

# EL COVID-19 EN EL ENTORNO LABORAL

MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE CONTAGIOS EN LA EMPRESA  
CONTROL DE INGRESO-EGRESO AL CENTRO DE TRABAJO  
SANA DISTANCIA EN EL CENTRO DE TRABAJO  
RECOMENDACIONES PARA UN RETORNO SEGURO AL TRABAJO

## **MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE CONTAGIOS EN LA EMPRESA**

Los centros de trabajo deberán instrumentar acciones enfocadas a reducir el riesgo de contagios, es decir, para evitar la entrada del virus en sus instalaciones.

Entre éstas quedan comprendidas cuestiones de higiene, limpieza y sana distancia.

- Proveer dispensadores con soluciones a base de alcohol gel al 60-70% a libre disposición del personal en distintos puntos del centro de trabajo.
- Proveer productos sanitarios y de equipo de protección personal a las personas trabajadoras, incluyendo cubrebocas, lentes protectores y caretas.
- Contar con depósitos suficientes de productos desechables y de uso personal, procurando la limpieza continua de los mismos.
- Garantizar que los sanitarios cuenten con lavamanos y con condiciones adecuadas para la limpieza del personal (agua, jabón y toallas de papel desechable).
- Establecer un programa de limpieza y mantenimiento permanente del centro de trabajo y los lugares de labor, incluidos los destinados a los servicios de alimentos, de descanso y, en su caso, de pernocta, utilizando los productos de limpieza adecuados para prevenir la propagación del virus.
- Promover que las personas trabajadoras no compartan herramientas de trabajo u objetos personales sin la desinfección adecuada.
- En caso de ser posible, favorecer la ventilación natural en espacios comunes o de mayor concentración de personal, además de aquellas áreas de trabajo con gran afluencia de personal.
- Revisar el funcionamiento de los sistemas de ventilación/extracción en caso de contar con éstos, y dar mantenimiento y hacer los cambios de filtros para su correcta operación.

## MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE CONTAGIOS EN LA EMPRESA

- Señalizar las áreas comunes (como baños, vestidores, casilleros, cafeterías, comedores y salas de juntas) con marcas en el piso, paredes y/o mobiliario, recordando la distancia mínima de 1.5 metros entre personas.
- Establecer una política de control de visitas, proveedores y contratistas, con el fin de prevenir el riesgo de contagio originado en personas ajenas al centro de trabajo.
- Implementar una política para el uso de las escaleras y elevadores manteniendo la sana distancia, evitando tocar en la medida de lo posible las superficies, y procurando su limpieza constante.



## **SANA DISTANCIA EN EL CENTRO DE TRABAJO**

Implementación de las medidas de **sana distancia** en el ámbito laboral de conformidad con lo siguiente:

### **A) ¡Quédate en casa!**

Cuando una persona presenta síntomas de enfermedad respiratoria o relacionados con COVID-19, deberá quedarse en casa, solicitar asistencia médica y en su caso su incapacidad digital.

### **B) Sana distancia en el centro de trabajo.**

La modificación de hábitos para favorecer una distancia mínima de 1.5 metros entre las personas; la disminución de la frecuencia de encuentros, incluyendo la adecuación de los espacios y áreas de trabajo para reducir la densidad humana en ambientes intramuros y extramuros durante los niveles máximo, alto y medio. Para lo incapacidad digital.

**Para lo cual se deberán establecer como mínimo las siguientes estrategias:**

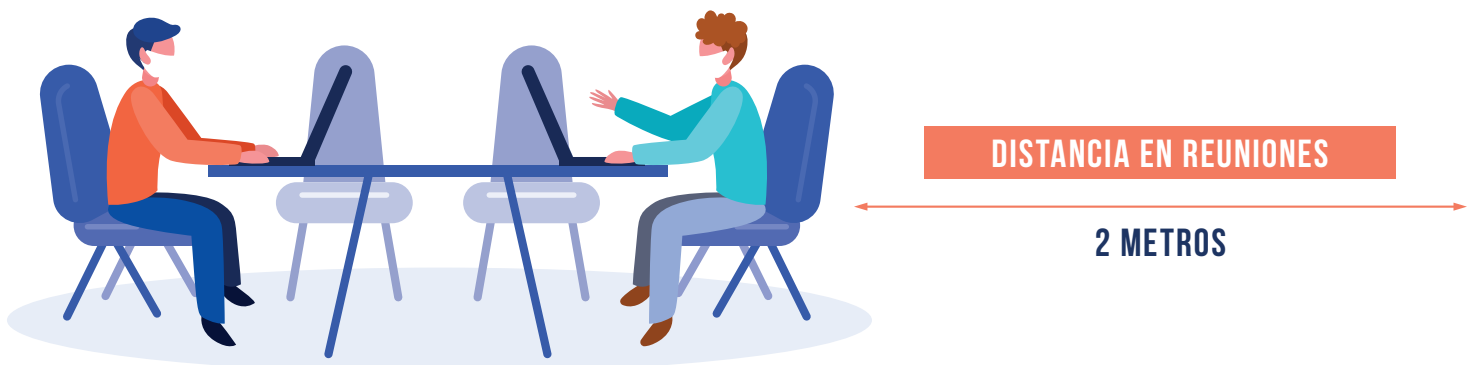
- Evitar el hacinamiento en espacios y garantizar la disponibilidad permanente de agua potable, jabón, papel higiénico, gel a base de alcohol y toallas desechables para el secado de manos.
- Establecer horarios alternados de comidas, baños, uso de casilleros y actividades cotidianas para reducir el contacto entre personas.
- Incrementar el número de vehículos destinados al transporte de personal, con el fin de reducir el hacinamiento y la posibilidad de contagios, manteniendo una sana distancia, el uso de cubrebocas y la ventilación natural del transporte.

## **SANA DISTANCIA EN EL CENTRO DE TRABAJO**

- Se puede hacer uso de otras medidas como lo son: señalización de áreas de trabajo, implementación de sensores de distancia, separar la entrada de la salida, etc.

### **En las reuniones de trabajo:**

- Debes minimizar el contacto cara-a-cara entre los trabajadores a través del uso extendido de correo electrónico, sitios web y videoconferencias.
- De no ser posible, debes reducir la reunión o el evento para que asistan el menor número de personas posible.
- Elige un lugar que permita la sana distancia entre los asistentes.
- Selecciona un lugar que se pueda ventilar y que permita la entrada de luz solar.
- Limpia y desinfecta superficies y objetos que requieran ser usados.
- Avisa a los asistentes que se elaborará una lista de asistencia donde se solicitará número de teléfono móvil y correo electrónico para informarles en caso de que algún participante resulte posteriormente sospechoso o confirmado.
- Proporciona a los asistentes alcohol gel al 60-70% para limpieza de manos antes de entrar a la sala de juntas y déjalo disponible en el lugar.
- Deja que se ventile la sala de juntas (5-10 minutos mínimo).



## CONTROL DE INGRESO-EGRESO AL CENTRO DE TRABAJO

Se deberá instrumentar un control de ingreso-egreso de las personas trabajadoras, visitas, proveedores y clientes:

- Establecer un filtro de acuerdo con lo establecido en el “**Lineamiento general para la mitigación y prevención de COVID-19 en espacios públicos cerrados**” para la identificación de personas con infección respiratoria aguda, disponible en:

<https://www.gob.mx/salud/documentos/lineamiento-general-espacios-publicoscerrados-en-covid-19>

- Para las personas trabajadoras que se detectaron con signos de enfermedades respiratorias y/o temperatura corporal mayor a 37.5 °C, designar un área de estancia y aislamiento, dotarlas de un cubrebocas y remitirlas al domicilio particular o a los servicios médicos, y cuando sea procedente asistir a las personas trabajadoras para el trámite de su incapacidad digital.

- Proporcionar solución gel a base de alcohol al 60-70% para el lavado de manos y verificar el uso apropiado de cubrebocas para todas las personas que ingresen o egresen del centro de trabajo.

- Establecer entradas y salidas exclusivas del personal; en caso de que se cuente con un solo acceso, éste se deberá dividir por barreras físicas a fin de contar con espacios específicos para el ingreso y salida del personal.

- Colocar en los accesos al centro de trabajo tapetes sanitizantes o alternativas similares, o en su caso, otorga protectores desechables de calzado.



## RECOMENDACIONES PARA UN RETORNO SEGURO AL TRABAJO

- Que los trabajadores, visitantes, clientes y proveedores conozcan y respeten las instrucciones.
- Que no se compartan los dispositivos de comunicación, EPP, audífonos, materiales, objetos o herramientas de trabajo.
- La disponibilidad de los productos necesarios para la higiene.
- La limpieza de las áreas de trabajo, utensilios y herramientas, cajas almacenadoras, cabina del vehículo, etc.
- Que las áreas estén ventiladas.
- Considera la retroalimentación de tus trabajadores, clientes, proveedores y visitantes para implementar mejoras.
- Constante supervisión que confirme el seguimiento de estas medidas en el área de trabajo.



**SI TIENES SÍNTOMAS O ESTUVISTE EN CONTACTO DIRECTO CON UNA PERSONA CON COVID-19, DEBERÁS INFORMAR EN TU TRABAJO.**

**¡SI TE CUIDAS TÚ, NOS CUIDAMOS TODOS!**