



MINISTERIO
DE SALUD

MINISTERIO DE SALUD

GUÍA SANITARIA PARA LAS OPERACIONES POSTCOVID-19 DE SUPERMERCADOS EN PANAMÁ



OBJETIVO GENERAL

Detallar las condiciones de seguridad y salud para clientes y colaboradores que participan en las operaciones de supermercados a nivel nacional.

1. REQUISITO OBLIGATORIO E IRRENUNCIABLE: ORGANIZACIÓN DE COMITÉ ESPECIAL DE SALUD E HIGIENE PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DEL COVID19 EN CADA EMPRESAS Y/O SECTOR ECONÓMICO.

Creación del Comité para efectos de realizar labores de prevención y de contención del COVID-19 en los lugares de trabajo, las empresas crearán un **“Comité Especial de Salud e Higiene para la Prevención y Atención del COVID-19”**, conformada por un mínimo de 2 a 6 trabajadores, dependiendo del tamaño de la empresa, Resolución No. DM-137-2020, de lunes 16 de marzo de 2020.

Este comité es especial, exclusivamente conformado para atender la prevención y atención del virus del COVID-19 dentro de las empresas. El término de funcionamiento del comité será por el tiempo que dure la pandemia por el COVID-19 indicado por la Organización Mundial de la Salud y debidamente confirmado por el Ministerio de Salud.

Las empresas que cuenten con el Comité de Higiene y Seguridad de conformidad a lo establecido en el Reglamento General de Prevención de Riesgos Profesionales y de Seguridad e Higiene en el Trabajo, dichos comités podrán asumir el rol de vigilancia del riesgo biológico que nos atañe previa capacitación.

La empresa se compromete a incluir y mantener la prevención del riesgo biológico por COVID-19 dentro de su Sistema de Gestión de Prevención de Riesgos Laborales y esta a su vez inserta en su gestión administrativa, la cual será evidenciada en un Plan de Prevención de Riesgos cuyo contenido será:

- a) Vigilancia del ambiente de trabajo, de las condiciones de seguridad e higiene y de los riesgos inherentes al trabajo.
- b) Vigilancia de la salud de los trabajadores y atención de primeros auxilios.
- c) Información, educación y aspectos de promoción de la seguridad y salud en el trabajo con enfoque de sitio y entorno de trabajo saludable y seguro.



- d) Procedimientos seguros de trabajo y equipo de protección personal acorde con la actividad a desempeñar.

**GUÍA SANITARIA PARA LAS OPERACIONES POST-COVID-19 DE SUPERMERCADOS EN PANAMÁ.
MINSAL. 2020.**

- e) Plan de emergencia y evacuación en caso de desastre.

En cumplimiento del Artículo No. 246, de la Ley 51 de 27 diciembre de 2005, Orgánica de la Caja de Seguro Social y la Resolución 45,588-JD 2011 del Reglamento General de Prevención de Riesgos, Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Toda Entidad, Institución o Empresa debe contar con un Comité especial de salud e higiene para la prevención y control del COVID-19 organizado, que entre sus responsabilidades tendrá:

- a. Revisar y actualizar los protocolos y procedimientos relacionados al control del COVID-19;
- b. Monitorear el cumplimiento de todas las medidas determinadas por la empresa para garantizar la salud de colaboradores y visitantes;
- c. Establecer un mecanismo para detectar oportunamente a trabajadores sintomáticos y asintomáticos;
- d. Implementar proceso que defina la metodología y la periodicidad con que se realizarán las pruebas aprobadas por las Autoridades de Salud;
- e. Reportar a las autoridades sanitarias cualquier caso con síntoma de COVID-19;
- f. Comunicación y capacitación de colaboradores de hábitos de higiene e implementación y actualización de protocolos;
- g. Desarrollo, divulgación y colocación de material alusivo a las medidas de higiene, síntomas, números de contacto, entre otros.



GUÍA SANITARIA PARA LAS OPERACIONES POST-COVID-19 DE SUPERMERCADOS EN PANAMÁ

ASPECTO	MEDIDAS
GENERALES	<ul style="list-style-type: none">• Conformar el Comité especial de salud e higiene para la prevención y control del COVID-19, de manera que se supervise la implementación de esta guía sanitaria, se realice el monitoreo y control de posibles afectados y se tenga comunicación con las autoridades correspondientes.• La empresa implementará una bitácora de control de ausencias e incapacidades para dar seguimiento a las personas que se reportan con síntomas o son diagnosticadas con COVID-19• En caso que un colaborador sea diagnosticado positivo de COVID19, se levantará una lista del personal que ha tenido contacto directo con el mismo, de acuerdo a los lineamientos del MINSA y se enviará ese personal a su domicilio para que contacten al 169 y sigan las recomendaciones de cuarentena vigilada. Si durante los 14 días siguientes al contacto, las personas no manifiestan síntomas, podrán reincorporarse a su lugar de trabajo.
HIGIENE DE MANOS FRECUENTE	<ul style="list-style-type: none">• Los colaboradores deberán realizarse higiene de manos: lavarse las manos con agua y jabón líquido o desinfectarlas con gel alcoholado cada 30 minutos, o después de cada transacción en el caso de colaboradores con contacto frecuente con los clientes y/o dinero, pero también después de cada entrega.• Todo colaborador debe lavarse las manos con agua y jabón o desinfectarlas con gel alcoholado al llegar y salir de su área de trabajo, baños y cafetería.• Realizar higiene de manos frecuentemente con agua y jabón o el uso del gel alcoholado. También debe realizarse antes o posterior de tocarse la cara, nariz, ojos o boca, también después de toser o estornudar, antes o después de colocarse y retirarse mascarillas, al tocar superficies de uso común o de alto contacto, o cambio de actividad, así como antes y después de ir al baño a sus necesidades fisiológicas.• Se dispondrá de personal para la supervisión estricta de todo el proceso detallado en aseguramiento del cumplimiento de las Medidas de Higiene.
USO DE MASCARILLA, ETIQUETA RESPIRATORIA Y OTRAS RECOMENDACIONES	<ul style="list-style-type: none">• Uso de mascarilla obligatorio para todo el personal de trabajo presencial (administrativo o de reparto).• La mascarilla no debe tocarse, si esto se hace, debe lavar o desinfectar sus manos inmediatamente.• Todo trabajador está obligado a portar su mascarilla de forma adecuada.• Si en algún momento no tiene puesta la mascarilla (al comer, merendar etc.), hacer uso de pañuelos desechables al toser o estornudar, o bien utilizar el ángulo interno del brazo No tocarse la boca y nariz con las manos.



**GUÍA SANITARIA PARA LAS OPERACIONES POST-COVID-19 DE SUPERMERCADOS EN PANAMÁ.
MINSA. 2020.**

	<ul style="list-style-type: none">• No saludar de besos, ni de manos o abrazos.• Evitar escupir en el suelo y en otras superficies expuestas al medio ambiente Si un trabajador presenta signos y síntomas de una infección respiratoria se recomienda NO ASISTIR a su lugar de trabajo, colóquese una mascarilla para contener las secreciones, busque atención médica y sigas las recomendaciones.• Cuando el trabajador presente alguno de los síntomas del COVID-19 como tos, fiebre o dificultad para respirar, es necesario que utilice mascarilla e inmediatamente solicitar atención médica según los procedimientos establecidos por el Ministerio de Salud.• El personal deberá mantener distanciamiento físico mínimo de 2 mts. entre ellos y los clientes. En el caso de que la distancia sea menor a 2 mts. no debe ser por más de 10 minutos, evite el contacto físico En las áreas administrativas deben contar con señalización de distanciamiento físico, en las áreas que comúnmente pueden tener aglomeraciones por parte de los colaboradores, como los comedores, cajas, puntos de despacho de mercancía, el lugar de marcaciones de la llegada y salida del turno.
DISTANCIAMIENTO FÍSICO	<ul style="list-style-type: none">• Se debe mantener distancia de 2 m entre cada puesto de trabajo.• Se limitará la cantidad de personas que puedan estar al mismo tiempo en estas áreas.• Para las entregas a domicilio, el personal contará permanentemente con los Equipos de Protección Personal necesarios, obligatorio el uso de mascarilla. El personal no ingresará a la residencia del cliente y la mercancía se entregará hasta donde llegue el vehículo de entrega.
COMPROMISO DE LA EMPRESA	<ul style="list-style-type: none">• Mantener provisión continua de los insumos para la implementación de la Medidas de Prevención y Control de COVID-19:<ul style="list-style-type: none">○ Insumos básicos para Higiene de mano: jabón líquido, papel toalla y gel alcoholado.○ Equipos de Protección Personal.○ Insumos básicos para limpieza y desinfección de superficies.• Todos los colaboradores recibirán por parte de la empresa los implementos necesarios para su seguridad, incluyendo mascarillas, lentes de seguridad, guantes y gel alcoholado de 60 a 95% para la higiene de manos.• Mantener la provisión 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%).• Se debe garantizar contar con lavamanos, con agua, jabón líquido y papel toalla tanto para los colaboradores como para los clientes.• Garantizar la instalación de dispensadores de Gel alcoholados en las entradas del establecimiento y áreas comunes para que los clientes y colaboradores tenga acceso a la higiene de manos.• Realizar el monitoreo de Signos y Síntomas a colaboradores, clientes y cualquier personal de terceros que realice actividades para la tienda.



**GUÍA SANITARIA PARA LAS OPERACIONES POST-COVID-19 DE SUPERMERCADOS EN PANAMÁ.
MINSA. 2020.**

MANEJO DE DESECHOS	<p>Al ingreso del personal a su turno de trabajo, se les tomará la temperatura y se encuestará sobre los síntomas relacionados con COVID-19, de igual manera se realizará con los clientes que ingresen al local. De presentarse temperatura elevada o alguno de los síntomas relacionados con COVID-19, se contactará inmediatamente al 169 y se pondrá a disposición de las autoridades de salud, evitando su ingreso y contacto con los demás colaboradores.</p> <ul style="list-style-type: none">• Colocación de alfombras o pediluvios en las entradas de las tiendas para la desinfección del calzado de las personas que ingresen a las tiendas, con productos que contengan amonio cuaternario. Esta medida NO ES OBLIGATORIA no está contenida en lo Lineamiento para el retorno a la normalidad de las empresas post-COVID-19 en Panamá. Es decisión de la Empresa si lo quiere.• Para disminuir los riesgos de contagio por el contacto de los colaboradores con los clientes en las áreas de cajas o servicio asistido, la empresa dotará a esos colaboradores de lentes de protección o bien colocará mamparas de acrílico para mantener la separación entre ambos.• Capacitar a los trabajadores sobre el uso correcto de los equipos de protección personal (EPP).• Vigilar que los trabajadores utilicen los equipos de forma racional y segura. No se recomienda el uso de guantes en los colaboradores de las empresas ni en el público en general, salvo aquellos trabajadores de aseo, encargados de limpieza, manipuladores de alimentos o aquellos puestos que lo requieran en función de la exposición a peligros (biológico, químico o físico).• Contar con una persona o personal de seguridad que vigile que los clientes y personal externo a la tienda cuenten con las mascarillas con el fin de asegurar el ingreso a la tienda con este elemento de protección, para reducir riesgos de contagio.• Cumplir con las medidas de aforo de clientes establecida para cada tienda de acuerdo a su tamaño en función de la superficie, para lo cual se contará con personal de seguridad en las entradas para verificar que ingrese la cantidad máxima de clientes y la debida señalización para que aquellos clientes que estén fuera de la tienda esperando su turno de entrada, mantengan la distancia mínima de 2 metros entre ellos.• Colocar letreros en puntos clave con las indicaciones del correcto procedimiento de lavado de manos, que además sirvan como recordatorio de realizar la actividad.• Al usar mascarillas desechables hay que desecharla correctamente para evitar que aumente el riesgo de transmisión asociado con el uso y la eliminación del EPP.• Realizar manejo diferenciado de los desechos posiblemente contaminados como pañuelos desechables, gasas con secreciones, guantes sucios.• Colocar en doble bolsa y recipiente cerrado.
LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE SUPERFICIES	<ul style="list-style-type: none">• Limpieza y desinfección diaria de todas las áreas cerradas y baños.• Las tiendas contarán con brigadas de limpieza que estarán dedicadas de forma exclusiva a la limpieza continua de las áreas más vulnerables de contagio, incluyendo carretillas, canastas, mostradores de atención a clientes, baños, comedores, entre otros, contando con los utensilios y productos de limpieza requeridos. La cantidad de personas que conformarán la brigada se determinará por tienda.



**GUÍA SANITARIA PARA LAS OPERACIONES POST-COVID-19 DE SUPERMERCADOS EN PANAMÁ.
MINSAL. 2020.**

	<ul style="list-style-type: none">• Limpieza de puestos de trabajo (cajas, recetario, puestos de recepción y entrega de mercancías, área de servicio al cliente, áreas de envoltura, etc.), manijas, pisos, baños, cocinas, agarraderos, barandas (pasa manos) y cualquier otra superficie de alto tráfico cada 2 horas.• Limpieza y desinfección profunda, inicialmente cada dos semanas. Posteriormente se realizará una vez al mes.• Limpieza y desinfección diaria de los vehículos de transporte de la empresa, de los vehículos de reparto, recipientes de transportes (envase térmico, canastas, bolsas, cajas, o cualquier otro recipiente). Desinfección entre entregas de los envases térmicos, cajas o canastas empleados en las entregas.• Al realizar labores de limpieza y desinfección, emplear EPP especial (zapatos impermeables, gafas de protección ocular, guantes, batas o delantal) y al finalizar lavarse las manos con agua y jabón. Recordar higiene de manos antes y después de colocar y retirar cualquier equipo de protección personal.• 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. (Guía rápida para la limpieza y desinfección de superficies y objetos en el hogar, escuelas, entornos laborales y otros entornos públicos, paquete normativo del Ministerio de Salud 2020). El Proceso de Limpieza y desinfección involucra tres pasos básicos que deben realizarse en el siguiente orden: Limpieza, Enjuague y secado y Desinfección:<ul style="list-style-type: none">○ Limpieza: con agua, jabón o detergente y paño limpio.○ Enjuague con agua y espere que seque.○ Desinfección: Posterior a la limpieza aplicar un desinfectante y dejar secar.○ Desinfectantes recomendados: compuestos clorados - hipoclorito de sodio (Cloro) al 5.25% o al 3.5% en una dilución de 0.05%, alcohol al 70%, compuestos de amonio cuaternario o peróxido de hidrógeno.
MANEJO DEL ESTRÉS LABORAL	<ul style="list-style-type: none">• Se permitirá a los colaboradores tomar pequeñas pausas activas laboral durante la jornada laboral con el objetivo de realizar ejercicios de estiramiento, respiración, buscar agua para hidratarse, ir al baño, etc.,• También se evaluará la implementación de estrategias de apoyo psicológico en caso de ser necesario.
USO DEL COMEDOR DE COLABORADORES	<ul style="list-style-type: none">• Para evitar la aglomeración del personal de la empresa se establecerán turnos de 30 minutos para ingerir alimentos en el comedor, evitando que haya más de 20 colaboradores a la vez y siempre manteniendo la distancia de un metro lineal entre cada uno. Esto se adecuará por tienda dependiendo de la cantidad de colaboradores y el espacio de los comedores.• Se proveerá de suficientes refrigeradoras para que los colaboradores puedan guardar sus alimentos, siempre en envases completamente tapados de forma hermética.• Se tendrá disponible un lugar donde el trabajador pueda lavar sus utensilios de cocina y asegurar que cuente con utensilios y productos de limpieza para que lo pueda realizar.



**GUÍA SANITARIA PARA LAS OPERACIONES POST-COVID-19 DE SUPERMERCADOS EN PANAMÁ.
MINSAL. 2020.**

	<ul style="list-style-type: none">• Los trabajadores no podrán compartir utensilios de cocina, recipientes, vasijas, vasos, etc.• Un personal de limpieza realizará las actividades de aseo del comedor, después de cada turno de hora de almuerzo establecido por la gerencia, asegurando de esa forma tener todo limpio para el siguiente turno de trabajadores.
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

NOTA: Estas guías están basadas en los Lineamientos Generales para el Retorno a la Normalidad de las Empresas Post COVID-19 en Panamá y constituyen un complemento a las normativas existentes de salud ocupacional vigentes actualmente, las cuales son de estricto cumplimiento