento ha sido elaborado por el Servicio de Prevención Ajeno de Riesgos Laborales, prestado por la empresa Antea Prevención S.A., en colaboración con la Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior de la Secretaría General del Senado, que también es responsable de su actualización con la introducción de las instrucciones de las autoridades sanitarias. También lo es de la comunicación efectiva al personal al servicio de la institución, con el propósito de garantizar su seguridad y la de todas las personas que accedan a sus instalaciones.

Este plan describe el riesgo de exposición al virus de las diferentes actividades que se desarrollan en el Senado, así como las medidas de protección que deben adoptarse en cada caso de acuerdo con la normativa aplicable en cada momento. En su contenido se incluye el protocolo de actuación en caso de que una persona manifieste síntomas en su puesto de trabajo, para protegerla y proteger al resto de la plantilla.

El plan ha sido sometido a consulta de los delegados de prevención y los representantes del personal.

2

OBJETIVO Y DEFINICIONES

OBJETIVO

El Plan de contingencia y el Protocolo de actuación pretenden conseguir los siguientes objetivos:

- Proteger la salud y seguridad del personal que presta servicios en el Senado.
- Colaborar con las autoridades sanitarias.
- Minimizar los efectos derivados de la pandemia y garantizar el funcionamiento de la institución.

DEFINICIONES

Epidemia: enfermedad que afecta a un número de individuos superior al esperado en una población durante un tiempo determinado.

Pandemia: enfermedad epidémica extendida a muchos países y que afecta a muchos individuos del mismo país a la vez.

Definición de grupos especialmente sensibles (grupos de riesgo):

Con la evidencia científica disponible a fecha 8 de abril de 2020, el Ministerio de Sanidad ha definido en el ***“Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-COV-2)”*** como grupos de riesgo, vulnerables en caso de ser infectados por coronavirus SARS-CoV-2, las personas con:

- Diabetes
- Enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión
- Enfermedad hepática crónica
- Enfermedad pulmonar crónica
- Inmunodeficiencia
- Cáncer en fase de tratamiento activo
- Embarazo
- Mayores de 60 años

3

EVALUACIÓN DE LA EXPOSICIÓN

METODOLOGÍA

La evaluación de la exposición en el Senado se realiza según el nivel de riesgo marcado por el Ministerio de Sanidad y Trabajo, según el **“Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-CoV-2)”**, editado el día 08 de abril de 2020, que asocia a cada nivel las medidas preventivas a adoptar.

Según el *criterio operativo marcado por la Dirección del Organismo Estatal Inspección de Trabajo y Seguridad Social (nº 102/2020)*, sobre medidas y actuaciones de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social relativas a situaciones derivadas del nuevo Coronavirus (SARS-CoV-2) existen dos sectores de actividad claramente diferenciados:

1- Puestos de trabajo en los que existe riesgo de exposición profesional al SARS-CoV-2. Este grupo abarca toda actividad a la que le sea de aplicación el RD 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo, y que además se encuentran en una situación de riesgo por posible exposición al SARS-CoV-2. Fundamentalmente, servicios de asistencia sanitaria (comprendidos los desarrollados en aislamiento, traslados, labores de limpieza, cocina, eliminación de residuos, transporte sanitario, etc.), laboratorios y trabajos funerarios, transporte, colectivos de rescate, etc.

2- Puestos de trabajo que NO implican riesgo de exposición profesional al SARS-CoV-2. En este grupo están el resto de los centros de trabajo, en los que sólo excepcionalmente se podría producir el contagio de trabajadores y trabajadoras en los mismos.

Por otra parte, los niveles de exposición de los puestos de trabajo son diferenciados en tres grupos:

1- Exposición de riesgo: aquellas situaciones laborales en las que se puede producir un contacto estrecho con un caso confirmado de infección por el SARS-CoV-2 sintomático. Ver definición de “contacto estrecho” en el apartado Protocolo de actuación

2- Exposición de bajo riesgo: aquellas situaciones laborales en las que la relación que se pueda tener con un caso probable o confirmado no incluye contacto estrecho.

Baja probabilidad de exposición: trabajadores que no tienen atención directa al público o, si la tienen, se produce a más de dos metros de distancia, o disponen de medidas de protección colectiva que evitan el contacto.

Tabla 1. 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
<p>Personal sanitario asistencial y no asistencial que atiende a una persona sintomática.</p> <p>Técnicos de transporte sanitario, si hay contacto directo con la persona sintomática trasladada.</p> <p>Situaciones en las que no se puede evitar un contacto estrecho en el trabajo con una persona sintomática.</p>	<p>Personal sanitario cuya actividad laboral no incluye contacto estrecho con una persona sintomática, por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Acompañantes para traslado. – Celadores, camilleros, trabajadores de limpieza. <p>Personal de laboratorio responsable de las pruebas de diagnóstico virológico.</p> <p>Personal no sanitario que tenga contacto con material sanitario, fómites o desechos posiblemente contaminados.</p> <p>Ayuda a domicilio de contactos asintomáticos.</p>	<p>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:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Personal administrativo. – Técnicos de transporte sanitario con barrera colectiva, sin contacto directo con el paciente. – Conductores de transportes públicos con barrera colectiva. – Personal de seguridad.
REQUERIMIENTOS		
<p>En función de la evaluación específica del riesgo de exposición de cada caso: componentes de EPI de protección biológica y, en ciertas circunstancias, de protección frente a aerosoles y frente a salpicaduras.</p>	<p>En función de la evaluación específica del riesgo de cada caso: componentes de EPI de protección biológica.</p>	<p>No necesario uso de EPI.</p> <p>En ciertas situaciones (falta de cooperación de una persona sintomática):</p> <ul style="list-style-type: none"> – protección respiratoria, – guantes de protección.

EVALUACIÓN DE LA EXPOSICIÓN

Siguiendo los protocolos disponibles en la actualidad, **la estimación del riesgo de contagio por COVID19 en todas las actividades del Senado, a excepción de los miembros del Gabinete Médico, es:**

“BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN”

Pese a esta estimación general del riesgo es necesario **especificar algunos casos concretos** en los que se recomiendan medidas específicas:

- **Médicos y personal de enfermería:** quedan incluidos, como personal sanitario, en el grupo de “**exposición de bajo riesgo**”.
- **Personal** considerado **especialmente vulnerable o sensible** debido a su edad, patologías previas, medicación, trastornos inmunitarios o embarazo: deben extremarse las medidas de prevención y protección.
- **Personal con atención directa al público:** deben extremar las medidas generales de prevención y protección.

En función del tipo de exposición, se recomiendan las medidas preventivas que se reflejan en los siguientes apartados.

4

ACCIONES PREVENTIVAS GENERALES

ACCIONES PREVENTIVAS APLICABLES A TODO EL PERSONAL				
ACCIÓN PREVENTIVA	COLECTIVO DESTINATARIO	RESPONSABLE EJECUCIÓN	PLAZO DE EJECUCIÓN	ESTADO DE EJECUCIÓN
<p>Reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición.</p> <p>Se recomienda:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. ▪ 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. <p>Para el lavado y desinfección de manos siga los pasos que se detallan en la Infografía 1 y 2</p> <p>Se deben lavar siempre las manos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tras estornudar, toser o sonarse la nariz ▪ Después del contacto con alguien que estornuda o toser ▪ Después de utilizar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias ▪ Antes de comer <p>Otras medidas de higiene:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Recoger el cabello largo en una coleta o moño bajo. ▪ Las uñas deben llevarse cortas ▪ Evitar el uso de lentillas. ▪ Se recomienda retirar el maquillaje u otros productos cosméticos que puedan ser fuente de exposición prolongada en caso de resultar contaminados. ▪ Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca ya que las manos facilitan su transmisión. 	Todo el personal			

ACCIONES PREVENTIVAS APLICABLES A TODO EL PERSONAL				
ACCIÓN PREVENTIVA	COLECTIVO DESTINATARIO	RESPONSABLE EJECUCIÓN	PLAZO DE EJECUCIÓN	ESTADO DE EJECUCIÓN
<p>Medidas de etiqueta respiratoria:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Si tiene síntomas respiratorios debe cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable y tirarlo en un contenedor de basura. ▪ Si no se 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 sufre un acceso de tos inesperado y se cubre accidentalmente con la mano, evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca. ▪ Toda persona con síntomas respiratorios debe lavarse frecuentemente las manos porque accidentalmente puede tener contacto con secreciones o superficies contaminadas con secreciones. <p>Lavarse las manos con agua y jabón, o con solución a base de alcohol, protege de igual forma y debe realizarse después de estar en contacto con secreciones respiratorias y objetos o materiales contaminados.</p>	Todo el personal			
<p>Proporcionar información sobre las medidas generales de prevención:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Se distribuirán infografías editadas por el Ministerio de Sanidad para exposición en lugares de alta visibilidad, así como en los aseos. ▪ En la medida de lo posible se divulgará por intranet o e-mails corporativos. 	Todo el personal	Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior		
<p>Informar sobre otras medidas generales de prevención recomendadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ No compartir objetos. ▪ Ventilar frecuentemente las dependencias. ▪ Ampliar el espacio entre el visitante y el empleado público en los procesos de atención directa a más de dos metros. ▪ Mantener una distancia social entre personas de 2 metros. ▪ Orden y limpieza de las superficies de trabajo. ▪ No saludar dando la mano, abrazos o besos en el entorno laboral. 	Todo el personal	Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior		

ACCIONES PREVENTIVAS APLICABLES A TODO EL PERSONAL				
ACCIÓN PREVENTIVA	COLECTIVO DESTINATARIO	RESPONSABLE EJECUCIÓN	PLAZO DE EJECUCIÓN	ESTADO DE EJECUCIÓN
<p>Poner a disposición del personal el material higiénico necesario:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Se asegurará la existencia de jabón y seca-manos desechable en todos los aseos. ▪ Se procurará dotar de gel desinfectante hidroalcohólico en dispensador, como complemento para facilitar la higiene de manos frecuente, aunque recordamos que si las manos están sucias el procedimiento adecuado será el lavado con agua y jabón, no la solución hidroalcohólica. Dichos dispensadores se colocarán en espacios de entrada y atención al público y en salas de reuniones. ▪ En las zonas en las que no se disponga de aseos cercanos, se deberá proveer de solución hidroalcohólica en gel para lavado de manos. 	Todo el personal	Dirección de Presupuestos y Contratación		
<p>Coordinación con la empresa encargada del servicio de limpieza para la frecuente y correcta limpieza y desinfección de las superficies de especial riesgo, y la ventilación natural de dependencias.</p> <p>Para la limpieza se tendrá en cuenta que estos virus se inactivan tras 5 minutos de contacto con desinfectantes de uso público como la lejía o con una solución de hipoclorito sódico que contenga 1000 ppm de cloro activo (dilución 1:30 de una lejía comercial, 30 ml de lejía común por litro de agua). Hay que tener en cuenta que una persona enferma podría excretar virus en heces y/o orina, por lo que se recomienda la limpieza profunda de los aseos.</p> <p>Realizar desinfección de elementos de uso frecuentes, tales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Teclados - Mouse de ordenador - Pomos de puertas - Micrófonos de salas de reunión 	Empresa de limpieza/ Todo el personal	Dirección Técnica de Infraestructuras		
<p>Si en algún espacio se considera conveniente la desinfección con ozono mediante ozonizador, las personas que lo realicen deben estar formadas en el uso del mismo y se deberá realizar con los equipos de protección individual adecuados y con las medidas de precaución que se establezcan.</p>				

ACCIONES PREVENTIVAS APLICABLES A TODO EL PERSONAL				
ACCIÓN PREVENTIVA	COLECTIVO DESTINATARIO	RESPONSABLE EJECUCIÓN	PLAZO DE EJECUCIÓN	ESTADO DE EJECUCIÓN
<p>Adoptar medidas organizativas que reduzcan el número de trabajadores expuestos y medidas de reducción del impacto del COVID-19:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Adoptar la modalidad de teletrabajo en aquellos puestos en los que sea posible. ▪ Ante el cierre de centros educativos se facilitarán medidas de conciliación a personas con menores de 14 años a su cargo. De la misma manera se facilitarán estas medidas al personal responsable del cuidado de sus mayores o a las personas que por patologías previas concomitantes necesiten un mayor aislamiento. ▪ En torno a los puestos de trabajo, especialmente en espacios de uso compartido, se instalarán papeleras provistas de pedal y tapa, para el desecho de pañuelos de papel. ▪ Se deberá mantener la distancia de seguridad de 2 metros., En las salas de reuniones también se deberá mantener esta distancia, para ello se aplicará la regla “una silla si, dos no”. ▪ Favorecer reuniones de trabajo y formativas en entornos virtuales. Se recomienda evitar desplazamientos de trabajo que no sean esenciales y que puedan solventarse mediante llamada o videoconferencia. ▪ Favorecer la atención y el registro telemático. ▪ En aquellos servicios en los que se atiende a usuarios se evitará la masificación en la espera y se prestarán los servicios previa cita. ▪ Evitar concentraciones de personal en los accesos a las horas de entrada y salida. 	Todo el personal	Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior		

ACCIONES PREVENTIVAS APLICABLES A TODO EL PERSONAL				
ACCIÓN PREVENTIVA	COLECTIVO DESTINATARIO	RESPONSABLE EJECUCIÓN	PLAZO DE EJECUCIÓN	ESTADO DE EJECUCIÓN
<p>Equipos de protección individual:</p> <p>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, se deberán facilitar equipos de protección individual (guantes UNE EN 374.5:2016 y Mascarilla Quirúrgica UNE-EN 14683:2019+AC:2019)</p>	Todo el personal	Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior		
<p>El personal tendrá a su disposición las instrucciones sobre el procedimiento que habrá de seguirse ante un incidente.</p> <p>Ejemplos de incidentes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si una persona comienza a presentar síntomas de infección por COVID-19 durante el trabajo. - Atención a casos sintomáticos de COVID-19 por parte del personal médico <p>Actuación ante una persona con síntomas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las personas que presenten fiebre o tos deberán quedarse en su domicilio y contactar con los servicios de salud telefónicamente llamando al teléfono habilitado de la Comunidad Autónoma de Madrid (112 o su centro de atención primaria). Deberán permanecer en aislamiento domiciliario hasta su recuperación total y al menos 14 días, debiendo seguir las indicaciones de atención primaria tras finalizar aislamiento. - Si se tiene sensación de falta de aire, empeoramiento o sensación real de gravedad por cualquier otro síntoma, llamar al 112. - Si una persona comienza a presentar síntomas en el Senado, deberá permanecer en un despacho individual, contactar con el Servicio Médico, que se ocupará de avisar al 112, y seguirá sus instrucciones. El resto de compañeros/as abandonarán dicha sala, realizarán un lavado exhaustivo de manos con agua y jabón, extremarán las medidas generales de prevención indicadas anteriormente, y permanecerán atentos por si los servicios médicos en el estudio de contactos requieren su colaboración o reciben alguna instrucción particular. 	Todo el personal	Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior		

5

ACCIONES PREVENTIVAS ESPECÍFICAS PARA COLECTIVOS

COLECTIVO DE ATENCIÓN AL PÚBLICO (p.e. UJIERES)		VALORACIÓN DEL RIESGO: BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN		
ACCIÓN PREVENTIVA	COLECTIVO DESTINATARIO	RESPONSABLE EJECUCIÓN	PLAZO DE EJECUCIÓN	ESTADO DE EJECUCIÓN
Se recomienda el uso de mamparas o elementos físicos que aseguren la protección del trabajador en el control de acceso y verificación de acreditaciones (mamparas de plástico o similar, rígido o semirrígido, de fácil limpieza y desinfección, de forma que, una vez instalada, quede protegida la zona de trabajo)	Ujieres	Dirección Técnica de Infraestructuras		
Se deberá delimitar mediante señalización en el suelo y cartelería en la pared de control de acceso la obligación de mantener la distancia de seguridad. En el suelo la señal deberá ubicarse a una distancia de 1,5 metros	Ujieres	Dirección Técnica de Infraestructuras		
Instalar gel de solución hidroalcohólica junto al punto de verificación de acreditaciones.	Ujieres	Dirección Técnica de Infraestructuras		
En la manipulación de documentos deberán emplearse guantes UNE EN 374.5:2016	Ujieres	Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior		

COLECTIVO: PERSONAL SENSIBLE (colectivos vulnerables)		VALORACIÓN DEL RIESGO: SEGÚN EVALUACIÓN INDIVIDUALIZADA		
ACCIÓN PREVENTIVA	COLECTIVO DESTINATARIO	RESPONSABLE EJECUCIÓN	PLAZO DE EJECUCIÓN	ESTADO DE EJECUCIÓN
<p>En caso de existir colectivos vulnerables:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Diabetes ▪ Enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión ▪ Enfermedad pulmonar crónica ▪ Inmunodeficiencia ▪ Cáncer en fase de tratamiento activo ▪ Embarazo ▪ Mayores de 60 años. <p>Deberán mantener siempre una distancia superior a 2 metros con el resto de personas y aplicar frecuentemente las medidas de higiene personal establecidas para BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN.</p> <p>Facilitar protección respiratoria y guantes de protección a personas vulnerables reconocidas.</p> <p>Estas personas adoptarán, si es posible y de forma preferente, la modalidad de teletrabajo</p>	Personal sensible	Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior		
<p>Comunicación de hallarse en situación de especial sensibilidad:</p> <p>El personal especialmente sensible al riesgo de infección, por su edad, patologías previas, medicación, trastornos inmunitarios o embarazo, deberá comunicar sus circunstancias al Servicio de Prevención para su valoración, adaptación de su puesto, reubicación o emisión de informe de propuesta de baja.</p> <p>El periodo de aislamiento preventivo está considerado como situación de incapacidad temporal derivada de enfermedad común, y la infección del coronavirus en el trabajo está considerada “accidente laboral”.</p>	Personal sensible	Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior		

COLECTIVO: PERSONAL DEL SERVICIO MÉDICO		VALORACIÓN DEL RIESGO: EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO		
ACCIÓN PREVENTIVA	COLECTIVO DESTINATARIO	RESPONSABLE EJECUCIÓN	PLAZO DE EJECUCIÓN	ESTADO DE EJECUCIÓN
<p>Se deberá dotar de EPI's adecuados a su actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ La protección respiratoria generalmente recomendada para el personal sanitario que pueda estar en contacto a menos de 2 metros con casos en investigación o confirmados es una mascarilla autofiltrante tipo FFP2 o media máscara provista con filtro contra partículas P2. ▪ Si en el desarrollo de la actividad se realizan procedimientos asistenciales en los que se puedan generar bioaerosoles en concentraciones elevadas, se recomienda el uso por el personal sanitario de mascarillas autofiltrantes contra partículas FFP3 o media máscara provista con filtro contra partículas P3. ▪ Guantes UNE EN ISO 374-5 (Requisitos guantes microorganismos, que incluyan protección frente a Virus) ▪ Gafa integral: montura (campo de uso 3, 4 ó 5) UNE-EN-166 (Protección individual de los ojos). ▪ Deberá usar bata para la atención a pacientes. ▪ Se deberá evitar la realización de pruebas que generen bioaerosoles que no sean estrictamente necesarias. ▪ Al no ser un centro asistencial no se prevé la atención directa a casos confirmados o en investigación. Si por cualquier circunstancia se atendiera a alguien, con el fin de evitar contagios, los casos confirmados y en investigación deben llevar mascarillas quirúrgicas. En el caso de que llevaran en lugar de una mascarilla quirúrgica una mascarilla autofiltrante, en ningún caso ésta incluirá válvula de exhalación ya que en este caso el aire es exhalado directamente al ambiente sin ningún tipo de retención y se favorecería, en su caso, la difusión del virus. Las mascarillas quirúrgicas deben cumplir la norma UNE-EN 14683:2019+AC:2019). La colocación de la mascarilla quirúrgica a una persona con sintomatología respiratoria supone la primera medida de protección para el trabajador. 	Médicos y personal de enfermería.	Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior		

COLECTIVO: PERSONAL DEL SERVICIO MÉDICO		VALORACIÓN DEL RIESGO: EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO		
ACCIÓN PREVENTIVA	COLECTIVO DESTINATARIO	RESPONSABLE EJECUCIÓN	PLAZO DE EJECUCIÓN	ESTADO DE EJECUCIÓN
<p>Deberán tener formación en materia de Agentes Biológicos por exposición a SARS- COv- 2 (agente biológico de grado 2) y, en concreto, sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Los riesgos potenciales para la salud. b) Las precauciones que deberán tomar para prevenir la exposición. c) Las disposiciones en materia de higiene. d) La utilización y empleo de ropa y equipos de protección individual. e) Las medidas que deberán adoptar los trabajadores en el caso de incidentes y para la prevención de éstos. 	Médicos y personal de enfermería	Dirección de Recursos Humanos y Gobierno Interior		

INFORMACIÓN GENERAL

¿Qué son los coronavirus?

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan sólo a los animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas. 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).

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

¿Qué es el nuevo coronavirus SARS-CoV-2?

Es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y se ha detectado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China. Todavía hay muchas cuestiones que se desconocen en relación a la enfermedad que produce: COVID-19.

¿Los animales transmiten el nuevo coronavirus SARS-CoV-2 al ser humano?

Existe la posibilidad de que la fuente inicial fuera algún animal, puesto que los primeros casos se detectaron en personas que trabajaban en un mercado donde había presencia de animales vivos. Algunos coronavirus son virus zoonóticos, lo que significa que se pueden transmitir de los animales al ser humano.

¿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.

¿Cuál es la vía de transmisión?

Parece que la transmisión es por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma. Su contagiosidad depende de la cantidad del virus en las vías respiratorias. Estas secreciones infectarían a otra persona si entran en contacto con su nariz, sus ojos o su boca. Parece poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de 1-2

¿La infección es muy contagiosa?

La infección es transmisible de persona a persona y su contagiosidad depende de la cantidad del virus en las vías respiratorias. Para que se produzca la infección se necesitaría un contacto directo de las secreciones respiratorias de un animal infectado o de una persona infectada con las mucosas de otra persona (nariz, boca, ojos).

¿Existe un tratamiento para el COVID-19?

No existe un tratamiento específico para el nuevo coronavirus pero se están empleando algunos anti-virales que han demostrado cierta eficacia en estudios recientes. Sí existen muchos tratamientos para el control de sus síntomas por lo que la asistencia sanitaria mejora el pronóstico.

¿Qué es la cuarentena y qué papel juega en la prevención del COVID-19?

Es la separación y restricción de movimientos impuesta a una persona que puede haber estado en contacto con una fuente de infección pero que está completamente asintomática. El objetivo de la cuarentena es lograr que, en el caso de que la persona se hubiera infectado, no transmita a su vez la infección a otros. La realización de cuarentena sólo tiene sentido para aquellas enfermedades que se pueden transmitir durante el periodo asintomático, es decir, antes de que en la persona se muestre síntomas de enfermedad. Otros virus similares como el coronavirus, causante del SARS, sólo era transmisible tras el inicio de la sintomatología. Pero en el caso del COVID-19 no existe por el momento una evidencia suficiente al respecto aunque hay alguna información disponible que apunta hacia ello.

¿Qué hago si conozco a alguien con síntomas de coronavirus COVID-19?

Si has sido un contacto estrecho de esa persona cuando tenía síntomas, deberás respetar una cuarentena de 14 días y contactar con tu centro de salud o 112 si presentas síntomas. Contacto estrecho son las personas que proporcionan cuidados, conviven o han mantenido un contacto en el mismo lugar a menos de 2 metros durante más de 15 minutos. Si no eres contacto estrecho deberás respetar el decreto de alarma y vigilar tus síntomas.

INFORMACIÓN RELEVANTE

DESPLAZAMIENTOS AL TRABAJO

1. Siempre que puedas, utiliza las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros.
2. Si vas al trabajo andando, en bicicleta o moto no es necesario que lleves mascarilla.
3. Guarda la distancia interpersonal cuando vayas caminando por la calle.
4. Si te tienes que desplazar en un turismo, tanto propio o de la empresa, extrema las medidas de limpieza del vehículo y evita que viaje más de una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
5. Si coges un taxi o un VTC, solo debe viajar una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
6. En los viajes en autobús, en transporte público o autobús de la empresa, metro o tren, guarda la distancia de seguridad con tus compañeros de viaje. En el caso de los autobuses públicos, el conductor velará porque se controle el aforo y se respete la distancia interpersonal. Es recomendable usar una mascarilla higiénica, no médica, si vas en transporte público.
7. Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y deséchalo a continuación, o con la parte interna del codo para no contaminar las manos. Y evita tocarte los ojos, la nariz o la boca.

PAUSAS Y DESAYUNOS

- Deben limpiarse las manos frecuentemente con agua, jabón, durante 40 segundos, en los aseos que se hayan previsto para su utilización.
- Se colaborará en mantener limpios los aseos y las zonas comunes.
- Establecer aforos máximos en las zonas comunes (comedores y office).
- Se evitará beber en fuentes directamente, salvo que se utilicen recipientes individuales o vasos desechables.
- No compartir vasos, botellas y cubiertos con los compañeros.
- No agruparse formando “corrillos” y mantener la distancia de seguridad.

MEDIDAS DE HIGIENE EN EL CENTRO DE TRABAJO

1. Se deben realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones cuando sea posible y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de más de cinco minutos.
2. Se recomienda mantener la temperatura del centro entre 23 y 26° C.
3. Es recomendable reforzar la limpieza de los filtros de aire y aumentar el nivel de ventilación de los sistemas de climatización para renovar el aire de manera más habitual.
4. Se debe revisar al menos diariamente el funcionamiento de dispensadores de jabón, gel desinfectante, papel desechable, etc., procediendo a reparar o sustituir aquellos que presenten averías. Se recomienda disponer de un registro de estas acciones. También se debe vigilar el funcionamiento y la limpieza de sanitarios y grifos de aseos.
5. Es conveniente reforzar las tareas de limpieza en todas las estancias, con especial incidencia en superficies, en particular aquellas que se tocan con más frecuencia como ventanas o pomos de puertas, así como todos los aparatos de uso habitual por parte de los empleados, desde mandos de maquinaria a mesas y ordenadores. Es particularmente importante, la desinfección periódica de las mesas o mostradores de preparación de pedidos, así como de los embalajes antes de su entrega a repartidores y clientes.
6. Es necesario limpiar el área de trabajo usada por un empleado en cada cambio de turno.
7. Los detergentes habituales son suficientes, aunque también se pueden contemplar la incorporación de lejía u otros productos desinfectantes a las rutinas de limpieza, siempre en condiciones de seguridad.

PAUTAS DE ACTUACIÓN

ACTUACIÓN ANTE UNA PERSONA AJENA AL SENADO CON SÍNTOMAS

Si una persona ajena al Senado presenta síntomas estando en la Cámara: deberá permanecer en un despacho individual, contactar con el Servicio Médico y seguir sus instrucciones. El resto de acompañantes abandonarán dicha sala, realizarán un lavado exhaustivo de manos con agua y jabón, extremarán las medidas generales de prevención para el COVID-19 indicadas anteriormente, y permanecerán atentos por si los servicios médicos en el estudio de contactos requieren su colaboración o reciben alguna instrucción particular.

En todo caso, seguirá las instrucciones que emitan las autoridades sanitarias.

A su vez la Dirección de Recursos Humanos y Gobierno interior comunicará, de forma inmediata, al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales esta circunstancia, con el fin de que se pueda estudiar la aplicación de medidas preventivas.

La colocación de la mascarilla quirúrgica a una persona con sintomatología respiratoria supone la primera medida de protección.

ACTUACIÓN ANTE PERSONAL DEL SENADO CON SÍNTOMAS

Si un miembro del personal del Senado presenta síntomas compatibles con el COVID-19, no acudirá al trabajo y seguirá las indicaciones sanitarias: “Se recomienda permanecer en su residencia habitual y evitar el contacto estrecho con otras personas, permaneciendo en aislamiento que durará mínimo 14 días o hasta que lo determinen los servicios de salud. Contacte telefónicamente con un servicio médico a través del 112 o en su centro de salud, informando de los antecedentes de contacto y los síntomas que presente para que puedan realizar una valoración.”

Si algún miembro del personal del Senado ha estado en contacto estrecho con un caso posible, probable o confirmado de Coronavirus, **NO ASISTIRÁ EN NINGÚN CASO AL CENTRO DE TRABAJO**, se deberá informar a su responsable más cercano, y se le indicará que contacte con sus servicios de salud o con los teléfonos habilitados dependiendo de los protocolos establecidos en cada CCAA.

El servicio sanitario del Servicio de prevención de riesgos laborales será el encargado de establecer los mecanismos para la investigación y seguimiento de los contactos estrechos en el ámbito de sus competencias, de forma coordinada con las autoridades de salud pública.

7

INFORMACIÓN: RECURSOS ON- LINE

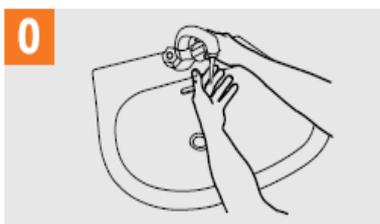
COVID 19	
Que es el Covid 19	https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadaniaVideos.htm
EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL (Videos)	
Protocolo de puesta y retirada de Epi's (con bata)	https://webtv.enfermeriatv.es/video/RaGrBQ
LAVADO DE MANOS	
Lavado de manos con agua y jabón	https://webtv.enfermeriatv.es/video/yLGjkQ
AISLAMIENTO DOMICILIARIO	
Si tienes síntomas, íslate	https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm
Aislamiento domiciliario para casos leves	https://webtv.enfermeriatv.es/video/y8n4GJ
LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN	
Limpieza en casa	https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm
CUIDADOS DE LA SALUD	
Ejercicio físico	http://www.estilosdevidasaludable.msbs.gob.es/actividadFisica/actividad/recomendaciones/videosEjercicios/adultos/home.htm

¿Dónde se puede obtener más información?

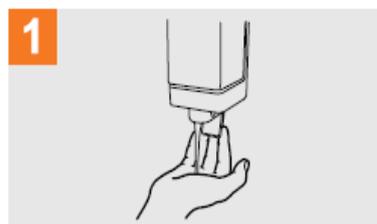
- <https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm>
- <https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>
- <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/covid-19-prevencion-consejos-ciudadania>

1. ¿CÓMO LAVARSE LAS MANOS?

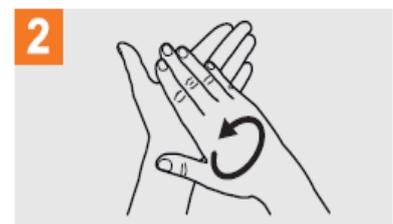
Lávese las manos durante 40-60 segundos, cuando estén visiblemente sucias, si no utilice la solución alcohólica.



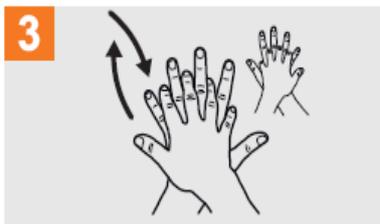
0 Mójese las manos con agua;



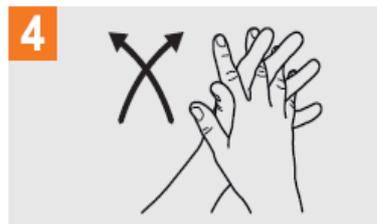
1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



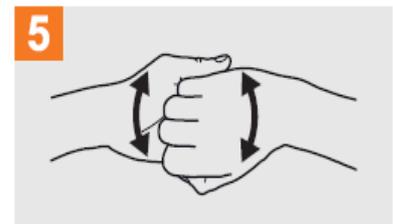
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



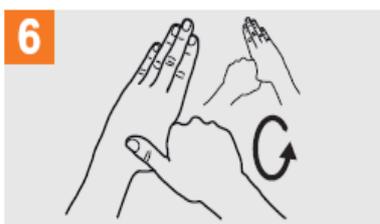
3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



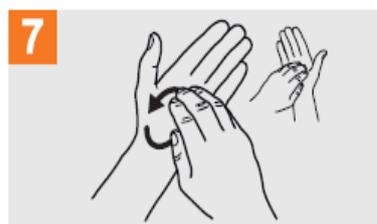
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



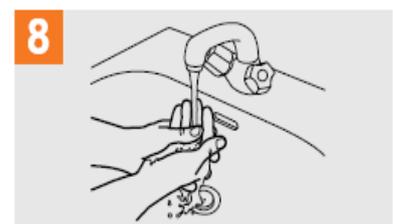
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



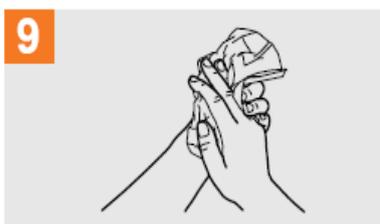
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



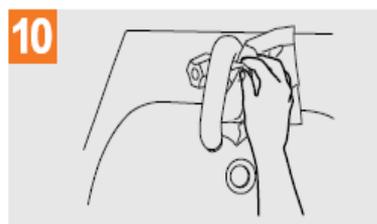
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



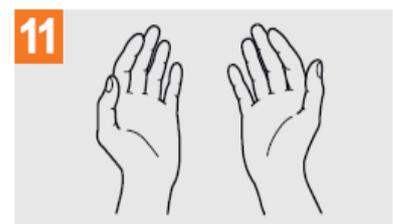
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



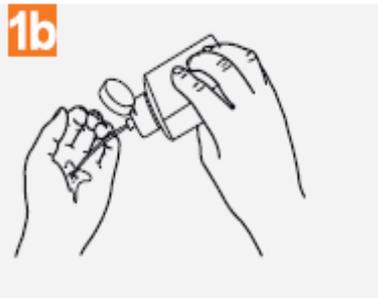
11 Sus manos son seguras.

2. CÓMO DESINFECTARSE LAS MANOS?

Desinfectese las manos durante 30 segundos por Higiene, lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias



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



2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



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



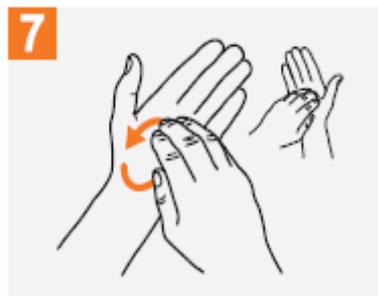
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



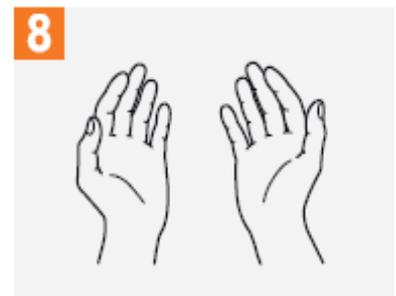
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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



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



8 Una vez secas, sus manos son seguras.

3. COMO QUITARSE LOS GUANTES

	<p>Pellizcar por el exterior del primer guante</p>
	<p>Retirar sin tocar la parte interior del guante</p>
	<p>Retirar el guante en su totalidad</p>
	<p>Recoger el primer guante con la otra mano</p>
	<p>Retirar el segundo guante introduciendo los dedos por el interior</p>
	<p>Retirar el guante sin tocar la parte externa del mismo</p>
	<p>Retirar los dos guantes en el contenedor adecuado</p>