



# PLAN DE CONTINGENCIA POR COVID-19

**LUDOTECA MUNICIPAL  
CONCELLO DE FRIOL**



## Índice

1. INTRODUCCIÓN.....	4
2. DESCRIPCIÓN GENERAL DEL SERVICIO.....	4
3. MEDIDAS PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN.....	5
3.1. Cuestiones relativas a la inscripción y previas a la realización de las actividades.....	5
3.1. Llegada y acceso al centro.....	5
3.2. Cuestiones relativas al mantenimiento de la distancia de seguridad.....	6
3.3. Medidas relativas a las familias.....	6
3.4. Actividades lúdicas en las aulas.....	7
3.5. Otras medidas.....	7
4. MEDIDAS ORGANIZATIVAS.....	8
5. MEDIDAS RELATIVAS A HIGIENE Y LIMPIEZA.....	8
6. ACTUACIÓN EN CASO DE DETECCIÓN DE UN CASO DE COVID-19 EN EL CENTRO....	10
7. PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES.....	11
7.1. Análisis de puestos. Determinación de escenarios de riesgo.....	11
7.2. Comunicación del Plan de Contingencia. Información y formación del personal.....	12
7.3. Medidas preventivas adoptadas.....	12
7.3.1. Medidas higiénicas generales.....	12
7.3.2. Equipos de protección individual y sanitarios frente al Covid-19.....	13
7.3.3. Desplazamientos del personal.....	13
7.3.4.Actuación ante casos sintomáticos.....	14
7.3.5.Estudio y manejo de contactos.....	14
7.3.6.Personal especialmente sensible o vulnerable.....	15
8. ANEXOS.....	16
ANEXOS: Información General sobre el Coronavirus SARS-CoV-2. Lavado de manos. Uso de EPIS.....	16



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



Los coronavirus son una familia de virus que normalmente afectan sólo a animales, aunque en ocasiones pueden transmitirse a las personas.

El SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus detectado por primera vez en diciembre de 2019. Este nuevo virus puede afectar a las personas y produce la enfermedad COVID-19.

Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)



.....16



## 1. INTRODUCCIÓN

La necesaria paralización de la actividad que trajo consigo la declaración del Estado de Alarma por el RD 463/2020, complementada por el RDL 9/2020, ha venido siendo imprescindible con el fin de minimizar al máximo el riesgo de contagio del COVID-19 en los centros de trabajo, centros educativos y de ocio, así como en los procesos de movilidad que lleva consigo el acudir a aquellos.

El proceso de reincorporación al trabajo y, centrándonos en el caso que nos ocupa, en los centros educativos y de ocio infantil al que vamos a asistir tras el estado de alarma generado por la COVID-19, debe realizarse garantizando la seguridad y la salud de las personas trabajadoras, así como los usuarios de las instalaciones, con especial atención a los niños y niñas y sus entornos familiares.

Aunque la empresa es la responsable de la seguridad y la salud de las personas trabajadoras respecto de los riesgos que puedan tener en el trabajo, el servicio de prevención debe apoyar técnicamente a la empresa para evaluarlos, y poner en marcha las medidas necesarias para eliminarlos, reducirlos o controlarlos, es por ello que la empresa debe colaborar en la redacción y/o revisión de contenido para hacerlo poder reflejar fielmente la realidad actual en el retorno y valorar las medidas a implantar.

La vuelta a la actividad debe contar con la elaboración y mantenimiento de un Plan de Contingencia adaptado a las características del centro dirigido a la prevención y a la respuesta ante la eventual aparición de casos o contactos estrechos de COVID-19.

Asimismo, la reapertura de los espacios públicos, como en este caso la Ludoteca Municipal del Concello de Friol, exige la realización de un Plan de Contingencia que tenga en cuenta tanto la protección de los niños y niñas, como la del propio personal que trabaja en el centro.

Así, este Plan de Contingencia se estructura en los siguientes puntos:

- Medidas de prevención y protección.
  - Cuestiones relativas a la inscripción y previas a la realización de las actividades
  - Cuestiones relativas al mantenimiento de la distancia de seguridad
  - Llegada y acceso al centro
  - Actividades lúdicas en las aulas
  - Otras medidas
- Medidas organizativas.
- Medidas referidas a higiene y limpieza.
- Actuación en caso de detección de un caso de Covid-19 en el centro.
- Medidas específicas en relación con la Prevención de Riesgos Laborales del personal.

Las medidas recogidas están en consonancia con el protocolo de actuación para escuelas infantiles, espacios infantiles y ludotecas establecido por la Consellería de Política Social de la Xunta de Galicia.

## 2. DESCRIPCIÓN GENERAL DEL SERVICIO

Eulen, S.A. es adjudicataria del servicio de las actividades de la Ludoteca Municipal de Friol, para lo cual cuenta con 2 trabajadoras, con categorías de Monitora de Ocio y Coordinadora, que prestan el servicio.



El servicio se presta a niños y niñas de 3 a 12 años, en grupos que se estructuran por edades y actividades, y que no se mezclan entre sí.

Las actividades están calendarizadas y se establece un cuadrante con las mismas, donde se indican los grupos para cada una de ellas. En el centro se pueden realizar como máximo 2 actividades, al contar el servicio con 2 aulas o salas destinadas a ello.

Los servicios de limpieza, mantenimiento, etc. no son desarrollados por Eulen, S.A., correspondiendo éstos a empresas contratadas por el Concello de Friol.

Otros puntos a considerar:

- No se realizan actividades con los niños fuera del centro.
- En ocasiones accederán terceras personas para realización de actividades concretas (ej. cuentacuentos).
- Se dispone de una pequeña biblioteca con préstamo de libros.
- No se dispone de zonas de descanso y sueño.
- No se sirven comidas a los niños y niñas.

### 3. MEDIDAS PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN

#### 3.1. Cuestiones relativas a la inscripción y previas a la realización de las actividades

- Los niños y niñas que tengan síntomas de Covid-19, tales como fiebre (más de 37°C), tos o síntomas respiratorios, aunque sean leves, no acudirán a los centros. Se recomienda que las familias tomen la temperatura a los niños y niñas antes de acudir a la ludoteca.
- De igual modo, aquellos que mantuvieron contacto con una persona afectada dentro o fuera de la actividad familiar.
- Previamente a la realización de las actividades, preferiblemente en el proceso de inscripción en las mismas, las familias cumplimentarán una declaración responsable que indique que no se enviará al menor o menores en caso de tener sintomatología no haber sido contacto estrecho con personas con Covid-19 activo en los últimos 14 días, con el compromiso de comunicar cualquier circunstancia que pudiera acaecer en cualquier momento del calendario de actividades.
- El aforo del centro quedará reducido a lo indicado en la normativa o instrucción que establezcan las autoridades, ya sean autonómicas (Xunta de Galicia) o municipales (Concello de Lugo). En todo caso se adecuarán los grupos para que se pueda mantener la distancia social de 1,5m.

#### 3.1. Llegada y acceso al centro

- Dadas las características de la Ludoteca, así como la organización de las actividades, detalladas en el punto 2, no se hace necesario establecer turnos de entrada o salida del centro.
- A la llegada al centro por parte del personal:



- Se dispondrá de un termómetro infrarrojo o similar para toma de la temperatura, de uso obligatorio, que será desinfectado antes de ser usado por otra persona. Si la temperatura supera los 37,5°C no accederá al centro y avisará a su superior.
- Se dispondrá de gel hidroalcohólico y toallitas desechables para limpieza de las manos.
- A la llegada por parte de los niños y niñas:
  - Una trabajadora tomará la temperatura a cada niño a la entrada. Si la temperatura supera los 37,5°C el niño o niña no accederá y se avisará a la familia de la circunstancia.
  - Se procurará que el niño o niña se desinfecte las manos con gel hidroalcohólico.
- Las puertas de la ludoteca permanecerán cerradas una vez recogidos todos los niños y niñas.
- Se recomienda la instalación de una alfombra desinfectante para el calzado, situada en la entrada, que será usada por todo aquel que acceda al centro.
- Se colocará en la entrada cartelería informativa sobre las medidas preventivas frente a Covid-19.

### 3.2. Cuestiones relativas al mantenimiento de la distancia de seguridad

- Se debe mantener en todo momento la distancia de seguridad de 1,5m entre el personal del centro, así como entre el personal del centro y los familiares, y también con terceras personas que acceden al centro, tal como personal de mantenimiento, limpieza, entrega de paquetería, etc.
- Se exceptúan los menores, aunque en las actividades se fomentarán aquellas que procuren el mantenimiento de la distancia señalada.
- Se prohíbe el acceso al centro de personas ajenas al mismo, así como a las familias, excepto en los casos indicados en el punto siguiente.
- Se limitarán las reuniones con otras personas de la empresa a lo mínimo imprescindible, y siempre que no se puedan realizar vía telemática, que será preferente. En todo caso en las reuniones que eventualmente se realicen se deberá mantener la distancia de seguridad.

### 3.3. Medidas relativas a las familias

- **La entrega y recogida de los menores se realizará por una sola persona** que acudirá debidamente protegida con utilización de mascarilla de protección, manteniendo en todo momento las distancias de seguridad tanto con el personal de la ludoteca como con terceros.
- Durante la vigencia de este protocolo de COVID-19 **las familias deberán permanecer en la entrada**, y no podrán acceder al interior del centro a no ser por solicitud expresa del personal de la ludoteca. Asimismo no dejarán carritos de bebé dentro del centro.
- De ser detectada fiebre u otros síntomas durante la jornada, las familias deberán presentarse en el centro a la mayor brevedad posible, polo que deberán estar localizables en todo momento. O niño sintomático dentro del centro debe ser separado del resto de los niños a la espera de la llegada de los padres.
- Cada niño llevará su propia bebida al centro.



### 3.4. Actividades lúdicas en las aulas

- Las actividades serán llevadas a cabo por grupos que no interactuarán entre sí, por lo que permanecerán en su aula sin mezclarse con el otro grupo.
- Los niños y niñas mayores de 6 años, así como el personal, llevarán mascarilla higiénica en todo momento. Para los niños y niñas menores de 6 años no es obligatoria pero se recomienda su uso, y en todo caso se les formará en la importancia del uso de este elemento de protección, así como en las medidas de distanciamiento e higiene personal.
- Se procurará, dentro de lo posible, que los niños y niñas mantengan la distancia social de 1,5 metros en la realización de las actividades.
- No se compartirán las botellas de agua entre los niños.
- En la medida de lo posible no se compartirán utensilios o juguetes sin ser previamente desinfectados por el personal.
- Se incluirá como rutina el lavado frecuente de manos con agua y jabón. Para el secado se usarán toallitas desechables.
- Para la limpieza de la nariz se dispondrá de pañuelos de papel de un solo uso.
- Para el desecho de papel, mascarillas y guantes se dispondrá en el aula de una papelera con tapa.

### 3.5. Otras medidas

- Se eliminarán de las aulas cojines, telas, mantas y cualquier otro material textil de uso compartido.
- Los materiales usados durante la actividad se desinfectarán al término de la misma.
- Se procurará una correcta ventilación de las aulas, aprovechando especialmente el tiempo entre actividades y al final de las mismas.



#### 4. MEDIDAS ORGANIZATIVAS

- Se difundirán las medidas contenidas en este Plan, así como las recomendaciones generales, entre las familias y el personal del centro, a través de cartelería en el centro (especialmente a la entrada) y comunicaciones vía telemática.
- Asimismo se difundirán las medidas de este Plan entre las empresas de servicios o autónomos que puedan realizar trabajos en el centro (limpieza, mantenimiento, etc.).
- Eulen, S.A. nombrará a una persona como responsable de coordinación de las medidas de prevención frente a Covid-19 establecidas en este Plan. Esta persona será la encargada de contactar con la Jefatura Provincial de Sanidad si existiese algún caso, confirmado o sospechoso, para coordinar las medidas de control.
- Se tendrá un centro de salud de referencia para que la responsable del centro pueda resolver dudas e incidencias. Este centro de salud es:

##### **CENTRO DE SAÚDE FRIOL**

Av. Lugo s/n  
27220 Friol (Lugo)  
Tel. 982 37 10 05  
Cita previa: 982 37 10 05  
[www.sergas.es](http://www.sergas.es)

- Las actividades están calendarizadas y programadas de modo que no se mezclen en ningún momento grupos entre sí.
- Se realizará una formación al personal sobre las pautas de actuación ante las posibles situaciones que se originen, en prevención de estrés en dichas situaciones.

#### 5. MEDIDAS RELATIVAS A HIGIENE Y LIMPIEZA

- El personal de Eulen dispondrá en el centro de material de limpieza de higiene para la desinfección de superficies y utensilios, juguetes, etc. Se usarán para ello virucidas indicados por el Ministerio de Sanidad. Se recomienda en todo caso productos de base alcohólica. Para la limpieza se tendrá papel desechable, y para los desechos una o varias papeleras con tapa.
- Los útiles, equipos, utensilios de comida, objetos de trabajo, deberán higienizarse tras su uso.
- Se deben intensificar las frecuencias de limpieza de los elementos más comúnmente usados y tocados, sobre todo en los momentos de entrada y salida de los menores del centro. El personal deberá prestar especial atención en dichos momentos y extremar las medidas de limpieza e higiene.
- Limpiar y desinfectar frecuentemente espacios de uso común, equipamiento y utensilios (objetos, mesas, superficies, pomos, puertas, teléfonos, equipos de música y aquellos otros con botones como los teléfonos, los pasamanos, las barras de portas antipánico, interruptores, etc).
- Se recomienda disponer en la entrada de una alfombra para desinfección de las suelas del calzado.



- El lavado de manos es la medida de higiene más efectiva y la más fundamental. Para ello se dispondrá de gel hidroalcohólico en la entrada y en las aulas, al menos. Asimismo en el baño habrá jabón de manos en todo momento.
- Para el secado de manos se dispondrá de toallitas de papel desechable, descartándose el uso de lencería tal como toallas o similares.
- Se pondrán carteles indicativos de lavado de manos en los baños y en los lugares en que así se estime oportuno (ej. aulas).
- El almacenamiento de los productos químicos será en un lugar específico apartado del alcance de los niños y niñas, y sin riesgo de inflamabilidad.
- Para la limpieza de superficies y objetos, el personal hará uso de guantes de protección química-biológica. A la hora de desechar los guantes se hará en una papelera con tapa.
- Las mascarillas desechables de retirarán en papelera con tapa.
- Los residuos generados son tratados como residuos sólidos urbanos en la sección “rechazo”, es decir, en el contenedor gris. No desechar en contenedores de papel o envases estos residuos.
- Se priorizará el uso de máscaras de protección, junto con las pantallas de protección de forma optativa para el personal en contacto con los menores. Estas estarán a disposición en el centro en cantidad suficiente para atender esas situaciones y aquellas otras en las que haya sospecha de que pueda haber una persona afectada, a quien se le facilitará una mascarilla y se le mantendrá separado del resto das personas a la espera de que reciba ayuda médica. A poder ser, en un lugar convenientemente ventilado.
- Se evitará compartir alimentos o bebidas y se vigilará especialmente a los menores para evitar estos comportamientos.
- No se deben usar teléfonos móviles cuando se está atendiendo a los menores. Esta prohibición ya estaba vigente, pero cobra especial importancia en esta etapa. Se evitará también el uso de otros objetos personales.



## 6. ACTUACIÓN EN CASO DE DETECCIÓN DE UN CASO DE COVID-19 EN EL CENTRO.

- En caso da aparición de un caso de coronavirus en el centro, ya sea en niños y niñas usuarios o personal del centro (incluye personal de contratas de limpieza, mantenimiento, etc.) la responsable del centro contactará con la Xefatura Territorial de Sanidade para comunicarlo. Será a propia Xefatura Territorial de Sanidade quien investigará los contactos que existan dentro del centro y los identificará, enviando en listado de contactos a la Central de Seguimiento de Contactos (CSC) quien se encargará de la vigilancia evolutiva de las personas identificadas como contactos. Estas tendrán a consideración de contactos estrechos de un caso de Covid-19 y deberán estar en cuarentena durante un período de 14 días en su domicilio.
- La familia del niño o la niña deberá solicitar una consulta telefónica con su pediatra para que éste avale la necesidad de solicitud de un test diagnóstico. Si no hubiese cita ese mismo día, acudirá a la PAC para la valoración por el médico de atención primaria.
- Tras la aparición de un caso diagnosticado de Covid 19 se seguirán as recomendaciones de la Xefatura Territorial de Sanidade.



## 7. PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

### 7.1. Análisis de puestos. Determinación de escenarios de riesgo.

Para la evaluación del riesgo se ha usado la Tabla 1 del PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA LOS SPRL FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL NUEVO CORONAVIRUS (SARS-COV-2), del Ministerio de Sanidad, que se muestra a continuación.

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"> <li>– Acompañantes para traslado.</li> <li>– Celadores, camilleros, trabajadores de limpieza.</li> </ul> <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"> <li>– Personal administrativo.</li> <li>– Técnicos de transporte sanitario con barrera colectiva, sin contacto directo con el paciente.</li> <li>– Conductores de transportes públicos con barrera colectiva.</li> <li>– Personal de seguridad.</li> </ul>
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><b>No necesario uso de EPI.</b></p> <p>En ciertas situaciones (falta de cooperación de una persona sintomática):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– protección respiratoria,</li> <li>– guantes de protección.</li> </ul>

Así, el escenario de riesgo que se ha establecido para el personal de Eulen en la Ludoteca Municipal es de BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN.



## 7.2. Comunicación del Plan de Contingencia. Información y formación del personal.

Se informará a todo el personal de Eulen del presente Plan.

La participación se canaliza principalmente a través de los Delegados de Prevención y en las Reuniones del Comité de Seguridad y Salud que se realicen.

Se garantiza que todo el personal cuente con una información y formación específica y actualizada del riesgo por exposición al coronavirus en cuanto a: ¿Qué es el coronavirus COVID-19? ¿Qué hacer? ¿Cómo protegerme del coronavirus y otros contaminantes? ¿Cómo se trasmite el coronavirus? ¿Cuándo utilizar los equipos de protección? Higiene personal: ¿cómo lavarse las manos?, etc.

Se solicita la colaboración de todo el personal para su cumplimiento.

## 7.3. Medidas preventivas adoptadas

### 7.3.1. Medidas higiénicas generales.

- Refuerzo de las medidas de higiene personal y respiratoria frente a cualquier escenario de exposición.
  - La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección.
  - Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar, y desecharlo a papelera de basura con tapa y pedal. Si no dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
  - Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Refuerzo de la limpieza y desinfección en dependencias e instalaciones en aquellas superficies, en que existe contacto directo y habitual de las personas, como barandillas, pasamanos, pomos o barras antipánico de las puertas, botoneras de ascensor, descarga automática de sanitarios, equipos expendedores, teclados, órganos de accionamiento (luminarias, máquinas, etc.).
- Los puestos de trabajo se usarán preferentemente por los mismos trabajadores. En caso de uso compartido se procederá a su desinfección antes de uso por parte de otra persona.
- Incremento de la ventilación general de los lugares de trabajo. Siempre que es posible se realiza de manera natural abriendo las ventanas y puertas (mínimo 10 minutos).
- Dotación de geles hidroalcohólicos a disposición en el centro.
- Refuerzo de la limpieza y desinfección de equipos o instalaciones asociados a la ventilación o renovación de aire de las instalaciones (filtros, conductos, difusores, etc.).
- Se mantienen las puertas abiertas para evitar el contacto con superficies contaminadas (pomos, manillas, barras antipánico, etc.), siempre que sea posible.



### 7.3.2. Equipos de protección individual y sanitarios frente al Covid-19.

- Mascarillas quirúrgicas: de uso obligatorio en el centro en todo momento.
- Guantes de protección biológica desechables, de uso principalmente en los siguientes escenarios:
  - Limpieza de superficies.
  - Atención a los menores.

En los anexos se dan instrucciones de uso y retirada de mascarillas y guantes. El desecho se realizará en cubo con tapa.

### 7.3.3. Desplazamientos del personal.

- Siempre que se pueda, priorizar las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de 1,5 metros. Por esta razón, es preferible en esta situación el transporte individual.
- Guardar la distancia interpersonal cuando se vaya caminando por la calle.
- Si se desplaza en un turismo, extremar las medidas de limpieza del vehículo y evitar que viaje más de dos personas por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes, y haciendo uso todos ellos de mascarilla.
- Si se coge un taxi o un VTC, se debe viajar manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes, haciendo uso de mascarilla.
- En los viajes en autobús u otro transporte, guardar la distancia interpersonal con los compañeros de viaje. En el caso de los autobuses públicos, el conductor velará porque se respete la distancia interpersonal. El uso de mascarilla es obligatorio según lo establecido por las autoridades sanitarias.



### 7.3.4. Actuación ante casos sintomáticos

- Los síntomas más frecuentes de COVID-19 son los siguientes:
  - Síntomas comunes:
    - fiebre
    - cansancio
    - tos seca
- Algunas personas también pueden experimentar:
  - dolores y molestias
  - congestión nasal
  - abundante secreción nasal
  - dolor de garganta
  - diarrea
- Ante la aparición de síntomas:
  - Fuera del trabajo: no se acudirá al trabajo. Se avisará a su responsable, y a continuación llamará al teléfono habilitado por la Xunta de Galicia, o bien a su Centro de Salud, y seguirá las indicaciones de estos.
  - En el trabajo: avisará a su responsable, quien deberá apartarlo de su puesto. A continuación llamará al teléfono habilitado por la Xunta de Galicia, o bien a su Centro de Salud, y seguirá las indicaciones de estos.



### 7.3.5. Estudio y manejo de contactos

- **TRABAJADORES CONSIDERADOS CONTACTO ESTRECHO:** El Ministerio de Sanidad ha clasificado de contacto estrecho de casos posibles, probables o confirmados a:
  - Cualquier persona que haya proporcionado cuidados mientras el caso presentaba síntomas: trabajadores sanitarios que no han utilizado las medidas de protección



- adecuadas, miembros familiares o personas que tengan otro tipo de contacto físico similar
- Convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos.
  - **Actuación en caso de contacto estrecho con caso posible, probable o confirmado de COVID-19.** Cuando un trabajador manifieste a la empresa su condición de contacto estrecho, conforme a los criterios establecidos por el Ministerio de Sanidad, se adoptarán las siguientes medidas:
    - Se comunicará al Servicio de Vigilancia de la Salud, por los medios telemáticos habilitados al efecto, los datos de los trabajadores considerados contacto estrecho frente al SARS-CoV-2, para que determine si cumple con los criterios establecidos por el Ministerio de Sanidad para ser considerado contacto estrecho.
    - El servicio sanitario (vigilancia de la salud) del servicio de prevención de riesgos laborales elaborará el informe para que quede acreditada la indicación de incapacidad temporal, con el fin de facilitar a los servicios de atención primaria su tramitación o la no consideración de contacto estrecho.
    - El responsable del trabajador, en colaboración con el SPM del Grupo EULEN, informará al trabajador del resultado de forma individualizada de las actuaciones anteriores y de la forma a proceder.

### 7.3.6. Personal especialmente sensible o vulnerable

- El Ministerio de Sanidad ha definido como grupos vulnerables para COVID-19: las personas con diabetes, enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión, enfermedad hepática crónica, enfermedad pulmonar crónica, enfermedad renal crónica, inmunodeficiencia, cáncer en fase de tratamiento activo, embarazo y mayores de 60 años.
- Cuando un trabajador manifieste a la empresa su condición de especial sensibilidad frente al covid-19, conforme a los criterios establecidos por el Ministerio de Sanidad, se adoptarán las siguientes medidas:
  - Valorar la posibilidad de adaptar el puesto de trabajo para evitar la exposición.
  - Protección adecuada que evite el contagio.
  - Reubicación en otro puesto exento de riesgo de exposición.
- Ante la imposibilidad de adoptar las medidas anteriormente indicadas, el SPM del Grupo Eulen remitirá al trabajador al Servicio de Prevención Ajeno de vigilancia de salud (Quirón Prevención y Cualtis) para su valoración por el médico especialista en medicina del trabajo. Así mismo comunicará al SPA, por los medios telemáticos habilitados al efecto, los datos de los trabajadores de especial vulnerabilidad frente al SARS-CoV-2.
- El responsable del trabajador, en colaboración con el SPM del Grupo EULEN, informarán al trabajador del resultado de las actuaciones anteriores así como de:
  - Forma de proceder para la gestión por el SPS de la situación de IT.
  - La obligación del trabajador de permanecer en situación de aislamiento preventivo.



- Que el parte de baja y los de confirmación serán emitidos sin la presencia física de la persona trabajadora. La persona interesada no debe ir a recoger los partes, puede recogerlos otra persona o utilizar otros medios disponibles para evitar desplazamientos.
- Que aunque los partes de baja y alta serán emitidos por enfermedad común, el INSS realizará el procedimiento interno correspondiente para convertirlos en accidente de trabajo, a efectos de prestación económica.
- Las medidas y recomendaciones preventivas generales, sobre todo de higiene de los lugares de trabajo.

## 8. ANEXOS

### ANEXOS: Información General sobre el Coronavirus SARS-CoV-2. Lavado de manos. Uso de EPIS.

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



Los coronavirus son una familia de virus que normalmente afectan sólo a animales, aunque en ocasiones pueden transmitirse a las personas.

El SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus detectado por primera vez en diciembre de 2019. Este nuevo virus puede afectar a las personas y produce la enfermedad COVID-19.

Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
@sanidadgob





## ¿Cómo se transmite el nuevo coronavirus?



La transmisión se produce por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona enferma.

Estas secreciones podrían infectar a otra persona si entrasen en contacto con su nariz, sus ojos o su boca.

Es poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de uno o dos metros.



Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
@sanidadgob



## ¿Cuáles son los síntomas del nuevo coronavirus?



Los síntomas más comunes de la nueva enfermedad por coronavirus (COVID-19) son:

Fiebre



Tos



Sensación de falta de aire



El **80%** de los casos presenta **síntomas leves**

Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
@sanidadgob





## ¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate las manos  
frecuentemente



Evita tocarte los ojos,  
la nariz y la boca, ya  
que las manos facilitan  
su transmisión



Al toser o estornudar,  
cúbrete la boca y la  
nariz con el codo  
flexionado



Usa pañuelos  
desechables para  
eliminar secreciones  
respiratorias y tíralo tras  
su uso



Si presentas síntomas  
respiratorios evita el contacto  
cercano con otras personas

Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
@sanidadgob



## Nuevo coronavirus: Qué hacer

Si presentas **alguno** de los siguientes **síntomas**:

Fiebre



Tos



Quédate en casa y llama al teléfono habilitado en  
tu Comunidad Autónoma

Si tienes:

Sensación de  
falta de aire



Empeoramiento

Sensación de  
gravedad

Llama al **112**

Es un teléfono de urgencias.  
Su buen uso depende de todos.



Andalucía	900 400 061 / 955 545 060
Aragón	976 696 382
Asturias	900 878 232 / 984 100 400 / 112 marcando 1
Cantabria	900 612 112
Castilla La Mancha	900 122 112
Castilla y León	900 222 000
Cataluña	061
Ceuta	900 720 692
C. Madrid	900 102 112
C. Valenciana	900 300 555
Extremadura	112
Galicia	900 400 116
Islas Baleares	061
Canarias	900 112 061
La Rioja	941 298 333
Melilla	112
Murcia	900 121 212
Navarra	948 290 290
País Vasco	900 203 050

Consulta fuentes oficiales para informarte:  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
@sanidadgob

17 marzo 2020

#ESTE  
VIRUS  
LO  
PARAMOS  
UNIDOS





### LAVADO DE MANOS

La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. SIEMPRE se deben lavar las manos:

- Tras estornudar, toser o sonarse la nariz
- Después del contacto con alguien que estornuda o tose
- Después de utilizar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias
- Antes de comer

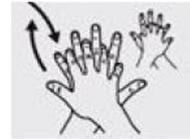
Siga estos pasos durante el lavado de manos, mínimo durante 60 segundos

- Moje las manos
- Deposite una cantidad suficiente de jabón en las palmas de las manos

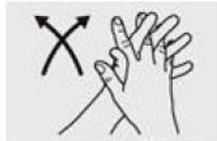
#### 1. FROTE LAS PALMAS DE LAS MANOS



#### 2. FROTE LA PALMA DE UNA MANO CONTRA EL DORSO DE LA OTRA ENTRELAZANDO LOS DEDOS



#### 3. FROTE LAS PALMAS DE LAS MANOS ENTRE SÍ CON LOS DEDOS ENTRELAZADOS



#### 4. FROTE EL DORSO DE LOS DEDOS DE UNA MANO CON LA PALMA DE LA OPUESTA. REALIZAR EN AMBAS MANOS



#### 5. CON UN MOVIMIENTO DE ROTACIÓN, FROTE EL PULGAR ATRAPÁNDOLO CON LA PALMA DE LA OTRA MANO



#### 6. FROTE LOS DEDOS DE UNA MANO CON LA PALMA DE LA OTRA CON MOVIMIENTOS DE ROTACIÓN



- Enjuague las manos con abundantes agua y eliminar todos los restos de jabón
- Seque las manos con una toalla desechable
- Use la misma toalla para cerrar el grifo
- Tire la toalla a la basura



CÓMO DESINFECTARSE LAS MANOS CON PREPARADOS ALCOHÓLICOS

# ¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinfectese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

**⌚ Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos**

1a



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

1b

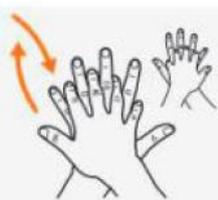


2



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.



Organización  
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente

UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES

Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha creado estos materiales educativos para complementar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado no garantiza un diagnóstico preciso, ni una prescripción o terapia. Consulte al médico la responsabilidad de la prescripción y del uso de fármacos. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudieran ocasionar los usuarios. La OMS opera a través de Centros, Universidades de Ciencias Médicas, en particular a través del Programa de Centros de Investigación, la participación activa en la educación de todo el mundo.

Organización Mundial de la Salud, Octubre 2010



### CÓMO USAR UNA MASCARILLA (FUENTE: OSALAN)

Antes del uso o manipulación de la mascarilla, **LIMPIEZA O HIGIENIZACIÓN DE MANOS**.

La mascarilla debe estar **SIEMPRE** en su posición correcta. No se retira para hablar, toser, etc.

La mascarilla debe cubrir **NARIZ Y BOCA** siempre.

La mascarilla **NO SE TOCA** y nunca se deben meter los dedos por dentro.

Para retirar la mascarilla, se hará por detrás, tirando las gomas o cintas, **EVITANDO TOCAR EL TEJIDO**.

La mascarilla tiene que ser usada **SIEMPRE DEL MISMO LADO**.



### RETIRADA DE GUANTES (FUENTE: OSALAN)



Pellizcar por el exterior del primer guante



Retirar sin tocar la parte interior del guante



Retirar el guante en su totalidad



Recoger el primer guante con la otra mano



Retirar el segundo guante introduciendo los dedos por el interior



Retirar el guante sin tocar la parte externa del mismo



Retirar los dos guantes en el contenedor adecuado



## Decálogo sobre **cómo actuar** en caso de tener **síntomas de COVID-19**:



Saber cómo actuar nos puede ayudar a **controlar mejor** las situaciones que puedan surgir estos días y a **prestar ayuda** a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre, tos y dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

- 1 AUTO-AISLARSE** En una **habitación de uso individual** con ventana, manteniendo la puerta cerrada, y, si es posible, baño individual. Si no es posible: mantén la distancia de seguridad de 2 metros con el resto de convivientes y extrema la higiene.
- 2 MANTENTE COMUNICADO** **Ten disponible un teléfono** para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos.
- 3 ¿SENSACIÓN DE GRAVEDAD?** Si tienes sensación de falta de aire o sensación de **gravedad** por cualquier otro síntoma **llama al 112**.
- 4 TELÉFONO DE TU COMUNIDAD AUTÓNOMA** Si no, **llama al teléfono habilitado en la Comunidad Autónoma** o contacta por teléfono con el centro de salud.
- 5 AUTOCUIDADOS** Usa **paracetamol** para controlar la fiebre; ponte **paños húmedos** en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; **bebe líquidos**; **descansa**, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando.
- 6 AISLAMIENTO DOMICILIARIO** Ahora que ya has hecho lo más inmediato, estudia y aplica las **recomendaciones para el aislamiento domiciliario** e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena.
- 7 LAVADO DE MANOS** Asegúrate de que en casa todos conocen cómo hacer un **correcto lavado de manos**.
- 8 SI EMPEORAS** **Si empeoras** y tienes dificultad respiratoria o no se controla la fiebre, **llama al 112**.
- 9 14 DÍAS** Se recomienda mantener el **aislamiento 14 días** desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto.
- 10 ALTA** El **seguimiento y el alta** será supervisado por su médico de Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma.

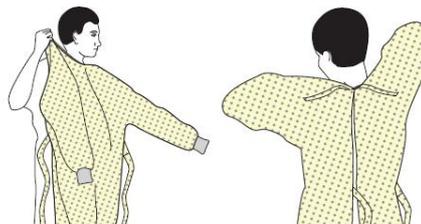


## SECUENCIA PARA PONERSE EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

El tipo de EPP utilizado puede variar en función del nivel de precaución necesario. El procedimiento para ponerse y quitarse el EPP debe adaptarse al tipo específico de EPP empleado.

### 1. BATA

- Debe cubrir todo el torso desde el cuello hasta las rodillas, los brazos hasta la muñeca, y envolver la parte posterior
- Se fija en la parte trasera del cuello y la cintura



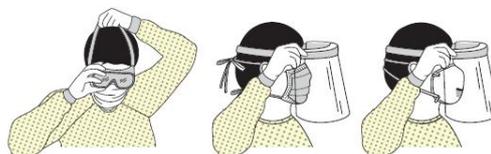
### 2. MÁSCARA O RESPIRADOR

- Asegúrese los cordones o bandas elásticas en mitad de la cabeza y el cuello
- Ajustar la banda flexible para la nariz
- Acomódesela a la cara y por debajo de la barbilla
- Verifique el respirador



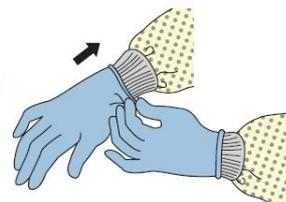
### 3. GAFAS O PANTALLA

- Coloquela sobre la cara y los ojos y ajústela



### 4. GUANTES

- Extender hasta cubrir la manga de la bata de aislamiento  
se recomienda usar doble guante



## MEDIDAS PARA PROTEGERSE Y LIMITAR LA PROPAGACIÓN DE LA CONTAMINACIÓN

- Mantenga las manos lejos de la cara
- Toque las mínimas superficies posibles
- Cambie los guantes rotos o altamente contaminados
- Realice higiene de las manos

Traducción al castellano por Víctor J. Quesada V.



Todas las precauciones razonables han sido tomadas para verificar la información contenida en esta publicación. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. La responsabilidad de la interpretación y uso del material recae en el lector. En ningún caso la CDC o el traductor podrá ser considerado responsable de daño alguno causado por su utilización. CS250672-0

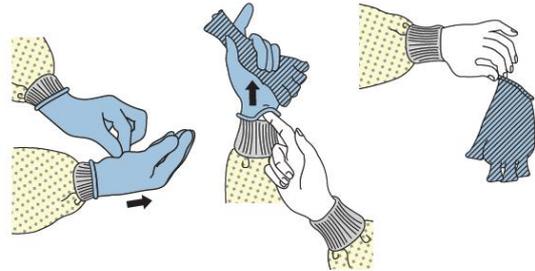


## CÓMO RETIRAR CON SEGURIDAD EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL EJEMPLO 1

Hay varias formas de eliminar de forma segura el EPP sin contaminar su ropa, piel o mucosas con materiales potencialmente infecciosos. Por ejemplo. Retire todo el EPP antes de salir de la habitación del paciente, excepto el respirador, si lo usa. Retire el respirador después de salir de la habitación y cerrar la puerta. En la siguiente secuencia:

### 1. GUANTES

- ¡El exterior de los guantes están contaminados!
- Si sus manos se contaminan durante la retirada de los guantes, lávelas inmediatamente o use un desinfectante a base de alcohol
- Con la mano enguantada, sujete el área de la palma del otro guante y retire el primer guante
- Sostenga el guante retirado en la mano enguantada
- Deslice los dedos de la mano sin guante entre el guante y la muñeca y retire el segundo guante sobre el primer guante
- Desechar los guantes en un contenedor de residuos infecciosos \*



### 2. GAFAS O PANTALLA

- ¡El exterior de gafas o pantalla están contaminados!
- ¡Si sus manos se contaminan durante la retirada de gafas o pantalla, lávelas inmediatamente o use un desinfectante a base de alcohol
- Retire las gafas o pantalla desde la parte posterior de la cabeza, tirando de la banda
- Si es reutilizable, colocar en un recipiente para su limpieza. De lo contrario, desechar en un contenedor de residuos infecciosos \*



### 3. BATA

- ¡La parte frontal y mangas del traje están contaminadas!
- Si sus manos se contaminan durante la retirada del traje, lávelas inmediatamente o use un desinfectante a base de alcohol
- Afloje los lazos del traje, teniendo cuidado de que las mangas no contacten su cuerpo
- Retire el traje de cuello y hombros, tocándolo por dentro solamente
- Tire el traje del revés
- Doblelo o enrollelo y deseche en un contenedor de residuos infecciosos \*



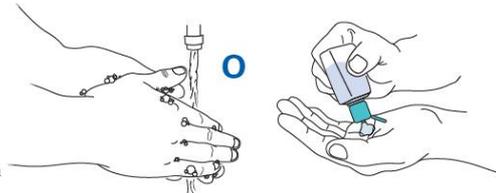
### 4. MÁSCARA O RESPIRADOR

- El frontal de la máscara / respirador está contaminada - ¡NO TOCAR!
- Si sus manos se contaminan durante la retirada de la máscara / respirador, lávelas inmediatamente o use un desinfectante a base de alcohol
- Sujete lazos inferiores o elásticos de la máscara / respirador, luego los que están en la parte superior, y quite sin tocar la parte delantera
- Deseche en un contenedor de residuos infecciosos \*



### 5. LAVARSE LAS MANOS O USAR UN DESINFECTANTE A BASE DE ALCOHOL, INMEDIATAMENTE TRAS QUITAR TODOS LOS EPI

\* Un contenedor de residuos infecciosos se utiliza para desechar los EPP que pudieran estar contaminados con el virus Ébola.



**REALIZAR HIGIENE DE MANOS ENTRE PASOS SI LAS  
MANOS SE CONTAMINAN E INMEDIATAMENTE TRAS  
QUITAR TODOS LOS EPI**

Traducción al castellano por Victor J. Quesada V



Todas las precauciones razonables han sido tomadas para verificar la información contenida. Sin embargo, el material se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. La responsabilidad de la interpretación y uso recae en el lector. En ningún caso la CDC o traductor podrá considerarse responsable de daño por su uso. CS250672-D



## CÓMO **RETIRAR** CON SEGURIDAD EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL EJEMPLO 2

Otra forma de eliminar de forma segura el EPP sin contaminar su ropa, piel o mucosas con materiales potencialmente infecciosos. Retire todo el EPP antes de salir de la habitación del paciente, excepto el respirador, si lo usa. Retire el respirador **después** de salir de la habitación y cerrar la puerta. En la siguiente secuencia:

### 1. BATA Y GUANTES

- ¡La parte Delantera y mangas del traje y el exterior de los guantes están contaminados!
- Si sus manos se contaminan durante la retirada de la bata o guantes, lávese inmediatamente las manos o use un desinfectante a base de alcohol
- Sujete el traje por la parte delantera y aléjelo de su cuerpo para que los lazos se rompan, tocando solo por fuera el traje con las manos enguantadas
- Al retirar la bata, dóblela o enróllela de dentro hacia fuera
- Al quitar el traje, retire los guantes, al mismo tiempo, sólo tocando el **interior** de los guantes y vestido con las manos desnudas. Coloque la bata y los guantes en un contenedor de residuos infecciosos \*



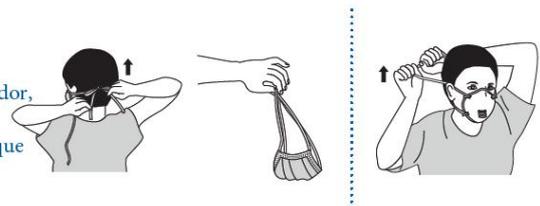
### 2. GAFAS O PANTALLA

- ¡El exterior de gafas o pantalla están contaminados!
- Si sus manos se contaminan durante la retirada de gafas/pantalla, lávelas inmediatamente o use un desinfectante a base de alcohol
- Retire las gafas o pantalla desde la parte posterior de la cabeza, tirando de la banda encima de la cabeza y sin tocar la parte frontal
- Si es reutilizable, colocar en un recipiente para su limpieza. De lo contrario, desechar en un contenedor de residuos infecciosos \*

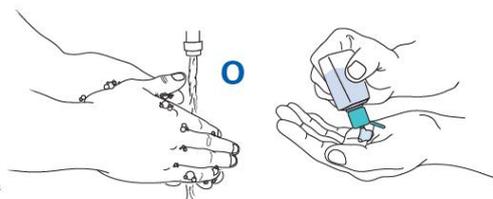


### 3. MÁSCARA O RESPIRADOR

- El frontal de la máscara / respirador está contaminada - ¡NO TOCAR!
- Si sus manos se contaminan durante la retirada de la máscara / respirador, lávelas inmediatamente o use un desinfectante a base de alcohol
- Sujete lazos inferiores o elásticos de la máscara / respirador, luego los que están en la parte superior, y quitar sin tocar la parte delantera
- Desechar en un contenedor de residuos infecciosos \*



### 4. LAVARSE LAS MANOS O USAR UN DESINFECTANTE A BASE DE ALCOHOL, INMEDIATAMENTE TRAS QUITAR TODOS LOS EPI



\* Un contenedor de residuos infecciosos se utiliza para desechar los EPP que pudieran estar contaminados con el virus Ébola.

**REALIZAR HIGIENE DE MANOS ENTRE PASOS SI LAS MANOS SE CONTAMINAN E INMEDIATAMENTE TRAS QUITAR TODOS LOS EPI**

Traducción al castellano por Víctor J. Quesada V



Todas las precauciones razonables han sido tomadas para verificar la información contenida. Sin embargo, el material se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. La responsabilidad de la interpretación y uso recae en el lector. En ningún caso la CDC o traductor podrá considerarse responsable de daño por su uso. CS250672-D

