



Protocolo general de retorno seguro al trabajo por COVID-19



Dentro del marco de la pandemia originada por el contagio del COVID-19 y el aislamiento preventivo obligatorio al que nos ha llevado, es importante y necesario que las empresas definan un protocolo de actuación para efectuar el retorno seguro que hace parte integral del Sistema de Gestión de Salud y Seguridad en el Trabajo (SGSST) y que garantice la prevención, contención y mitigación del riesgo por contagio del COVID-19 de sus trabajadores bajo los protocolos y medidas de prevención previstas por los entes gubernamentales.

En consecuencia y teniendo en cuenta que los síntomas que presenta el COVID-19 son similares a los de cualquier Infección Respiratoria Aguda (IRA), el Ministerio de Salud y Protección Social (MSPS) reconoce la importancia de tomar todas las medidas necesarias para garantizar un retorno seguro de los trabajadores a sus áreas de operación con el fin de garantizar la continuidad de las diferentes actividades económicas.

Objetivo

Establecer las recomendaciones de promoción y prevención mínimas requeridas para el retorno seguro de los trabajadores a los lugares de trabajo, garantizando el control y prevención del contagio por COVID-19.

Alcance

Este protocolo pretende entregar las recomendaciones mínimas que deben implementar los empleadores frente al control de los riesgos derivados de situaciones, actividades o lugares en los cuales se puede presentar un contacto cercano o una exposición que incremente el riesgo de contagio por Covid-19, en el marco del retorno seguro al trabajo en las actividades desarrolladas de carácter operativo o administrativo.

Ámbito de aplicación

Trabajadores internos y externos, así como visitantes y partes interesadas que en el marco del retorno al trabajo intervienen en el desarrollo de las actividades administrativas, técnicas y operativas de la empresa.

Definiciones

Afectado: persona, equipaje, carga, contenedor, medio de transporte, mercancía, paquete postal o resto humano que está infectado o contaminado, o que es portador de fuentes de infección, plagas o contaminación, de modo tal que constituyen un riesgo para la salud pública y la sanidad animal y vegetal.

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

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

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

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

Microorganismo: es cualquier organismo vivo de tamaño microscópico, incluyendo bacterias, virus, levaduras, hongos, algunas algas y protozoos.

Limpieza: es un procedimiento mecánico que remueve el material extraño u orgánico de las superficies que puedan preservar bacterias al oponerse a la acción de biodegradabilidad de las soluciones antisépticas.

Precaución en ambiente: es el principio según el cual cuando exista peligro de daño grave e irreversible, la falta de certeza científica absoluta no deberá utilizarse como razón para postergar la adopción de medidas eficaces para impedir la degradación del medio ambiente.





Generalidades

El aislamiento preventivo obligatorio, es una medida que consiste en la evaluación, documentación y análisis que permite la adecuada toma de decisiones para ajustar de manera diferente el aislamiento actual generado por el COVID-19. Se basa en mantener la protección y restricción al adulto mayor, las restricciones en el sistema educativo y adoptar normas de distanciamiento, permitiendo que de manera controlada y de acuerdo a las necesidades sociales, se reactive la economía de una forma organizada, y manteniendo los protocolos para conservar la salud y la vida.

De acuerdo a lo anterior, las empresas deben prepararse para implementar el plan de retorno seguro, que está basado en la aplicación de protocolos preventivos y de seguridad que contengan las medidas de promoción y prevención necesarias para la reducción y mitigación de la exposición por contagio al COVID-19 de los trabajadores y partes interesadas, en el marco del retorno a las actividades de la empresa.

Por lo anterior, es necesario que tengas en cuenta la aplicación de la gestión del cambio en tanto se debe evaluar el impacto que puedan generar los cambios internos o externos a la Seguridad y Salud en el Trabajo, de acuerdo a los siguientes focos de intervención:

- ▶ Adecuación previa de logística y puestos de trabajo.
- ▶ Adecuación previa de procesos y métodos de trabajo.
- ▶ Disponibilidad de recursos para la bioseguridad.
- ▶ Divulgación de los cambios a las partes de interés a través de una reinducción general por parte del área de Seguridad y Salud en el Trabajo al 100% de los trabajadores, a partir del primer día de reingreso a las actividades.
- ▶ Monitoreo permanente a las condiciones de salud y cumplimiento de normas y análisis de resultados derivados del monitoreo realizado.
- ▶ Medidas de intervención para los hallazgos encontrados durante los monitoreos realizados.

Medidas para la reducción del riesgo en diferentes escenarios

Los empleadores tienen la responsabilidad global de asegurar que se adopten todas las medidas de prevención y protección factibles para reducir al mínimo los riesgos laborales. Por ello, debes tener en cuenta los diferentes escenarios en los que se presenta mayor riesgo de contagio en las actividades en los que se requiera proximidad entre personas y/o trabajadores.

Medidas generales

- ▶ Promover la higiene respiratoria al toser o estornudar en el antebrazo o con un pañuelo de papel desechable, y deshacerse de él inmediatamente después de usarlo. Abstenerse de tocarse la boca, la nariz y los ojos. Colmena Seguros tiene disponible el video de higiene respiratoria: <https://www.colmenaseguros.com/imagenesColmenaARP/contenido/coronavirus/Higiene%20respiratoria.mp4>
- ▶ Disponer en las áreas de mayor circulación del suministro de gel antibacterial (porterías, recepción, oficinas, bodegas o planta, cafetería, zonas de correspondencia, entre otros espacios).
- ▶ Disponer en el área de baños el suministro permanente de agua potable, jabón y toallas desechables y/o secador de manos.
- ▶ Disponer de gel desinfectante antibacterial a base de alcohol al 70% cuando no se disponga fácilmente de agua y jabón.
- ▶ Realizar la actualización de la matriz de elementos de protección personal de acuerdo con la exposición identificada de los trabajadores.
- ▶ Tener en cuenta que los elementos de protección personal son individuales e intransferibles. Por lo tanto, son de uso exclusivo de cada trabajador.
- ▶ Comunicar a los trabajadores sobre los lineamientos y protocolos para la preparación y respuesta ante la presencia del Covid-19.
- ▶ Realizar una campaña de comunicación a los trabajadores en aspectos básicos relacionados con la forma en que se transmite el Covid-19 y las maneras de prevenirlo.
- ▶ Realizar charlas de seguridad previas al inicio de las actividades laborales sobre prevención del COVID-19, por medios físicos y/o digitales que maneje la empresa.
- ▶ Previo al ingreso de los trabajadores a sus actividades diarias, se debe realizar tomas de temperatura con el fin de identificar síntomas asociados al virus y llevar un registro de las mediciones con el fin de hacer el seguimiento a las condiciones de salud de los trabajadores.

- ▶ En caso de presentar síntomas respiratorios, informar inmediatamente al jefe inmediato.
- ▶ Adoptar horarios y turnos flexibles con el propósito de disminuir el riesgo de exposición en horas de mayor afluencia en los servicios de alimentación y transporte, procurando tener el menor número de personas en los ambientes de trabajo.
- ▶ En lo posible colocar señales que indiquen el distanciamiento en las filas de los servicios de alimentación, transporte etc.
- ▶ Realizar la limpieza y desinfección de los respectivos equipos y sistemas de ventilación bajo los lineamientos del fabricante.
- ▶ Disponer de canecas con tapa y con dispositivo de pedal para la disposición final de los elementos de bioseguridad utilizados por el personal y que sean de un solo uso o desechables.
- ▶ Mantener una distancia mínima de dos metros entre las personas, evitando contacto directo (no saludar de beso o de mano, y no dar abrazos), en todos los escenarios en donde puedan estar varias personas a la vez.
- ▶ Lavado periódico de manos con agua y jabón tres veces al día, al menos una vez cada dos o tres horas con la técnica adecuada recomendada por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Colmena Seguros tiene disponible el afiche de lavado de manos.
- ▶ Realizar campañas permanentes sobre el uso adecuado del tapabocas. Colmena Seguros tiene disponible el video para uso adecuado del tapabocas:
<https://www.colmenaseguros.com/imagenesColmenaARP/contenido/coronavirus/Us%20adecuado%20del%20tapabocas%2033%20cm%20ancho%20x%2070%20cm.pdf>
- ▶ Evitar reuniones presenciales con más de cinco participantes. Reemplazarlas, en la medida de lo posible por encuentros virtuales.
- ▶ Mantener las áreas de trabajo despejadas de elementos ajenos a la labor.
- ▶ No compartir equipos o dispositivos de las oficinas, computadores, celulares, elementos de escritura, en tanto son de uso personal de cada trabajador.
- ▶ Incrementar la frecuencia de limpieza y desinfección de las áreas de trabajo. Realizar limpieza y desinfección permanente de los elementos de la oficina con alcohol a base del 70% y de las superficies de espacios de trabajo como comedores, baños, pasillos, áreas de recepción, manijas, barandas y muebles en general de uso para atención al cliente con dilución de hipoclorito de sodio.

- ▶ Usar productos de limpieza y desinfección certificados, evitando hacer mezclas artesanales entre productos de diferentes características químicas (mezclas entre detergentes y desinfectantes). Seguir las indicaciones de las fichas de seguridad.
- ▶ Se debe disponer de forma exclusiva de los implementos y elementos destinados para la limpieza y desinfección de las áreas de trabajo por COVID-19.
- ▶ Los trabajadores que realizan la desinfección y limpieza deben hacer uso de los elementos de protección personal, incluyendo:

Elementos de protección personal

Tapabocas / Mascarilla quirúrgica	Visor / Monogafa	Guantes de caucho	Cofias / Gorro	Delantal
Si	Si	Si	Si	Si

- ▶ Asegurar que los procedimientos de limpieza y desinfección que realice el personal de aseo se sigan de manera consistente y correcta, de acuerdo a lo establecido con los procedimientos generales de limpieza y desinfección de la empresa y, así mismo, se realice la verificación del proceso para garantizar la efectividad del mismo.
- ▶ Los procedimientos estándar de limpieza y desinfección que son apropiados para el Covid-19 se deben realizar con productos que tengan actividad contra virus encapsulados como hipoclorito, peróxido de hidrógeno, amonios cuaternarios de quinta generación, calor húmedo, entre otros. Se debe tener en cuenta que los desinfectantes deben ser usados de acuerdo a las recomendaciones del fabricante y nunca podrán ser usados de manera directa o rocío sobre las personas.
- ▶ Previo a efectuar la desinfección se debe ejecutar un proceso de limpieza de superficies, mediante la remoción de materia orgánica e inorgánica, usualmente mediante fricción con la ayuda de detergentes, enjuagando posteriormente con agua para eliminar la suciedad por arrastre.
- ▶ Una vez se haya efectuado el proceso de limpieza, se debe realizar la desinfección de superficies ya limpias con la aplicación de productos desinfectantes a través del uso de rociadores, toallas, paños de fibra, microfibra o trapeadores, entre otros métodos.
- ▶ Se recomienda el uso de hipoclorito de sodio al 0.1% (dilución 1:50) con una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se debe agregar 20 centímetros cúbicos de cloro (cuatro cucharaditas) a una concentración de un 5%.
- ▶ De acuerdo a la OMS, una de las sustancias recomendadas para la desinfección de superficies es la dilución del hipoclorito de sodio, en caso contrario se puede utilizar una concentración de etanol al 70%.

- ▶ Ahora bien, el Ministerio de Salud indica que los agentes que tengan la capacidad de desinfección de virus con estructura lipídica, también pueden ser usados para procesos de desinfección del COVID-19. Así pues, se resume en la siguiente tabla algunos de los productos, concentraciones, nivel de desinfección, que se extraen a continuación.

Compuesto	Concentración	Nivel de desinfección	Virus lipolíficos	Virus hidrolíficos
Cloro	2500ppm	Intermedio/Bajo	+	+
Peróxido de hidrogeno	3-25%	Intermedio	+	+
Alcoholes	60-95%	Intermedio	+	+
Fenoles	0.4-5%	Intermedio/Bajo	+	+
Amonios cuaternarios	0.4-1.6%	Bajo	+	-
Ácido Peracético	0.001-02	Alto	+	+
Glutaraldehido	2%	Esterilizante Químico	+	+

- ▶ Cuando se utilizan productos químicos para la limpieza, es importante mantener la instalación ventilada, por ejemplo abrir las ventanas, si ello es factible, para proteger la salud del personal.
- ▶ Para efectuar la limpieza y desinfección, hacer uso preferiblemente de utensilios desechables como toallas de papel, paños, etc. En el caso de usar utensilios reutilizables para estas tareas, estos deben desinfectarse después de cada uso, utilizando los productos anteriormente señalados.
- ▶ El proceso de dilución debe ser realizado en la empresa por personal capacitado y entrenado para el manejo de sustancias químicas.
- ▶ Las etiquetas de la dilución deben estar alineadas a lo establecido por el fabricante y se debe ajustar a lo emanado en el SGA. Del mismo modo, para efectos de la caducidad del producto, se debe validar con lo referenciado por el fabricante.

*SGA: Sistema Globalmente Armonizado

Medidas específicas

a. Protocolo en vehículos empresariales, operativos y maquinaria en general – *in itinere*:

Al estar los trabajadores en los vehículos de transporte se tiene una probabilidad alta de contagio, no solo porque se viaja con otras personas en un espacio reducido, sino porque hay superficies de agarre con las que se tiene contacto compartido todo el tiempo. Por lo anterior, te sugerimos tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- ▶ En los paraderos, los trabajadores deben conservar el distanciamiento social de dos metros. Si es posible instalar señales que indiquen esta separación.
- ▶ Si un trabajador presenta síntomas asociados a una infección respiratoria como fiebre mayor o igual a 38°C, tos, dificultad para respirar, dolor de garganta, fatiga, decaimiento o debilidad, no debe abordar el transporte institucional e ipso facto debe dar aviso a su jefe inmediato.
- ▶ Asegurar la ocupación del bus al 50% y garantizar el dejar sillas vacías entre pasajeros.
- ▶ Aplicar el protocolo a los vehículos con las normas de seguridad, limpieza y desinfección a los vehículos.
- ▶ El conductor debe estar dotado de tapabocas y guantes, y guardar un distanciamiento social de dos metros con los pasajeros.
- ▶ Si el conductor presenta síntomas de infección respiratoria debe avisar de manera prioritaria al jefe inmediato y no trabajar hasta que sus síntomas sean superados. Por lo anterior, debe efectuarse un cambio de conductor para no afectar el servicio.
- ▶ Al ingreso al vehículo, los pasajeros uno a uno deberán higienizar sus manos con gel antibacterial a base de alcohol al 70%.
- ▶ Respecto a la ocupación interna del vehículo solo deberá ir una persona por cada silla dúplex.
- ▶ Evitar los saludos de mano, abrazos y besos entre personas.
- ▶ No se recomienda el consumo de alimentos al interior del vehículo mientras se realice el recorrido.
- ▶ Todos los pasajeros deben llevar tapabocas.
- ▶ No encender el aire acondicionado.
- ▶ Hacer el recorrido con las ventanas abiertas.

- ▶ Antes de iniciar y después del recorrido, se debe limpiar el centro del volante, asientos, manijas de las puertas, ventanas, pisos, cinturones y hebillas de seguridad, barra de cambios, entre otros, con un desinfectante a base de hipoclorito de sodio.
- ▶ Como parte del protocolo antes de que los trabajadores se bajen del vehículo, recordar que al llegar a la casa, deben evitar saludar a la familia y otras personas que habiten en ella, sin antes haberse lavado las manos, aseado y cambiado de ropa incluyendo el calzado.
- ▶ En el caso de uso de vehículos operativos y maquinaria en general realizar de manera continua los procesos de higienización y distanciamiento social entre operarios.
- ▶ La cantidad de personas a transportar se distribuirá de acuerdo con el número de asientos/tipología de bus o vanes.

- ▶ Buses de 42: mueven 20 pasajeros.
- ▶ Buses de 37: mueven 18 pasajeros.
- ▶ Buses de 27: mueven 11 pasajeros.
- ▶ VAN de 12: mueven seis pasajeros.
- ▶ Las camionetas doble cabina, las SUV y automóviles solo movilizarán cuatro personas incluido el conductor.





b. Protocolo portería:

La seguridad es un proceso importante en las empresas a la entrada principal de los edificios, oficinas o plantas de producción. Al tener la responsabilidad de emitir los permisos de entrada se tiene contacto interpersonal que debe ser controlado para evitar el contagio por COVID-19. Es importante que tengas en cuenta las siguientes recomendaciones:

- ▶ El personal de vigilancia que atienda la recepción o garita deberá estar aislado de manera preferente con una barrera física como un vidrio o lámina plástica translúcida.
- ▶ Aplicar las maniobras de seguridad referidas a la distancia de seguridad de dos metros con el usuario para su atención.
- ▶ Formar al personal de vigilancia en los protocolos de ingreso a la empresa, oficinas o planta.
- ▶ En el caso que se requiera hacer el registro escrito de entrada de los visitantes o de sus elementos, como computadores portátiles, solo se debe disponer de un esfero, el cual cada vez que sea usado, deberá ser desinfectado con alcohol al 70%.
- ▶ Continuar con la higienización de lugar de trabajo y del lavado de manos.
- ▶ Usar de manera adecuada los elementos de protección personal como el tapabocas.
- ▶ Brindar las orientaciones de distanciamiento social mínimo de dos metros en la fila de ingreso.
- ▶ Llevar el registro de personal y encuesta de condiciones de salud de entrada y toma de temperatura.
- ▶ Se deberá efectuar el proceso de desinfección sobre el área donde esté el personal de vigilancia como la recepción o garitas, al igual que los elementos de uso interno como teléfonos, citófonos, cámaras, sistemas de detección dactilar, computador, ratón, radio, sillas, superficies y, si el área es modular, desinfectar los entrepaños al inicio y a la finalización de cada turno.
- ▶ En las porterías se debe contar con dispensadores de gel antibacterial a base de alcohol al 70% y zona para lavado de manos.
- ▶ La maniobra de lavado de manos seguirá siendo continua cada una o dos horas. Si no es posible llevar a cabo el lavado, realizar desinfección con alcohol glicerinado o gel antibacterial a base de alcohol al 70%.

c. Protocolo en el área de parqueaderos:

El área de parqueaderos es un punto clave de control en tanto la infraestructura básica en donde los sistemas de ventilación existentes pueden ser cerrados o abiertos, en donde la circulación continua de vehículos institucionales, particulares y de contratistas con sus conductores y pasajeros puede convertirse en un foco manifiesto de proliferación del virus COVID-19. Por lo anterior, te recomendamos tener en cuenta las siguientes orientaciones:

Delimitación de áreas:

- ▶ Evitar aglomeraciones de los vehículos.
- ▶ Controlar la distancia de seguridad de un metro para automóviles institucionales, particulares, motos y bicicletas.

Horarios de pico y placa:

- ▶ Establecer horarios de entrada y parqueo de vehículos bajo pico y placa interno.
- ▶ Establecer periodicidad para ingreso y parqueo de cada vehículo.

Sobre el ingreso de personal:

- ▶ Realizar revisión sistemática, de tal manera que al ingreso sea solo el conductor quien esté al interior del vehículo.
- ▶ Revisar de manera continua el parque automotor con el fin de que no haya personas al interior de los vehículos.



d. Protocolo en lockers o vestieres:

La limpieza, desinfección y esterilización en áreas de *lockers* o *vestieres* son tareas fundamentales para reducir el riesgo de contagio por COVID-19, porque es un entorno en donde se presenta una alta carga microbacteriana, principalmente por los cambios de ropas, uniformes y calzado. Te recomendamos tener en cuenta los siguientes modos de actuación:

- ▶ Realizar higienización secundaria (lavado de calzado en bandeja de desinfección al ingreso a la planta de operación).
- ▶ Efectuar limpieza y desinfección del *vestier*.
- ▶ Al ingresar a las plantas de operación, se debe realizar con ropa de calle y hacer el cambio del uniforme al interior del *vestier*.
- ▶ La ropa de calle, incluido el calzado, se debe empacar en una bolsa plástica para guardar en un cubículo individual durante la jornada laboral.
- ▶ La ropa de trabajo deberá empacarse una bolsa plástica y lavarse en casa.
- ▶ Para ingresar al *vestier* hay un límite de 10 trabajadores por turno. Por esta razón, solo se podrá ingresar a realizar la higienización al inicio y al final del turno.
- ▶ El *vestier* deberá ser desinfectado antes y después de cada turno, por esta razón solo se podrá ingresar a realizar la higienización al inicio y al final del turno.
- ▶ Realizar el lavado de manos por 20 segundos después de hacer el cambio de vestuario por dotación y viceversa.
- ▶ Ventilar de manera constante de manera natural o con dispositivos alternos.



Para ingresar al *vestier* hay un límite de 10 trabajadores por turno y los que ingresen deben estar a dos metros de distancia.

e. Protocolo en plantas operativas:

Con el propósito de reactivar las actividades en la planta de manera segura y ordenada con relación a los puestos de trabajo donde está la presencia de maquinaria, herramientas, equipos e instalaciones, es preciso realizar la gestión preventiva frente al contagio por Covid-19 en el antes, durante y después de la operación de acuerdo a las siguientes recomendaciones:

Antes:

- ▶ Realizar higienización secundaria (lavado de calzado en bandeja de desinfección al ingresar a la planta).
- ▶ Desinfectar los puestos de trabajo.
- ▶ Validar el uso de tapabocas y guantes de látex de acuerdo a la Matriz de Elementos de Protección Personal, según lo dispuesto en el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el trabajo como medida preventiva al Covid-19.
- ▶ Mantener distancias de seguridad mínimo de dos metros entre operarios.
- ▶ Adecuación previa de procesos y métodos de trabajo para el cumplimiento del distanciamiento social.

Durante:

- ▶ Realizar higienización periódica de puestos de trabajo (al inicio y final del turno).
- ▶ Uso de protección respiratoria, visual y manual.
- ▶ Mantener distanciamiento social, tanto en la operación como en la supervisión (dos metros).
- ▶ Realizar las pausas activas con distanciamiento social.

Después (finalización de la jornada):

- ▶ Hacer la limpieza final del puesto de trabajo.
- ▶ Realizar el desplazamiento al *vestier* conservando la distancia social.
- ▶ Hacer el cambio de uniforme por ropa de calle y empacarlo en una bolsa plástica.
- ▶ Lavarse las manos al salir.
- ▶ Llevar a cabo el protocolo de llegada a casa.





f. Protocolo de Elementos de Protección Personal (EPP) y dotación:

- ▶ Garantizar la provisión y uso por parte de los trabajadores de los elementos de protección definidos por los protocolos de la empresa que se utilizan de manera regular para realizar las actividades.
- ▶ Los elementos de protección respiratoria se deben utilizar para realizar las actividades para las cuales usualmente se usan para proteger al trabajador de la inhalación de material particulado. Estos respiradores deben ser de uso personal y deben tener procesos de limpieza y desinfección de acuerdo a su ficha técnica.
- ▶ Hacer entrega de mascarillas desechables a todos los empleados que vayan a realizar una actividad donde se requiera estar a una distancia menor a dos metros o que vayan a estar en un espacio cerrado sin ventilación. Esta mascarilla debe ser desechada después de su uso.
- ▶ Los elementos de protección personal deben ser de uso individual y deben ser desinfectados con alcohol o agua y jabón previo y después de su uso.
- ▶ Los trabajadores deben ingresar y salir de la empresa en ropa de transporte, la cual deben lavar de manera diariamente.
- ▶ Durante la jornada laboral utilizarán overoles o ropa de trabajo, los cuales deben lavarse con la frecuencia que regularmente manejan. Sin embargo, si se presenta un caso positivo en la empresa los overoles y la ropa de trabajo de todos los posibles contactos deben ser lavados de manera inmediata.
- ▶ Garantizar la provisión y el uso de todos los elementos de seguridad en el trabajo y protección personal dispuestos para el desarrollo de la actividad laboral.
- ▶ En el área de operaciones se debe desinfectar diariamente los elementos de protección personal de uso rutinario como máscaras con filtros para gases o material particulado, cascos de seguridad, tapa oídos, guantes de trabajo, entre otros. No compartir elementos de protección personal.
- ▶ Realizar el lavado diario o una vez terminadas las operaciones de los elementos personales, como por ejemplo overol, casco, botas y otros.

g. Protocolo en edificios y oficinas administrativas:

La desinfección preventiva de las oficinas es clave para reducir considerablemente el contagio del COVID-19. Por ello, aplicar prácticas preventivas, de desinfección y buena limpieza crean una buena barrera de protección ante cualquier foco infeccioso. Por lo anterior, te recomendamos atender las siguientes acciones:

- ▶ Los trabajadores deberán realizar el lavado de manos frecuente cada tres horas.
- ▶ El área administrativa debe contar con dispensador de gel antibacterial.
- ▶ Practicar limpieza periódica de los puestos de trabajo.
- ▶ Realizar reuniones rápidas de máximo 15 minutos y máximo 10 personas con distancia social de dos metros en espacios ventilados.
- ▶ Realizar pausas activas individuales en el puesto de trabajo, entre una y dos veces por jornada y guardando la distancia social.
- ▶ Aplicar las consideraciones de seguridad del protocolo de llegada a casa.
- ▶ Realizar una inspección al personal de aseo que va a realizar la desinfección, pues debe tener puestos sus elementos de protección personal antes de ingresar al edificio.
- ▶ Antes de dar inicio al proceso de desinfección abrir todas las ventanas con el objeto de mantener lo más aireado posible el recinto al momento de aplicar el hipoclorito de sodio o el etanol.

g.1 Sobre los espacios exteriores:

- ▶ Es importante contemplar las zonas exteriores del edificio como objeto de desinfección, tales como andenes exteriores y zonas verdes anexas.

g.2 Sobre los espacios comunes:

- ▶ Los primeros espacios que deben ser desinfectados son las puertas de acceso al edificio, *hall*, patios interiores y exteriores, escaleras y ascensores teniendo en cuenta vidrios, manijas, puertas alternas, botones, espejos y dispositivos de reconocimiento biométricos y talanqueras de acceso.
- ▶ Si en las áreas comunes existe mobiliario también deben ser desinfectados. Hay que realizar el proceso sobre toda la estructura de las superficies de los puestos de trabajo de recepción, sillas, cajoneras, manijas de cajoneras, buzones de correspondencia, pasamanos de escaleras y rampas, así como el mobiliario para atención al cliente.

- ▶ Vaciar en bolsas los residuos de las papeleras y desinfectar cada una de ellas, ya que en los residuos puede haber pañuelos o papel higiénico usados por los trabajadores afectados con el COVID-19.
- ▶ Los cuartos de basura deben ser desalojados de residuos para hacer una desinfección profunda y, en caso de ser necesario, hay que hacer limpieza profunda en las salas de máquinas y cuartos de control de seguridad como son las garitas de celaduría y de monitoreo de video.
- ▶ A nivel general suelos, paredes, ventanas internas, divisiones modulares deben ser desinfectadas bajo el procedimiento general de limpieza con el uso de agua y jabón, y con dilución de hipoclorito de sodio.
- ▶ Igualmente para los sistemas de aire acondicionado generales del edificio, las recomendaciones existentes para la prevención de posibles enfermedades o patologías respiratorias que se presentan en los espacios donde se tiene instalados mecanismos de aire acondicionado son las siguientes:
 - ▶ Acondicionar el ambiente con una temperatura de entre 24°C y 27°C. El flujo del aire no debe ser directo sobre las personas.
 - ▶ Mantener siempre la humedad del ambiente, usando la función de ventilación. Mantener los filtros limpios para evitar que se acumulen partículas alérgicas como polen, ácaros o polvo doméstico.
 - ▶ Utilizar ventiladores como opción de confort. El movimiento del aire y la evaporación de la humedad de nuestra piel producen sensaciones de descenso de temperatura entre 3°C y 5°C.
 - ▶ Evitar cambios bruscos de temperatura. Regular la entrada y salida del calor al frío y del frío al calor.

g.3 Sobre las áreas donde están ubicados los puestos de trabajo (áreas de oficina):

- ▶ Limpiar la superficie del suelo en oficinas con agua y jabón y dilución de hipoclorito de sodio con cepillo de barrer y trapeador.
- ▶ Limpiar con toallas, paños de fibra o microfibra las paredes.
- ▶ Los puestos de trabajo deben ser desinfectados teniendo en cuenta superficies, cajoneras, manijas de las cajoneras y en estaciones modulares cada uno de los paneles, sillas en su parte plástica, metálica y de tela.
- ▶ Desinfectar los puestos de trabajo con soluciones de alcohol etílico al 70% incluidos teléfonos, dispositivos electrónicos, cargadores, lapiceros, escritorios, mesas, puertas,

barandas, manijas de cajones y puertas, interruptores, botones, computadores, teclados, ratones, tubos, grifos y cisternas.

- ▶ Limpiar las superficies de manijas de puertas generales, archivos y manijas de puestos de trabajo con soluciones de alcohol etílico al 70%.



h. Protocolo en cafeterías o restaurantes empresariales:

La afluencia de trabajadores en cafeterías o restaurantes a la hora de tomar los alimentos genera de manera natural un foco latente de transmisión del COVID-19. Por lo anterior, te recomendamos implementar las siguientes orientaciones preventivas:

- ▶ El máximo de trabajadores que pueden ingresar por turno de alimentación será el correspondiente al que el lugar lo permita en tanto cada mesa y silla debe estar a una distancia de entre uno y dos metros.
- ▶ Reducir los tiempos para el consumo de los alimentos con el fin de aumentar los turnos de ingreso de los colaboradores al restaurante o cafetería.
- ▶ No se debe permitir el ingreso de personal ajeno al área de preparación de alimentos.
- ▶ El personal directo de la cafetería o restaurante debe cumplir con las disposiciones normativas de manipulación de alimentos.

- ▶ Antes y después de ingerir los alimentos los trabajadores deberán lavarse correctamente las manos.
 - ▶ En las áreas de alimentación deberán ubicarse dispensadores con gel a base de alcohol para la desinfección de las manos antes y después de ingerir los alimentos.
 - ▶ Es importante mantener una distancia mínima de uno o dos metros entre personas en las mesas donde se consuman los alimentos.
 - ▶ En el caso de que el restaurante o cafetería ofrezca el servicio de microondas para calentar los alimentos, es necesario que el mismo trabajador o el personal designado desinfecte el panel de control con gel y un paño absorbente.
 - ▶ No se debe hablar sobre la línea caliente, los cubiertos y demás elementos y alimentos que se disponen.
 - ▶ Todas las mesas y sillas deberán ser desinfectadas antes y después de cada servicio y/o turno.
- ▶ Evitar la manipulación de teléfonos celulares durante el tiempo de alimentación.
- ▶ Llevar el control de ingreso y egreso de la cafetería o restaurante con el fin de evitar las aglomeraciones de los trabajadores.
 - ▶ Si un trabajador tiene síntomas de gripe o tos la empresa debe disponer de un lugar alternativo para el trabajador donde pueda tomar sus alimentos de manera aislada.
 - ▶ Una vez finalizada la alimentación, retirar la bandeja con la loza y colocarla en el lugar designado y posteriormente lavarse las manos siguiendo el protocolo establecido por la empresa.



i. Protocolo para proveedores, visitantes y clientes:

Los proveedores, clientes y visitantes son personas vitales para las organizaciones dentro del proceso comercial y no están excluidos de los protocolos empresariales frente a la prevención del COVID-19. Para el manejo de ellos debes tener presente las siguientes orientaciones:

- ▶ Si ingresan a la empresa, deben pasar por el control de temperatura y aplicación de la ficha de reporte de condiciones de salud.
- ▶ Deben ingresar y utilizar mascarilla respiratoria durante el tiempo que permanezcan en la empresa.
- ▶ Es necesario el uso de guantes cuando haya una tarea que implique interacción con los equipos.
- ▶ Deben mantener una distancia mínima de dos metros entre personas.
- ▶ Deben utilizar sus propias herramientas de trabajo, tales como: computadores, lapiceros, celulares, cuadernos, etc.
- ▶ Deben aplicar las medidas generales de prevención frente al COVID-19 relativas al lavado de manos, distanciamiento social, higiene respiratoria y uso de tapabocas.
- ▶ Deben aplicarse gel antibacterial a base de alcohol dispuestos en las zonas de porterías y zonas comunes.
- ▶ Se deben realizar las operaciones de carga y descarga con la mayor celeridad, seguridad y agilidad posible para evitar el contacto estrecho.

j. Protocolo que deben adoptar los trabajadores fuera de la empresa:

Al salir de la vivienda

- ▶ Estar atento a las indicaciones de la autoridad local sobre las restricciones a la movilidad y el acceso a lugares públicos.
- ▶ Visitar solamente aquellos lugares estrictamente necesarios y evitar aglomeraciones de personas.
- ▶ Asignar un adulto para hacer las compras, que no pertenezca a ningún grupo de alto riesgo.
- ▶ Restringir las visitas a familiares y amigos, sobretodo si alguno presenta cuadro respiratorio.
- ▶ Evitar saludar con besos, abrazos o de mano.



- ▶ Utilizar tapabocas en áreas de afluencia masiva de personas, en el transporte público, supermercados, bancos, entre otros, así como en los casos de sintomatología respiratoria o si es una persona en grupo de riesgo.

Al regresar a la vivienda:

- ▶ Retirar los zapatos a la entrada y lavar la suela con agua y jabón.
- ▶ Lavar las manos de acuerdo a los protocolos del Ministerio de Salud y Protección Social.
- ▶ Evitar saludar con beso, abrazo y dar la mano. Buscar mantener siempre la distancia de más de dos metros entre personas.
- ▶ Antes de tener contacto con los miembros de la familia, cambiarse de ropa.
- ▶ Mantener separada la ropa de trabajo de las prendas personales.
- ▶ La ropa debe lavarse en la lavadora a más de 60 grados centígrados o a mano con agua caliente (con cuidado de no quemar las manos) y jabón, y secar por completo. No reutilizar la ropa sin antes lavarla.
- ▶ Bañarse con abundante agua y jabón.
- ▶ Desinfectar con alcohol o lavar con agua y jabón los elementos que han sido manipulados al exterior de la vivienda.
- ▶ Mantener la casa ventilada, limpiar y desinfectar áreas, superficies y objetos de manera regular.
- ▶ Si hay alguna persona con síntomas de gripa en la casa, tanto la persona con síntomas de gripa como quienes cuidan de ella deben utilizar tapabocas de manera constante en el hogar.

Al convivir con una persona de alto riesgo

Si el trabajador convive con personas mayores de 60 años, con enfermedades preexistentes de alto riesgo para el COVID-19, o con personal de servicios de salud, debe:

- ▶ Mantener la distancia siempre mayor a dos metros.
- ▶ Utilizar tapabocas en casa, especialmente al encontrarse en un mismo espacio que la persona de alto riesgo y al cocinar y servir la comida.
- ▶ Aumentar la ventilación del hogar.
- ▶ Asignar un baño y habitación individual para la persona que tiene riesgo, si es posible. Si no lo es, aumentar la ventilación, limpieza y desinfección de las superficies.
- ▶ Cumplir a cabalidad con las recomendaciones de lavado de manos e higiene respiratoria impartidas por el Ministerio de Salud y Protección Social.

¡Recuerda: todos somos parte de la prevención!



Bibliografía

- Orientaciones para la reducción del riesgo de exposición y contagio de sars-cov-2 (COVID-19) en actividades industriales en el sector minero energético.
- Circular Conjunta 001. Orientaciones sobre medidas preventivas y de mitigación para reducir la exposición y contagio por infección respiratoria aguda causada por el sars-cov-2 (COVID-19).
- Limpieza y Desinfección en Servicios de Salud ante la introducción del nuevo coronavirus (SARS-CoV-2) a Colombia.
- List N: Products with Emerging Viral Pathogens AND Human Coronavirus claims for use against SARS-CoV-2.
- https://www.cdc.gov/spanish/niosh/docs/2013-138_sp/default.html
- <https://papelmatic.com/como-quitarse-los-guantes-de-forma-segura/>
- <http://www.elportaldelasalud.com/protocolo-elementos-de-proteccion-personal/>
- <https://www.limpiezaslm2.com/mantenimiento-edificios/>
- <https://www.limpiezaslm2.com/checklist-de-la-limpieza-de-oficinas/>
- <https://www.isglobal.org/coronavirus-lecciones-y-recomendaciones>
- <https://www.infobae.com/salud/2020/01/14/temporada-alta-de-aire-acondicionado-consejos-para-prevenir-complicaciones-respiratorias-por-el-mal-uso/>
- <https://www.bbc.com/mundo/noticias-51817517>
- https://elpais.com/economia/2015/06/16/actualidad/1434469498_027565.html
- <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos.htm>
- Lineamientos técnicos Niosh, Oshas, Minsalud, OMS. Manual de bioseguridad para prestadores de servicios de salud que brinden atención en salud ante la eventual introducción del nuevo coronavirus (ncov-2019) a Colombia.
- Lineamientos de prevención del riesgo y propagación de infección respiratoria aguda (IRA) en ambientes laborales.
- <https://www.elheraldo.co/colombia/en-que-consiste-un-aislamiento-inteligente-715398>
- ILO (Convenio sobre seguridad y salud de los trabajadores, 1981, número 155)
https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_norm/---normes/documents/publication/wcms_739939.pdf
- <https://gestion.pe/tendencias/tips-para-desinfectar-su-auto-en-tiempos-del-COVID-19-coronavirus-nnda-nnlt-noticia/>
- <https://www.eltiempo.com/economia/sectores/coronavirus-como-limpiar-su-vehiculo-para-prevenir-el-contagio-475420>
- <https://www.rentokil.com/es/blog/desinfeccion-en-casas-y-oficinas/>