



SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES COORDINADOR

Procedimiento de actuación del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales Coordinador frente a COVID-19

Debido a la situación actual en relación al coronavirus, el personal del Servicio de Prevención de riesgos laborales, que atienda a personas presumiblemente sanas, deberá seguir además de las medidas higiénicas indicadas en su correspondiente Evaluación de Riesgos, las medidas higiénicas que se detallan a continuación. De igual forma, el personal sanitario deberá seguir las recomendaciones específicas publicadas por la Consejería de Salud en su Guía Regional de abordaje para la infección por SARS-CoV-2, así como las publicadas por el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.

Medidas de higiene personal para el personal empleado público:

- Evitar el contacto cercano con personas que padezcan infecciones respiratorias agudas.
- Cubrir la boca y nariz al toser y estornudar con pañuelos de papel y tirarlos a la basura.
- Si no tiene pañuelo de papel, toser y estornudar sobre el ángulo interno del codo para no contaminarse las manos y evitar tocar con las manos dicha zona.
- Si sufre un acceso de tos inesperado y se cubre accidentalmente con la mano, evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca y a continuación lavarse las manos.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- **Lavarse las manos frecuentemente** con agua y jabón (durante 40-60 segundos) o con solución hidroalcohólica (20-30 segundos):
 - sobre todo después de toser o estornudar, al llegar al trabajo y al llegar a casa.
 - antes y después de manipular elementos de uso común: ordenadores de fichaje, botones de llamada del ascensor, pomos de las puertas, barandillas, etc.

Por tanto, **se deben extremar las condiciones de higiene de manos durante toda la jornada laboral.**



HIGIENE DE MANOS

CÓMO LIMPIARSE LAS MANOS CON DESINFECTANTE ALCOHÓLICO:

1

Deposite en la palma de la mano una cantidad de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.

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, rodeándolo 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

Séquelas con una toalla de un solo uso.

10

Utilice la toalla para cerrar el grifo.

11

Sus manos son seguras.

20-30 segundos

40-60 segundos

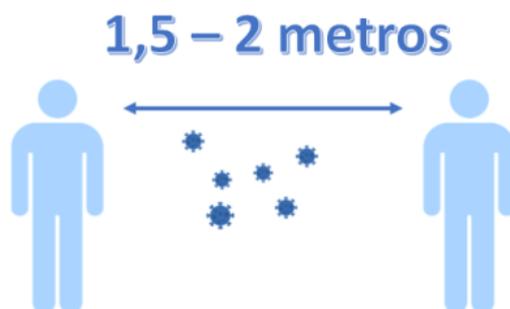
Una vez secas, sus manos son seguras.

Sus manos son seguras.

Organización Mundial de la Salud

Región de Murcia

- Minimizar en lo posible el contacto directo con otras personas y en caso de que el contacto sea inevitable, se debe **mantener una distancia mínima interpersonal de 1.5 metros, siendo recomendable 2 metros.**





- En base a lo establecido por la Autoridad Sanitaria, en cualquier espacio cerrado de uso público o que se encuentre abierto al público, **siempre que no sea posible mantener la distancia interpersonal de al menos 1.5 metros, será obligatorio el uso de mascarilla**, preferiblemente [higiénica](#) o [quirúrgica](#), cubriendo la nariz y la boca. No obstante, no será necesario su uso si se garantiza la distancia interpersonal o se dispone de protección colectiva (mampara). **En zonas de uso común y zonas de paso de los centros de trabajo, será obligatorio siempre el uso de mascarilla.**

USO DE MASCARILLA

Si se usa una mascarilla, **es fundamental utilizarla y desecharla correctamente para que sea eficaz y para evitar que aumente el riesgo de transmisión asociado con el uso y la eliminación incorrectos.**

- En primer lugar debe lavarse las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica.
- Colocarse la mascarilla minuciosamente para que cubra la boca y la nariz, sin que queden espacios de separación con la cara.
- No tocar la parte delantera mientras se lleva puesta.
- Quitársela cogiendo los elásticos y sin tocar la parte delantera.
- Después de quitarse o tocar inadvertidamente una mascarilla usada, lavarse las manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica.
- En cuanto la mascarilla esté húmeda, sustituirla por otra limpia y seca.
- No reutilizar las mascarillas de un solo uso, desecharlas inmediatamente una vez utilizadas.

Además:

- Modificar la frecuencia y tipo de contacto directo, como por ejemplo evitar darse la mano o besarse.
- Realizar una ventilación adecuada de los centros de trabajo. Los despachos con ventana deben ventilarse como mínimo 10 – 15 minutos al día. (Ver apartado de medidas de higiene de los centros de trabajo).
- No compartir objetos personales, de higiene o aseo (vasos, toallas...).

Medidas Específicas para el personal sanitario:

Para este tipo de tareas se establece:

- [Escenario de riesgo de exposición al coronavirus SARS-CoV-2 en el entorno laboral: Exposición al riesgo.](#)
- [Guía de actuación para la gestión de la vulnerabilidad y el riesgo. En ámbitos sanitarios o sociosanitarios:](#)
 - Nivel de riesgo 1 (NR1): Similar a riesgo comunitario. Tareas en áreas no COVID, tanto asistenciales como de soporte estratégico.
 - Nivel de riesgo 2 (NR2): Entrada en zonas COVID tareas con pacientes posibles, probables o confirmados, manteniendo la distancia de seguridad y sin actuación directa sobre paciente.
 - Nivel de riesgo 3 (NR3): Entrada en zonas COVID con asistencia directa o intervención directa con casos posibles, probables o confirmados, con EPI adecuado y sin



mantener la distancia de seguridad, incluida la movilización de pacientes y aseo. Este nivel será aplicable únicamente cuando se deban realizar este tipo de tareas.

Por tanto, además de las medidas generales de prevención del contagio, las **medidas específicas** a adoptar por el personal que realiza tareas sanitarias tanto en el ámbito sanitario como sociosanitario, son las siguientes:

En todo tipo de tareas:

- Mantener siempre la **distancia mínima interpersonal de al menos 1.5 metros, siendo recomendable 2 metros.**
- En cualquier espacio cerrado de uso público o que se encuentre abierto al público, **siempre que no sea posible mantener una distancia de seguridad interpersonal de al menos 1.5 metros, será obligatorio el uso de mascarilla**, preferiblemente **quirúrgica**, cubriendo la nariz y la boca. En caso de que el usuario no utilice mascarilla, el empleado deberá utilizar además de mascarilla una pantalla facial, manteniendo la mayor distancia y el menor tiempo posible con el usuario.



Tareas sanitarias y sociosanitarias con atención a usuarios:

Todo personal sanitario de cualquier servicio (Equipo de Valoración y Diagnóstico, Servicio de Prevención de Riesgos Laborales, Dirección General de Familia, etc...), debe establecer de forma rápida si un paciente o usuario con infección respiratoria (IRA) cumple los criterios de caso investigación de SARS-CoV-2. Para ello, se recomienda la “**herramienta de detección en triaje: Identificar – Aislar – Informar**”, ya que aporta un enfoque rápido en cuanto a cómo manejar desde triaje estos casos.

Se considerarán “casos” aquellos que cumplen los criterios establecidos en el Procedimiento de actuación frente a casos de infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2) elaborado por el Ministerio de Sanidad.



- **Uso de mascarilla por parte de todo el personal (tanto empleados como usuarios).** Si el usuario/paciente no utiliza mascarilla se le invitará a que se coloque una mascarilla quirúrgica.



- Se recomienda disponer de dispensadores con solución hidroalcohólica al alcance de todo el personal y sanitarios.



- No se atenderá ni realizará ningún examen de salud a ninguna persona con síntomas compatibles con infección respiratoria aguda (fiebre, tos o disnea). Se le recomendará seguir las medidas higiénicas universales y será informado para la solicitud de una nueva cita, una vez haya desaparecido su sintomatología. En el caso de que la sintomatología sea florida, se le recomendará que se ponga en contacto con su médico de atención primaria para valoración y no se atenderá.
- Si por su estado de salud es necesario atender a una persona, el paciente utilizará mascarilla quirúrgica y el personal sanitario utilizará mascarilla FFP2 (norma UNE-EN 149:2001 +A1:2009), guantes de protección (norma UNE-EN ISO 374.5:2016) y bata de aislamiento desechable. En el SPRL Coordinador los EPIs están ubicados en el almacén de la planta baja del área sanitaria del servicio (estanterías de la derecha).



Es importante [retirar los guantes](#) de forma correcta para que no exista una posible contaminación del elemento hacia el portador, a continuación se indica la técnica de como quitarlos. Además, si también se utiliza mascarilla, se debe proceder de la siguiente manera:



Secuencia retirada de guantes:



Retirar parcialmente tirando de la superficie externa. Sin retirar del todo (dejando últimas falanges o pulgar)



Tomar pellizco del guante de la otra mano por su parte externa y retirar totalmente.



Con la mano descubierta retirar el otro guante tocando solo por su parte interna.

Si usas guantes y mascarilla:

1. Retirada de guantes.
2. Higiene de manos. Lavado de manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica.
3. Retirada de la mascarilla cogiéndola por las gomas traseras y sin tocar la parte delantera.
4. En el caso de haber tocado la mascarilla por su parte delantera, vuelve a realizar la correcta higiene de manos.
5. Tanto los guantes como las mascarillas deberán depositarse en una bolsa de basura cerrada para su eliminación.

Procedimiento ante sospecha COVID positivo:

Ante un caso de sospecha el personal sanitario del SPRL actuará del siguiente modo:

1. **Zona de aislamiento.** Si se considera que el usuario cumple con el criterio de caso, se le colocará mascarilla quirúrgica y será trasladado a una zona de aislamiento (sala habilitada a tal fin, preferiblemente con ventilación exterior, en el SPRL será el despacho 8) o bien permanecerá aislado en la consulta en la que esté siendo atendido. En ningún momento se le colocará una mascarilla autofiltrante con válvula de exhalación ya que en este caso el aire es exhalado directamente al ambiente sin ningún tipo de retención y se favorecería la difusión del virus. El personal que traslade



a la persona hasta la zona de aislamiento o lo atienda en consulta, además de utilizar mascarilla quirúrgica deberá utilizar guantes de protección.

2. **Aviso situación.** A continuación, se avisará de inmediato a Salud Pública a través del teléfono [80596 / 618680596](tel:80596618680596), o en su defecto al 112, o en su defecto al 112, con el fin de seguir instrucciones. Esta situación también se pondrá en conocimiento de la Directora Técnica, de la Jefa de Servicio o en su defecto, del resto de compañeros sanitarios.
3. **Ventilación/climatización zona aislamiento.** Se procederá al apagado del sistema de ventilación/climatización de la zona de aislamiento para evitar la difusión del virus.
4. **Abandono zona aislamiento.** Cuando sea necesario abandonar dicha zona, se realizará por la puerta más cercana que conduzca al espacio exterior, que en este caso es la salida de emergencia del área sanitaria del servicio.
5. **Limpieza zona aislamiento.** El personal sanitario que haya atendido al presunto CASO, avisará al personal de limpieza para que realice la misma de forma inmediata una vez que el usuario la abandone. Se limpiarán todas las superficies con las que haya podido estar en contacto incluyendo las paredes, con agua y jabón y se desinfectará con una solución a base [de lejía \(para preparar 1 litro: 20 mililitros de lejía doméstica al 5% en 980 mililitros de agua\)](#) o una solución de alcohol etílico de 70°. El personal de limpieza utilizará mascarillas autofiltrantes FFP2 (conformes norma UNE-EN 149:2001 +A1:2009) y guantes de protección (conformes norma UNE-EN ISO 374.5:2016), los cuales se eliminarán como residuos biosanitarios al finalizar la limpieza y se procederá al lavado de manos.

Riesgos tareas habituales:

Dentro de las competencias de los diferentes servicios y siguiendo las recomendaciones indicadas en las respectivas evaluaciones de riesgos específicas por puesto de trabajo realizadas por este Servicio de Prevención, en caso de que exista la posibilidad de que el personal realice tareas en las que pudiera estar en contacto con secreciones mucosas o gotículas por vía respiratoria (por ejemplo, cuando hay tos, estornudos, etc.), deberá utilizar los equipos de protección individual indicados en las respectivas evaluaciones de riesgos (mascarilla autofiltrante como mínimo FFP2, guantes, gafas y bata).

Equipos de Protección Individual:

La [colocación y retirada](#) de los equipos de protección individual (EPI) por parte del personal sanitario se realizará según lo indicado en el enlace. Se retirará primero los [guantes](#) por la parte interior, se lavará con solución hidralcohólica y posteriormente se retirará la mascarilla por la parte trasera, procediendo de nuevo al lavado de manos o aplicación de solución hidroalcohólica.

Los EPI deben colocarse antes de iniciar cualquier actividad probable de causar exposición y ser retirados únicamente después de estar fuera de la zona de exposición, evitando que estos sean una fuente de contaminación, por ejemplo, dejándolos sobre superficies del entorno una vez que han sido retirados.

Los EPI desechables deben colocarse en los contenedores adecuados de desecho y ser tratados como como residuos biosanitarios de clase III.



En función de la nueva evidencia disponible, debe consultar la información actualizada en:

- [MurciaSalud](#)
- [Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social](#)
- [Servicio de Prevención Coordinador](#).
- Se recomienda realizar la sesión formativa por Coronavirus en la siguiente [dirección](#).