

## **GUIA PARA LA PREVENCIÓN DE CORONAVIRUS EN AMBIENTES LABORALES**

### **¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS?**

Los coronavirus son virus de RNA envueltos por una proteína que se distribuyen ampliamente entre humanos, otros mamíferos y aves; causan enfermedades respiratorias, entéricas, hepáticas y neurológicas.

### **SIGNOS Y SÍNTOMAS**

- Fiebre
- Tos, estornudos
- Dolor de garganta
- Secreción nasal
- Dificultad respiratoria

### **¿QUÉ MEDIDAS TOMAR PARA NO CONTAGIARNOS EN EL TRABAJO?**

- Lavado de manos frecuentemente con agua y jabón líquido durante 40-60 segundos, secarse las manos con una toalla de papel y usar la toalla de papel para cerrar el grifo. En caso de que no haya disponible ni agua ni jabón, se puede usar una solución de gel de alcohol al 60 al 95%.
- Cumplir con la etiqueta respiratoria: Cubrirse la nariz y boca con el ángulo del brazo o con un pañuelo desechable al toser o estornudar, desecharlo en bolsa plástica cerrada y realizar higiene de manos.
- No saludar de besos, ni de manos o abrazos.
- No compartir alimentos, bebidas, platos, vasos o cubiertos.
- Mantener bien ventiladas las áreas de trabajo.
- No tocarse la boca y nariz con las manos.

### **¿QUÉ MEDIDAS TOMAR PARA NO CONTAGIAR?**

Si un trabajador presenta signos y síntomas de una infección respiratoria:

- Se recomienda **NO ASISTIR** a su lugar de trabajo, colóquese una mascarilla quirúrgica para contener las secreciones, busque atención médica y sigas las recomendaciones.
- Cumplir con la etiqueta respiratoria: Cubrirse la nariz y boca con el ángulo del brazo o con un pañuelo desechable al toser o estornudar, desecharlo en bolsa plástica cerrada y realizar higiene de manos.
- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o en su defecto utilizar gel alcoholado al 60 al 95%.
- Evitar escupir en el suelo y en otras superficies expuestas al medio ambiente.

## OTRAS MEDIDAS EN EL ÁREA DE TRABAJO (Para el personal de aseo)

- Mantener provision continua en los servicios sanitarios con los insumos básicos de higiene (agua, jabón líquido, papel toalla, papel higiénico y/o gel alcoholado de 60 al 95%)
- **Limpiar y desinfectar** las superficies del **entorno laboral** como son los objetos de uso común y superficies de alto contacto (que se tocan frecuentemente), como manijas de puertas, grifos de lavamanos, barandales, palanca de descarga de los baños, teléfonos, interruptores, teclados de computadora, superficies de los escritorios, y cualquier otra superficie con que se tenga contacto permanente.

La limpieza de estas superficies debe realizarse con agua y detergente.

Posterior aplicar un desinfectante: Hipoclorito de Sodio al 5.25% (Cloro) en una dilución de 0.05% o 500 ppm, o Alcohol al 70% o algún desinfectante común de uso doméstico (preparar y aplicar según indicaciones del fabricante).

PREPARACION DE DILUCIONES CON HIPOCLORITO DE SODIO COMERCIAL	
% DE DILUCION	Con Presentación comercial de hipoclorito al 5 - 5.25% mezcla
0.05% (500ppm)	1 parte de cloro + 99 partes de agua (Para 1 litro de solución) 10 ml de cloro + 990 ml de agua.

(**parte** corresponde a cualquier unidad de medida con que se cuente, por ejemplo: un vaso de 8 onzas, una botella de un litro, entre otras)

**Observación el Hipoclorito de sodio debe ser preparado y utilizado inmediatamente, no guardar después de diluido ya que pierde su efectividad después de 12 horas.**

En casos donde la superficie tenga contraindicaciones técnicas por el fabricante para el uso del hipoclorito de sodio (ejemplo: computadoras) se podrán utilizar en su defecto alcohol al 70% u otro desinfectante recomendado por el fabricante o de uso doméstico.

Se recomienda que el personal de aseo **NO REALICE** el barrido en seco. En su lugar, que realice barrido húmedo con el trapeador o mopa y utilice los productos recomendados para el ambiente de oficinas.

- Si utiliza guantes para las labores de limpieza, no tocar con ellos las manijas de las puertas y al finalizar realizar higiene de manos.
- Mantener los lugares del centro de trabajo ventilados, sin crear corrientes bruscas de aire.

**PARA MAYOR INFORMACION LLAMAR AL: 512-9335 o 512-9510**