

PREVENCIÓN Y MITIGACIÓN DE **COVID-19** EN EL LUGAR DE TRABAJO PARA **PEQUEÑAS Y MEDIANAS EMPRESAS**

Contenido

Acrónimos y abreviaturas.....	5
1. Prefacio.....	6
2. Sobre la pandemia COVID-19.....	6
3. ¿Por qué es necesario que su empresa establezca medidas preventivas y de mitigación contra el COVID-19?.....	8
4. Lista de Verificación de acciones de bioseguridad ante el COVID-19 para las PYMES.....	9
I. Recopilar y compartir información actualizada.....	11
II. Desarrollar un plan de preparación de la empresa.....	11
III. Realizar una evaluación de los riesgos.....	12
IV. Organizar el trabajo.....	13
V. Proteger y apoyar a los trabajadores.....	16
5. Lista de comprobación de acciones COVID-19 para las PYMES: Notas detalladas sobre los puntos de control.....	18
PUNTO DE CONTROL I.	
Recopilar y compartir información actualizada.....	18
1. Buscar información y apoyo.....	18
2. Proporcionar información.....	19
PUNTO DE CONTROL II.	
Desarrollar un plan de preparación de la empresa.....	19
3. Declaración de compromiso.....	19
4. Plan de preparación y respuesta.....	20
5. Plan de contingencia y continuidad de operaciones.....	20
6. Plan para casos confirmados o sospechosos.....	21
7. Monitoreo y evaluación.....	22
PUNTO DE CONTROL III.	
Realizar una evaluación de los riesgos.....	22
8. Mapa de peligros.....	22
9. Evaluación de riesgos.....	23

PUNTO DE CONTROL IV.	
Organizar el trabajo.....	30
10. Teletrabajo.....	30
11. Trabajo por turnos.....	31
12. Viaje.....	31
13. Reuniones.....	32
14. Entrenamiento.....	32
15. Trabajadores del transporte.....	32
16. Organización del lugar de trabajo.....	33
17. Lavado de manos.....	35
18. Desinfección.....	36
19. Limpieza.....	36
20. Ventilación.....	37
21. Higiene respiratoria.....	38
22. Distanciamiento social.....	39
23. Máscaras y toallas de papel.....	39
24. Aislamiento en el lugar de trabajo.....	40
PUESTO DE CONTROL V.	
Proteger y apoyar a los trabajadores.....	40
25. Licencia y beneficios.....	40
26. Información sobre el derecho de los trabajadores a alejarse de un peligro inminente y grave.....	41
27. Comunicación con los trabajadores.....	41
28. Riesgos psicosociales.....	42
29. Quedarse en casa.....	42
30. Asesorar a los trabajadores.....	43
6. Plan de acción y seguimiento.....	44
ANEXO I: Plan de acción y formulario de seguimiento de la Lista de Verificación de medidas ante el COVID-19 para las PYMES.....	47
ANEXO II: Fuentes de información.....	50
Enlaces útiles.....	51

Acrónimos y abreviaturas

CDC	Centros para el control y la prevención de enfermedades
COVID-19	Enfermedad del Coronavirus 2019 ¹
EPP	Equipo de Protección Personal
MERS	Síndrome respiratorio de Oriente Medio
PYMES	Pequeñas y Medianas Empresas
SARS-CoV-2	Síndrome Respiratorio Agudo Severo Coronavirus 2
SSO	Seguridad y Salud Ocupacional
SST	Seguridad y Salud en el Trabajo

¹De acuerdo con la orientación de la OMS, en el presente documento se hace referencia al virus del SARS-CoV-2 como “el virus responsable del COVID-19” o “el virus COVID-19”. Véase [https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirus-disease-\(covid-2019\)-and-the-virus-that-causes-it](https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirus-disease-(covid-2019)-and-the-virus-that-causes-it)

1. Prefacio

El presente documento tiene por objeto proporcionar conocimientos básicos sobre la prevención en el lugar de trabajo del COVID-19, causado por el virus del SARS-CoV-2, que se está propagando en todo el mundo. Proporciona a las pequeñas y medianas empresas (PYMES) una Lista de Verificación de medidas para evaluar los riesgos del COVID-19 e información para adoptar medidas de protección para la seguridad y la salud de todos sus trabajadores.

En la medida en que se espera que estas medidas y recomendaciones también sean útiles contra otros brotes, al aplicar la Lista de Verificación de medidas algunos sectores o empresas pueden identificar los controles adicionales que se necesitarán. Dado que los conocimientos sobre el virus y la enfermedad evolucionan constantemente, se recomienda actualizar periódicamente los instrumentos, las medidas y las políticas para garantizar la adopción de medidas preventivas y correctivas de vanguardia, asegurando siempre el cumplimiento de las leyes y reglamentos nacionales.

2. Sobre la pandemia COVID-19

En los dos últimos decenios, el mundo ha sido testigo de una serie de brotes de enfermedades infecciosas que han mostrado una alta tasa de propagación. Actualmente, crece la preocupación por la continua propagación del COVID-19 en algunas partes del mundo y el reto de mantener una tasa de propagación reducida en otras. Los gobiernos, los empleadores, los trabajadores y sus organizaciones se enfrentan a enormes desafíos al tratar de combatir la pandemia del COVID-19 y proteger la seguridad y la salud en el trabajo.

En el campo de la medicina, un virus es un microorganismo muy simple que infecta células y puede causar enfermedades. Debido a que los virus solo se pueden multiplicar dentro de una célula infectada, se entiende que no tienen vida propia¹. A partir de la aparición del virus SARS-CoV-2, el peligro biológico asociado al riesgo de contraer la enfermedad producida por el mismo, el COVID-19, ha tomado gran relevancia.

El peligro biológico está definido como: bacterias, virus y parásitos patogénicos, determinadas toxinas naturales, toxinas microbianas, y determinados metabólicos tóxicos de origen microbiano. Su transmisión puede ser por vía respiratoria, digestiva, sanguínea, piel o mucosas.

Constituye uno de los principales riesgos laborales a los que están expuestos los trabajadores de Centros Sanitarios, afectando a todas las categorías. Estos profesionales de enfermería, médicos y el personal de limpieza y lavandería están especialmente expuestos a la transmisión por vía sanguínea.

¹<https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionario/def/virus>

En enero de 2020 la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró que el brote de una nueva enfermedad de coronavirus en la provincia de Hubei (China) era una emergencia de salud pública de interés internacional.

Dos meses después, el 11 de marzo de 2020, la OMS declaró el brote del coronavirus COVID-19 como una pandemia.

¿Qué es un coronavirus?

Los coronavirus son una gran familia de virus que son comunes en animales y pueden causar enfermedades también en seres humanos. Ocasionalmente, las personas se infectan con estos virus que luego pueden propagarse a otras personas. En los seres humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio del Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SARS). El coronavirus más recientemente descubierto causa la enfermedad del coronavirus COVID-19.

¿Qué es el COVID-19?

La enfermedad del COVID-19 es una enfermedad infecciosa causada por un coronavirus recientemente descubierto, conocido como el coronavirus 2 del síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV-2). Se eligió este nombre porque el virus está genéticamente relacionado con el coronavirus responsable del brote de SARS de 2003, aunque se trata de dos virus diferentes. Los primeros casos humanos de COVID-19 fueron identificados en la ciudad de Wuhan, China, en diciembre de 2019.

¿Cuánto dura el período de incubación?

Las estimaciones del período de incubación del COVID-19 oscilan entre 1 y 14 días, más comúnmente alrededor de cinco días.

¿Cómo se propaga el COVID-19?

Cuando alguien que tiene el virus tose o exhala, libera gotas de líquido infectado. Si las personas están a menos de un metro de una persona con COVID-19 pueden contagiarse respirando estas gotas. Además, la mayoría de estas gotitas caen sobre superficies y objetos cercanos como escritorios, mesas o teléfonos. Las personas pueden contraer COVID-19 al tocar superficies u objetos contaminados y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca.

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los síntomas más comunes del COVID-19 son fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden tener dolores, congestión nasal, secreción nasal, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y comienzan gradualmente. Algunas personas se infectan, pero no desarrollan ningún síntoma y no se sienten mal. Sin embargo, según los conocimientos actuales, alrededor de 1 de cada 6 casos de COVID-19 da lugar a una enfermedad grave y al desarrollo de dificultades respiratorias. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas previas como hipertensión arterial, problemas cardíacos o pulmonares, diabetes o cáncer tienen más probabilidades de presentar cuadros graves. Sin embargo, cualquier persona puede contraer la COVID-19 y caer gravemente enferma.

Para más información, consulte las Preguntas y Respuestas de la OMS sobre los coronavirus (COVID-19) disponibles en: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

3. ¿Por qué es necesario que su empresa establezca medidas preventivas y de mitigación contra el COVID-19?

Esta pandemia también está teniendo enormes repercusiones económicas y sociales en los trabajadores de todos los sectores de la economía y todos los tipos de empresas, especialmente en las PYMES y la economía informal, con una reducción sin precedentes de la actividad económica y el tiempo de trabajo. Las estimaciones de horas perdidas para el primer trimestre de 2020 equivalen a aproximadamente 130 millones de empleos a tiempo completo, en comparación con el nivel anterior a la crisis (4º trimestre de 2019). El sector informal es especialmente vulnerable. La OIT estima que casi 1.600 millones de trabajadores de la economía informal -el 76% de los empleados de ese sector en todo el mundo- se ven afectados de manera significativa por las medidas de bloqueo y/o trabajan en los sectores más afectados, como el comercio mayorista y minorista, la manufactura, el alojamiento y los servicios de alimentación, en los que las mujeres constituyen gran parte de la fuerza de trabajo.

Más allá de la crisis inmediata, también existe la preocupación de reanudar la actividad económica de manera que se mantengan los progresos realizados en la supresión de la transmisión. Aunque las autoridades de salud pública de todo el mundo están trabajando para contener el brote del COVID-19, es posible que sus esfuerzos no tengan éxito a menos que las empresas establezcan medidas preventivas y de mitigación de la enfermedad en sus lugares de trabajo. En particular, cabe señalar que:

- ▶ Los empleadores tienen la responsabilidad general de garantizar que se adopten todas las medidas preventivas y de protección posibles para reducir al mínimo los riesgos laborales y normalmente pueden ser sancionados por violar o descuidar la legislación nacional.
- ▶ Si el lugar de trabajo está contaminado con el virus, puede transmitirse a las personas que interactúan con los trabajadores. Esto incluye a las familias de sus trabajadores, proveedores, compradores y el público en general.
- ▶ La infección de los trabajadores puede reducir la productividad directa o indirectamente de varias maneras y tener un impacto negativo en la empresa, como por ejemplo:

- ▶ La interrupción de la actividad comercial y la pérdida continua de producción por la ausencia de los trabajadores;
- ▶ Reducción de la motivación para trabajar, reducción de la moral de la fuerza de trabajo y aumento del ausentismo;
- ▶ Los costos de capacitar a otra persona para realizar el trabajo y la posible contratación de un trabajador de reemplazo;
- ▶ Cualquier multa o procedimiento legal que siga después de un caso de enfermedad.

Si su empresa no está lista actualmente, necesita prepararse AHORA. Incluso si su país ha reportado pocos casos de la enfermedad, se recomienda encarecidamente la verificación y/o acción inmediata para limitar la pandemia. Las medidas preventivas contra el COVID-19 también podrían ser útiles en otras emergencias sanitarias de características similares. Los empleadores y los trabajadores deben empezar a aplicar medidas preventivas y de mitigación inmediatamente, incluso si no se ha detectado el COVID-19 en las comunidades en las que operan.

4. Lista de Verificación de acciones de bioseguridad ante el COVID-19 para las PYMES

La **Lista de Verificación de Medidas ante el COVID-19** para empresas es una herramienta sencilla para ayudar a las PYMES a preparar su respuesta ante la pandemia del COVID-19 evaluando el riesgo para la empresa y asegurándose de que el lugar de trabajo esté preparado para las epidemias actuales y futuras (como la gripe). La Lista de Verificación de medidas incluye cinco puntos de control (I a V) divididos en 30 medidas.

¿Cómo usar esta lista de comprobación?

1. Nombrar un equipo que incluya a la alta gerencia, los supervisores, los representantes de los trabajadores y el personal responsable de la seguridad y la salud de la empresa.

2. Informar y capacitar al equipo sobre los pasos para aplicar la Lista de Verificación (véanse los puntos de verificación I a V y las medidas 1 a 30 que figuran a continuación, así como las notas detalladas adicionales que figuran en la sección 5).

3. Completar la Lista de Verificación y registrar sus resultados.

4. Planificar, como equipo, qué acción debe ser tomada, por quién y cuándo. Busque la forma de aplicar la medida y, si es necesario, pida consejo al responsable del área o a los trabajadores.

- Si la medida ya se ha aplicado o no es necesaria, marque "NO" en "Propone usted una acción".
- Si cree que la medida valdría la pena, marque "SÍ".
- Utilice el espacio en "Observaciones" para añadir comentarios, describir una situación o añadir una sugerencia.

5. Mire de nuevo los elementos que ha marcado con "SÍ". Elija los elementos que considere más importantes y márkuelos como "Prioridad" *.

6. Inmediatamente después de completar la Lista de Verificación, organice un debate de grupo con el equipo para preparar sugerencias a la administración (la experiencia ha demostrado que este paso es esencial para promover un cambio positivo).

7. Presentar los resultados del debate de grupo a la administración como base para planificar la aplicación continua de las mejoras.

El equipo no debe dudar en pedir aclaraciones a las autoridades de seguridad y salud en el trabajo (SST), a las inspecciones de trabajo, a las organizaciones nacionales de seguridad o a las asociaciones profesionales nacionales de SST, y a las organizaciones de empleadores y trabajadores.

Esta no es una lista exhaustiva de todas las medidas necesarias. El equipo debe añadir a la Lista de Verificación cualquier elemento adicional que considere apropiado para mejorar la respuesta ante el COVID-19 en el lugar de trabajo.

La administración debe cumplir con las obligaciones legales nacionales al establecer su plan de prevención y control de COVID-19 en el lugar de trabajo.

* Las prioridades deben decidirse en función a la mayor o menor probabilidad de que una situación determinada afecte a la salud de los trabajadores, su gravedad y su urgencia.

I. Recopilar y compartir información actualizada

- 1** Consulte regularmente a sus servicios de salud ocupacional, a la autoridad de salud pública local o a otras, que puedan haber desarrollado materiales de información para promover la prevención del riesgo de exposición al virus en el lugar de trabajo, u otra recomendación técnica.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

- 2** Establecer un sistema en el lugar de trabajo para proporcionar información actualizada y fiable a los trabajadores sobre la situación emergente de COVID-19, con referencia a la información publicada por los servicios de salud nacionales o locales las autoridades.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

II. Desarrollar un plan de preparación de la empresa

- 3** En consulta con los representantes de los trabajadores, desarrollar y publicar una declaración de compromiso y responsabilidades de la gerencia con la reducción del riesgo de exposición al virus y la transmisión del COVID-19.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

- 4** Desarrollar un plan de preparación y respuesta para la prevención de COVID-19 en el lugar de trabajo, considerando todas las áreas de trabajo y las tareas realizadas por los trabajadores y las posibles fuentes de exposición.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:



- 5** Integrar la seguridad y la salud en su plan de contingencia y continuidad de las actividades y considerar otros requisitos relacionados con la mano de obra, entre los cuales, qué operaciones deben realizarse con una reducción de la fuerza de trabajo.

¿Propone usted una acción?

NO ☐

SÍ ☐

Prioridad ☐

Observaciones:

- 6** Desarrollar un plan sobre qué hacer si se identifica un caso confirmado o sospechoso de COVID-19 en el lugar de trabajo que incluya, entre otras cosas, la presentación de informes, la supervisión y la desinfección en línea con las directrices nacionales.

¿Propone usted una acción?

NO ☐

SÍ ☐

Prioridad ☐

Observaciones:

- 7** Establecer un mecanismo de monitoreo y evaluación de las estrategias y planes de prevención de COVID-19.

¿Propone usted una acción?

NO ☐

SÍ ☐

Prioridad ☐

Observaciones:

III. Realizar una evaluación de los riesgos

- 8** Mapear los peligros de todas las operaciones y todos los puestos de trabajo

¿Propone usted una acción?

NO ☐

SÍ ☐

Prioridad ☐

Observaciones:

- 9** Evaluar el riesgo de posibles interacciones entre trabajadores, proveedores, clientes y visitantes en el lugar de trabajo y la contaminación del ambiente de trabajo, implementar medidas para hacer frente a los riesgos identificados.

¿Propone usted una acción?

NO ☐

SÍ ☐

Prioridad ☐

Observaciones:



IV. Organizar el trabajo

10 Promover el teletrabajo para trabajadores no esenciales para minimizar la propagación de COVID-19 en su lugar de trabajo.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

11 Si el teletrabajo no es factible, introducir turnos para evitar grandes concentraciones de trabajadores en las instalaciones.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

12 Los viajes deben evitarse si no son esenciales. Evaluar el riesgo de infección por COVID-19 cuando se planifique un viaje de negocios (para todas las fases del viaje y las asignaciones de trabajo).

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

13 Evitar las reuniones presenciales, dando preferencia a las llamadas telefónicas, el correo electrónico o las reuniones virtuales. Si necesita organizar reuniones presenciales, organice el espacio de reunión para permitir el distanciamiento físico.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

14 Capacitar a la gerencia, los trabajadores y sus representantes sobre las medidas adoptadas para prevenir el riesgo de exposición al virus y cómo actuar en caso de infección por COVID-19. Para los trabajadores de alto riesgo, dicha capacitación debería incluir el uso, mantenimiento y eliminación correctos del equipo de protección personal (EPP).

¿Propone usted una acción?

NO

☐

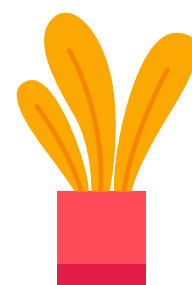
SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:



- 15** Ayudar a los repartidores, los camioneros y otros trabajadores del transporte a minimizar el contacto directo con los clientes y garantizar las prácticas de higiene personal, como el lavado de manos y el uso de desinfectantes de manos. Considere la posibilidad de proporcionar EPP si los trabajadores están en contacto directo con los clientes.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

- 16** Controlar el ingreso y organizar el trabajo de manera que permita una distancia física de al menos 2 metros de otras personas o a cualquier distancia que prescriba la autoridad competente.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

- 17** Proporcionar al personal, los clientes y los visitantes lugares amplios y de fácil acceso donde puedan lavarse las manos con agua y jabón o desinfectar sus manos, y promover una cultura de lavado de manos.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

- 18** Poner los dispensadores de desinfectantes de manos en lugares prominentes dentro del lugar de trabajo y asegurarse de que se rellenen regularmente.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

- 19** Promover una cultura de limpieza regular de escritorios y estaciones de trabajo, perillas de puertas, teléfonos, teclados y objetos de trabajo con desinfectante, y también desinfectar regularmente las áreas comunes, incluyendo los baños. Las superficies que se tocan con frecuencia deben limpiarse más a menudo. Dependiendo de las operaciones específicas, considere la posibilidad de contratar la limpieza y la desinstalación.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

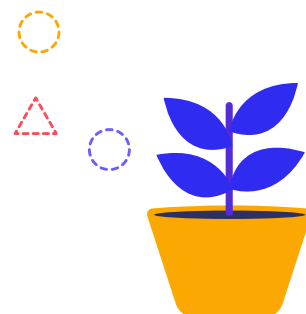
SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:



20 Mejorar la ventilación de escape y aumentar el suministro de aire de reposición limpio en salas y operaciones con alto riesgo de exposición al virus.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

21 Promover y comunicar una buena higiene respiratoria en el lugar de trabajo, como cubrir la boca y la nariz con un codo doblado o un pañuelo al toser o estornudar.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

22 Asegurar la distancia social en el lugar de trabajo y permanecer fuera de los “lugares de reunión” tanto como sea posible.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

23 Proporcionar mascarillas apropiadas y poner a disposición pañuelos de papel en los lugares de trabajo, para su uso por parte de quienes desarrollen una secreción nasal o tos, junto con contenedores cerrados para la eliminación higiénica de estos elementos.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

24 Disponer el aislamiento de cualquier persona que desarrolle los síntomas de COVID-19 en el lugar de trabajo, mientras se espera su traslado a un centro de salud apropiado. Arreglar la desinfección del lugar de trabajo y la vigilancia de la salud de las personas que tienen o han tenido un contacto estrecho con personas que han desarrollado síntomas.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

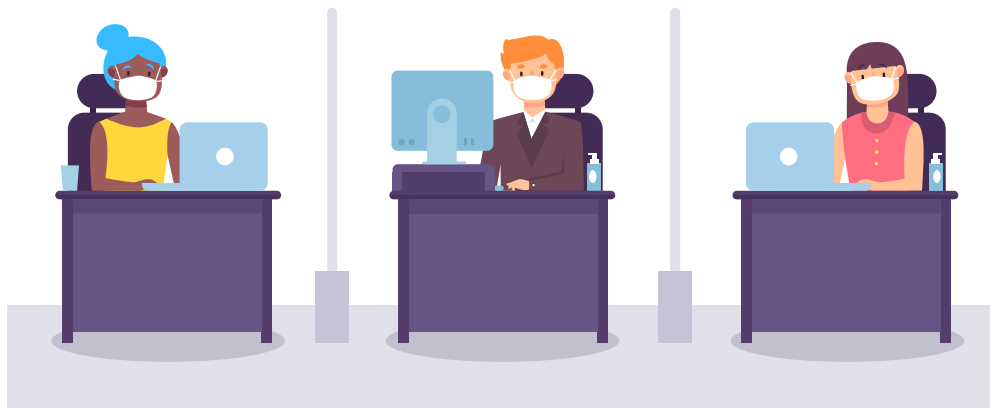
SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:



V. Proteger y apoyar a los trabajadores

25 De conformidad con las normas nacionales, ampliar el acceso a la licencia por enfermedad remunerada, a las prestaciones por enfermedad y a la licencia parental/de cuidados e informar a todos los trabajadores.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

26 Informar a los trabajadores sobre su derecho a alejarse de una situación de trabajo o a interrumpirla cuando ésta entraña un riesgo inminente y grave para su vida y su salud, de acuerdo a la legislación nacional. Establecer procedimientos e informar inmediatamente a su supervisor directo de la situación.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

27 Mantener una comunicación regular con los trabajadores y los representantes de los trabajadores, incluso a través de Internet o, cuando no sea posible, por teléfono.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

28 Ayudar a los trabajadores a gestionar cualquier riesgo psicosocial emergente o nuevas formas de organización del trabajo y a promover y mantener estilos de vida saludables, incluyendo dieta, descanso y sueño, ejercicio y contactos sociales con amigos y familiares.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

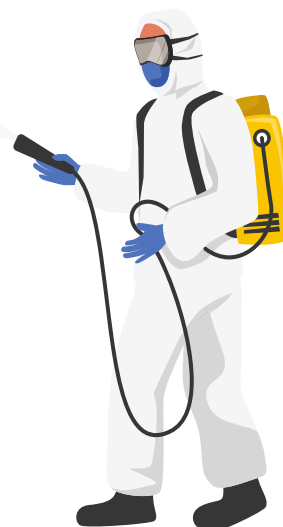
SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:



29 De acuerdo con la orientación de las autoridades locales, alentar a los trabajadores con presuntos síntomas de COVID-19 a no acudir al lugar de trabajo y a cumplir con otros aspectos de dicha orientación.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:

30 Aconsejar a los trabajadores que llamen a su proveedor de servicios de salud o al departamento de salud pública local cuando tengan una condición de salud seria (incluyendo problemas para respirar) y den información sobre sus síntomas y viajes recientes.

¿Propone usted una acción?

NO

☐

SÍ

☐

Prioridad

☐

Observaciones:



5. Lista de comprobación de acciones COVID-19 para las PYMES: Notas detalladas sobre los puntos de control

A continuación, se presentan notas detalladas sobre los puntos de control I a V (incluidas las medidas 1 a 30) de la Lista de Verificación de medidas para las PYMES de COVID-19.

- ▶ Recopilar y compartir información actualizada.
- ▶ Desarrollar un plan de preparación de la empresa.
- ▶ Conducir una evaluación de riesgos.
- ▶ Organizar el trabajo.
- ▶ Proteger y apoyar a los trabajadores.

PUNTO DE CONTROL I.

Recopilar y compartir información actualizada

1. Buscar información y apoyo

Consulte periódicamente a los servicios de salud ocupacional, a la autoridad local de salud pública o a otras personas que puedan haber elaborado materiales de información para promover la prevención en el lugar de trabajo de la exposición a los riesgos del virus y otros consejos técnicos.

Notas: Debe recopilarse y analizarse información específica y fiable sobre COVID-19. Puede incluir documentos y otras publicaciones de organizaciones y organismos nacionales e internacionales de seguridad y salud o de Ministerios de salud o trabajo, así como bibliografía científica revisada por colegas, etc.

Por ejemplo, es muy importante conocer el número de casos de COVID-19 en la zona donde se encuentra la empresa, ya que es útil para evaluar el riesgo de transmisión a la comunidad.

La fiabilidad de las fuentes de información es un punto muy relevante. A menudo, durante una epidemia, se produce una rápida difusión de información de todo tipo procedente de múltiples fuentes, incluidos rumores e información poco fiable, que puede crear pánico en la población general.

Debido a la naturaleza novedosa del virus y a los continuos avances en los conocimientos científicos, es esencial asegurar que la información obtenida se supervise y actualice con frecuencia mediante el intercambio en tiempo real de información, asesoramiento y opiniones entre los expertos o funcionarios de la salud.

2. Proporcionar información

Establecer un sistema en el lugar de trabajo para proporcionar a los trabajadores información actualizada y fiable sobre la situación emergente de COVID-19, con referencia a la información publicada por las autoridades sanitarias nacionales o locales.

Notas: La información debe proporcionarse a los trabajadores de manera amigable, que resulte sencilla de comprender para que todos puedan entenderla fácilmente. También se puede compartir con sus clientes, proveedores, empresas vecinas y otros socios comerciales.

PUNTO DE CONTROL II.

Desarrollar un plan de preparación de la empresa

3. Declaración de compromiso

Elaborar y publicar una declaración de compromiso y responsabilidades de la dirección para reducir el riesgo de exposición al virus y la transmisión de COVID-19 en el lugar de trabajo en consulta con los representantes de los trabajadores. Revisar la política SST de la organización e incluir riesgos biológicos.

Notas: El claro compromiso de la alta gerencia construye una base sólida para una cooperación efectiva entre los empleadores y sus trabajadores. Invite a los trabajadores a compartir sus ideas y puntos de vista sobre cómo proteger su salud y su lugar de trabajo de COVID-19 así como de futuras epidemias. Para esto, puede organizar reuniones periódicas que permitan este intercambio y recopilación de la información.

4. Plan de preparación y respuesta

Desarrollar un plan de preparación y respuesta para la prevención de COVID-19 en el lugar de trabajo, considerando todas las áreas de trabajo y tareas realizadas por los trabajadores y las posibles fuentes de exposición.

Notas: Como parte del sistema de gestión de la SST, las empresas deben tomar medidas para asegurar la prevención, preparación y respuesta ante emergencias en diferentes escenarios, incluidos brotes. Dichos arreglos deben ser adecuados a la naturaleza y tamaño de la empresa y establecerse con la cooperación de servicios de emergencia externos y autoridades competentes.

Los procedimientos de comunicación interna y externa deben estar bien definidos y claros, con información de contacto fácilmente disponible para los servicios locales de respuesta a emergencias. Los primeros auxilios, la asistencia médica, las medidas de prevención y protección contra incendios, las rutas y planes de evacuación, así como el personal responsable deben estar preparados y equipados.

Se deben realizar entrenamientos y simulacros periódicos para garantizar la preparación en todo momento. Es necesario desarrollar un plan específico de preparación y respuesta para la prevención de COVID-19 en el lugar de trabajo considerando los aspectos antes mencionados e integrado en las políticas empresariales de SST.

Los trabajadores deben participar en todos los pasos de su desarrollo, y sus comentarios deben ser alentados y tomados en consideración.

El plan debe proporcionar medidas prácticas para proteger a los trabajadores, incluida la atención médica, la promoción de la higiene personal y el cambio de la organización del trabajo (ver Puntos de control III y IV). Este es un esfuerzo conjunto que permite a todo el personal, trabajadores y empleadores (gerentes) sentirse orgullosos y comprometidos como sujetos activos en la búsqueda de un lugar de trabajo seguro y saludable en todo momento.

5. Plan de contingencia y continuidad de operaciones

Integre la seguridad y la salud en su plan de contingencia y continuidad de las actividades y considere otros requisitos relacionados con la mano de obra, entre los que se incluyen las operaciones que deben realizarse con una fuerza de trabajo reducida.

Notas: Un plan de continuidad de las actividades que se elabore con la plena participación de los trabajadores ayudará a identificar los riesgos que puedan afectar a una empresa u organización concreta en una crisis y a elaborar estrategias para reducir su impacto.

El plan debe abarcar medidas clave para mantener la empresa en funcionamiento bajo condiciones extraordinarias debido a la pandemia (teletrabajo, trabajo por turnos y otros arreglos laborales inusuales con una fuerza de trabajo reducida), incluso con respecto al suministro de materias primas, las existencias

de efectivo para emergencias, el flujo de efectivo de los bancos, los medios de transporte y la entrega de productos a los clientes.

El plan debe ser comunicado a todos los trabajadores, contratistas y proveedores.

6. Plan para casos confirmados o sospechosos

Desarrollar un plan sobre qué hacer si se identifica un caso confirmado o sospechoso de COVID-19 en el lugar de trabajo que incluya, entre otras cosas, la notificación, la supervisión y la desinfección de acuerdo con las directrices nacionales.

Notas: La vigilancia de la salud es una importante medida de prevención. Las empresas deben vigilar el estado de salud de los trabajadores, elaborar protocolos para los casos de sospecha y confirmación de COVID-19 y prever la protección de los datos médicos y privados, de conformidad con la legislación y la orientación nacionales.

Cuando se identifique a los trabajadores que han tenido contacto cercano con personas infectadas por el COVID-19, se les debe indicar que sigan las instrucciones del servicio médico o de su profesional de la salud y de las autoridades sanitarias.

Se deben definir protocolos para que los trabajadores que desarrollen síntomas o se confirme que tienen COVID-19 se queden en casa. Esos protocolos deberían comunicarse a todos los trabajadores, por ejemplo, mediante carteles, y deberían exponerse de forma destacada, incluso a la entrada de la empresa. Estos carteles también deben proporcionar información sobre las medidas de higiene (por ejemplo, el lavado de manos y el protocolo de higiene respiratoria, que se describen a continuación).

También deben activarse procedimientos administrativos para garantizar que los trabajadores reciban las prestaciones establecidas por la ley (véase el punto de control V, medida 25).



7. Monitoreo y evaluación

Establecer un mecanismo de vigilancia y evaluación de las estrategias y planes de prevención de COVID-19.

Notas: Las estrategias y los planes de prevención deben revisarse periódicamente para asegurar su idoneidad de seguimiento. El plan de preparación de la compañía debe ser adecuado para el propósito. Preparar un borrador del plan y desarrollarlo paso a paso, con información y requisitos actualizados y nuevas ideas.

Se requerirá una vigilancia continua de las condiciones de SST y evaluaciones de riesgos apropiadas para garantizar que las medidas de control se adapten a la situación cambiante del brote, a los procesos específicos en evolución, a las condiciones de trabajo y a las características de la fuerza de trabajo durante el pánico y después. Las empresas deben vigilar los servicios de salud ocupacional, las autoridades locales de salud pública y otros asociados para obtener información, materiales y asesoramiento técnico.

PUNTO DE CONTROL III.

Realizar una evaluación de los riesgos

8. Mapas de peligros

Mapear los peligros de todas las operaciones, cubriendo todos los trabajos.

Notas: Un peligro es todo aquello que tiene el potencial de causar daño a la seguridad y la salud de una persona. Para la evaluación del riesgo de COVID-19, el peligro es el virus responsable de COVID-19 y sus características, incluidas las pautas de transmisión y la persistencia del virus en diferentes superficies, los cuales deben considerarse a los efectos de la elaboración de mapas de peligros.

Camine por el lugar de trabajo y observe lo que podría causar razonablemente la exposición al virus a fin de identificar qué actividades y procesos laborales y qué partes del lugar de trabajo tienen el potencial de permitir la infección (contacto de persona a persona o contacto de persona a equipo posiblemente contaminado).

Aunque la identificación del peligro debe realizarse en circunstancias laborales normales, la pandemia plantea la necesidad de evaluar si el riesgo está cambiando en respuesta a las diferentes formas de trabajo. Por ejemplo, puede ser necesario mantener la producción con un número reducido de trabajadores. Operar con una fuerza de trabajo reducida puede aumentar la probabilidad de que se produzcan accidentes laborales debido a factores técnicos y humanos, como un menor control de la maquinaria, el estrés o la fatiga.

9. Evaluación de riesgos

Evaluar el riesgo de posibles interacciones entre trabajadores, contratistas, clientes y visitantes en el lugar de trabajo y la contaminación del entorno laboral, y aplicar medidas para hacer frente a los riesgos identificados.

Notas: A fin de adoptar las medidas adecuadas para proteger a los trabajadores de los riesgos laborales de la exposición al virus -en la medida en que sea razonablemente posible- los empleadores deberían llevar a cabo una evaluación de los riesgos. La evaluación de riesgos es un proceso para la seguridad y la salud derivados de los peligros en el trabajo.

Por lo general, el riesgo ocupacional es la combinación de la probabilidad de que ocurra un suceso peligroso y la gravedad de las lesiones o los daños a la salud de las personas causados por dicho suceso. Por lo tanto, se considerará la evaluación del riesgo de contagio en el trabajo:

- ▶ Probabilidad de estar expuesto al virus, teniendo en cuenta las características del virus, incluida su transmisión, como la transmisión de persona a persona a través de pequeñas gotas de la nariz o la boca o la transmisión a través de objetos y superficies contaminadas con gotas.
- ▶ La gravedad de los resultados sanitarios resultantes, teniendo en cuenta factores individuales, como la edad, las enfermedades subyacentes y las condiciones de salud, así como las medidas disponibles para controlar el impacto del virus.

La evaluación de los riesgos permite a los evaluadores determinar si se han tomado las precauciones adecuadas o si se deben adoptar más medidas para prevenir los daños a las personas en situación de riesgo, incluidos los trabajadores, los contratistas, los clientes y los visitantes. Los empleadores tienen la responsabilidad de revisar las evaluaciones siempre que se produzca un cambio en el proceso de trabajo y/o se introduzcan nuevos riesgos o se considere que las medidas de control de riesgos son insuficientes o inadecuadas.

Cómo evaluar los riesgos en el lugar de trabajo

Sigue estos cinco pasos:

Paso 1: Identificar los peligros.

Paso 2: Identificar quién puede ser perjudicado y cómo.

Paso 3: Evaluar el riesgo - identificar y decidir las medidas de control de los riesgos para la seguridad y la salud.

Paso 4: Registrar quién es responsable de implementar qué medidas de control de riesgos y el marco temporal.

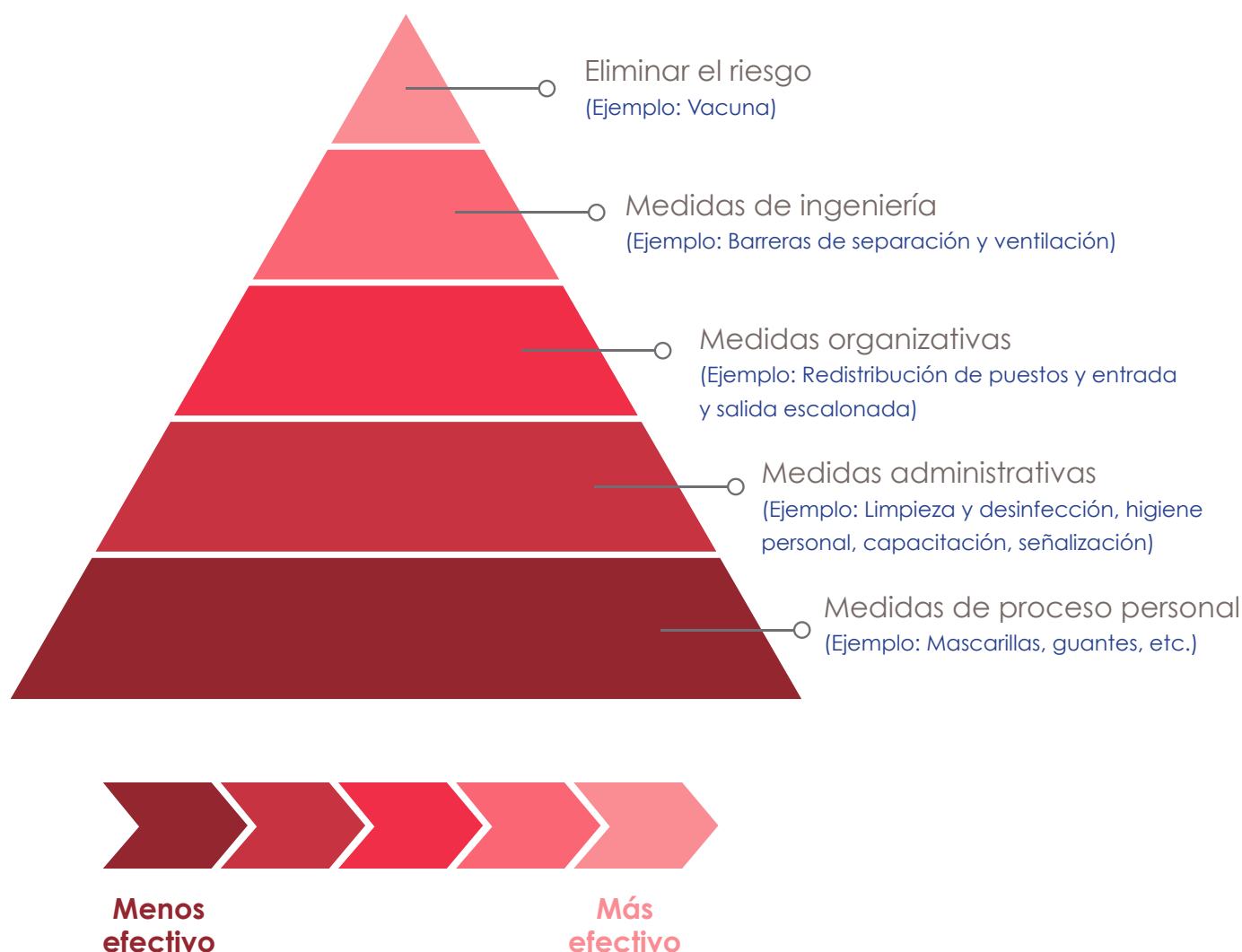
Paso 5: Registrar los hallazgos, supervisar y revisar la evaluación de riesgos y actualizarla cuando sea necesario.

Las medidas para prevenir y mitigar la presencia de COVID-19 en el lugar de trabajo deben aplicarse junto a disposiciones para hacer frente a otros riesgos para la seguridad y la salud en el trabajo. Se debe evitar la aplicación de medidas para prevenir la exposición al virus que generen nuevas fuentes de riesgo. Es importante que se evalúen ciertos factores, entre ellos, aunque no exclusivamente, la seguridad en los desplazamientos y la disponibilidad de personal y servicios de importancia crítica para la seguridad (mantenimiento, primeros auxilios, servicios de emergencia, etc.).

La colaboración con los trabajadores, los gerentes y el personal de SST es clave. Cuando se completan las evaluaciones de los riesgos, se prepara un plan de acción que indica las medidas de control de los riesgos que se aplicarán. Siguiendo la jerarquía de los controles, que establece el orden de prioridad de las medidas preventivas y de protección, esas medidas deben tener por objeto, en primer lugar, eliminar el riesgo y, si ello no es posible, reducirlo al mínimo. Serán preferibles las medidas colectivas que protejan a todos (como el teletrabajo, las pantallas, el distanciamiento social) y, si es necesario, se combinarán con medidas individuales como los EPP, que son la última línea de defensa.

La probabilidad de exposición al virus aumentará con el contacto con más personas. A su vez, la probabilidad de exposición disminuirá al evitar el contacto.

Toda evaluación de riesgos debe tener en cuenta la totalidad de la jornada laboral, así como los riesgos asociados a los desplazamientos al trabajo, el acceso a las zonas comunes (como las cafeterías y las instalaciones sanitarias) y las zonas del edificio por las que circulan los trabajadores.



Eliminación/Sustitución: Como no es posible eliminar o sustituir el riesgo laboral (virus) si el lugar de trabajo se reabre, se requiere una combinación de otras medidas preventivas para proteger a los trabajadores de la exposición al coronavirus.

Medidas de ingeniería: Estas incluyen mejorar la ventilación al aumentar las tasas de ventilación en el ambiente de trabajo; instalar "barreras físicas", tales como protectores de estornudos de plástico transparente; o instalar una ventana de servicio de ventanilla o acceso directo para servir al cliente.

Medidas administrativas y organizacionales: Estas incluyen cambios en las políticas o procedimientos de trabajo para reducir o minimizar la exposición a un peligro. Por ejemplo, la introducción de turnos adicionales; el distanciamiento físico; o las buenas prácticas de higiene y control de infecciones, dirigidas tanto a los trabajadores como al lugar de trabajo.

Medidas de protección personal: Equipo de Protección Personal (EPP): Si bien las medidas administrativas y de ingeniería se consideran más efectivas, el EPP también puede ser necesario para prevenir ciertos tipos de exposición, en particular para las ocupaciones más peligrosas.

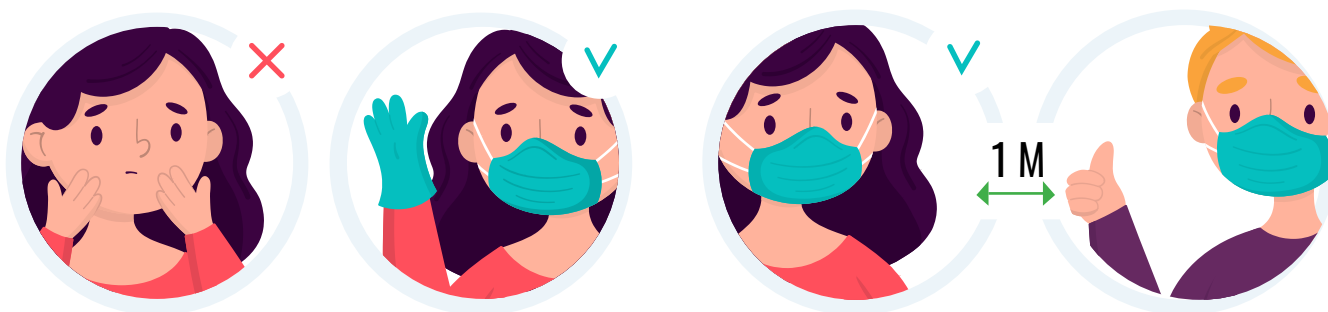
Es posible que el uso de la máscara pueda crear una falsa sensación de seguridad en el portador, lo que llevaría a una disminución de la práctica de medidas preventivas beneficiosas reconocidas, como el distanciamiento físico y la higiene de las manos.

Evaluación del riesgo en el lugar de trabajo:

Para realizar el **análisis y la evaluación del riesgo** dentro del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST) en la empresa, se lleva a cabo un ejercicio matricial de estimación de la probabilidad a consecuencia de los **peligros identificados**, en los cuales se contempla⁶:

► **Riesgo COVID-19**

El riesgo absoluto o inherente es el riesgo que no considera los controles.



⁶<https://www.nueva-iso-45001.com/2016/09/sg-sst-analisis-evaluacion-riesgos/>

► Matriz Análisis de Riesgo simplificada – COVID-19 – Riesgo Inherente

Id	Amenaza	Activo	Vulnerabilidades	Probabilidad de ocurrencia	Impacto	Riesgo
1CV19	COVID - 19	PERSONA	Tener más de 80 años	Media	Alto	Alto
2CV19			Tener mala salud o estado físico	Media	Medio	Medio
3CV19			Padecer enfermedades crónicas	Media	Alto	Alto
4CV19			Tener necesidades especiales (discapacidad)	Baja	Baja	Medio
5CV19			Tener malos hábitos (no lavarse las manos, estornudar sin taparse la boca)	Media	Medio	Medio
6CV19			No seguir las recomendaciones (usar mascarilla, guantes, respetar cuarentena)	Alta	Medio	Alto

► **Resultado del Análisis de Riesgo al COVID-19 – Riesgo Inherente**

PROBABILIDAD DE OCURRENCIA	Alta		6CV19	
	Media		2CV19 5CV19	1CV19
	Baja		4CV19	3CV19
		Bajo	Medio	Alto
IMPACTO				

► El riesgo residual es el riesgo resultante posterior a la aplicación de controles.

► Matriz Análisis de Riesgo simplificada – COVID-19 – Riesgo Residual

Id	Amenaza	Activo	Vulnerabilidades	Probabilidad de ocurrencia	Impacto	Riesgo
1CV19	Media	Alto	1. Seguir con rigor los consejos del médico de cabecera.	Baja	Medio	Medio
2CV19	Media	Medio	1. Ir al médico, tratar las enfermedades detectadas. 2. Hacer ejercicios. 3. Alimentarse de manera saludable.	Media	Bajo	Medio
3CV19	Media	Alto	1. Seguir las recomendaciones del médico tratante	Media	Medio	Medio
4CV19	Baja	Medio	1. Seguir las recomendaciones del médico tratante	Baja	Bajo	Bajo
5CV19	Media	Bajo	1. Lavarse las manos al tocar algún objeto extraño, sucio o antes de comer. 2. Al toser o estornudar taparse la boca con el antebrazo.	Baja	Bajo	Bajo
6CV19	Alta	Bajo	1. Respetar la cuarentena. 2. Seguir un estricto protocolo para salir en caso necesario, ponerse una muda de ropa y zapatos para salir, mascarilla y guantes. Al regreso a casa, sacarse la ropa zapatos, botar guantes y mascarilla.	Baja	Bajo	Bajo

► Resultado del Análisis de Riesgo al COVID-19 – Riesgo Residual⁷

PROBABILIDAD DE OCURRENCIA	Alta			
	Media		3CV19	
	Baja	2CV19 4CV19 5CV19 6CV19	1CV19	
		Bajo	Medio	Alto
IMPACTO				

⁷ <https://empresas.blogthinkbig.com/analisis-riesgo-aplicado-covid-19/>

PUNTO DE CONTROL IV.

Organizar el trabajo

10. Teletrabajo

Promover el teletrabajo⁸ para los trabajadores no esenciales para minimizar la transmisión de COVID-19 en su lugar de trabajo.

Notas: El teletrabajo debe aplicarse siempre que sea posible, ya que representa una buena medida preventiva, especialmente para los trabajadores de alto riesgo (trabajadores con enfermedades crónicas, trabajadores de edad). El proveedor de servicios de salud ocupacional competente o, cuando esté disponible, el médico de salud ocupacional, puede indicar qué trabajadores deberían tener prioridad si las opciones de teletrabajo son limitadas. Las necesidades familiares (como los trabajadores con hijos o que cuidan de ancianos u otros miembros de la familia de alto riesgo) también deberían considerarse como candidatos para el teletrabajo.

El teletrabajo es una opción emergente para los acuerdos de trabajo incluso en entornos no pandémicos. Los beneficios para los trabajadores incluyen una reducción del tiempo de desplazamiento, una mayor autonomía del tiempo de trabajo que conduce a una mayor flexibilidad en términos de organización del tiempo de trabajo, un mejor equilibrio general entre el trabajo y la vida privada y una mayor productividad. Las empresas se benefician de la mejora del equilibrio entre el trabajo y la vida privada, que puede dar lugar a una mayor motivación, una menor rotación de los trabajadores y una mayor productividad y eficiencia, así como a una reducción de la necesidad de espacio de oficina y los costos conexos.

Para ser eficaz, el teletrabajo debe basarse en el diálogo y la cooperación entre la dirección y los trabajadores. Esto es aún más importante cuando el teletrabajo se realiza a tiempo completo. Es esencial proporcionar a los teletrabajadores y a los administradores el acceso a los equipos y programas informáticos adecuados, al igual que apoyo técnico y capacitación. No menos importante es la necesidad de garantizar un entorno de trabajo seguro, lo que incluye proporcionar medidas de adaptación para las personas con discapacidades y hacer frente a la intimidación y la violencia doméstica.

Los posibles desafíos que plantea el teletrabajo (aislamiento, falta de interacción en persona con los compañeros de trabajo, los directivos y los clientes) deben considerarse adecuadamente.

⁸ El teletrabajo es la actividad que consiste en trabajar desde casa, mientras se comunica con la oficina por teléfono o correo electrónico o a través de Internet.

11. Trabajo por turnos

Si el teletrabajo no es factible, introducir turnos para evitar grandes concentraciones de trabajadores en las instalaciones.

Notas: Cuando la naturaleza del trabajo no permite el teletrabajo, los turnos son una posible medida para mantener los niveles de empleo y al mismo tiempo retener un número menor de trabajadores en el local. Esto también ayuda a mantener una distancia segura (física y social) en el lugar de trabajo.

El trabajo por turnos debe planificarse en función de las necesidades de las empresas, las obligaciones en materia de seguridad y salud y las necesidades y preferencias individuales de los trabajadores. Ofrecer a los trabajadores la posibilidad de elegir entre los turnos disponibles en función de sus necesidades y preferencias individuales, como su estado de salud, la situación doméstica (como las responsabilidades familiares) y las diferencias o preferencias individuales (por ejemplo, “persona de la mañana” frente a “persona de la tarde”).

12. Viaje

Los viajes deben evitarse, si no son esenciales. Evaluar el riesgo de infección por COVID-19 cuando se planifiquen viajes de negocios (para todas las fases del viaje y las asignaciones de trabajo).

Notas: Todos los viajes no esenciales deben ser pospuestos. El riesgo de infección por COVID-19 debe evaluarse en todas las fases de los viajes de negocios y las asignaciones de trabajo esenciales. La información necesaria incluye las restricciones de viaje y las recomendaciones emitidas por las autoridades nacionales o internacionales, la información más reciente sobre las zonas en que se propaga COVID-19 y los riesgos para la salud de los viajeros.

Asegúrese de que un profesional calificado informe a todas las personas que viajan sobre las medidas de prevención y, si corresponde, considere la posibilidad de emitir pequeñas botellas de desinfectante para manos a base de alcohol.

Es importante señalar que el transporte público / colectivo, particularmente si es utilizado por grandes sectores de la población, como el metro, los trenes y sus estaciones (especialmente aquellos que sirven a las grandes ciudades), puede presentar un alto riesgo de exposición al virus. Los medios de transporte alternativos (por ejemplo, caminar manteniendo la distancia física de los demás o usando su bicicleta o su automóvil) durante la pandemia pueden ser opciones adecuadas, aunque los dos primeros son preferibles ya que son respetuosos con el medio ambiente y permiten un ejercicio saludable.

13. Reuniones

Evitar las reuniones presenciales, dando preferencia a las llamadas telefónicas, el correo electrónico o las reuniones virtuales. Si necesita organizar reuniones presenciales, organice el espacio de reunión para permitir el distanciamiento físico.

Notas: Las reuniones deben evitarse siempre que sea posible y sustituirse por llamadas telefónicas, videoconferencias o intercambios de correo electrónico. Cuando no se puedan evitar las reuniones, se debe asegurar el distanciamiento físico.

14. Entrenamiento

Formar a la dirección, los trabajadores y sus representantes sobre las medidas adoptadas para prevenir el riesgo de exposición al virus y cómo actuar en caso de infección por COVID-19. En el caso de los trabajadores de alto riesgo, esa capacitación debe incluir el uso, mantenimiento y eliminación correctos de los EPP.

Notas: Los programas de capacitación deberían abarcar a todos los trabajadores de la empresa, estar a cargo de personas competentes y abarcar las medidas adoptadas para reducir al mínimo la transmisión del virus en el lugar de trabajo. Esto puede incluir la higiene del lugar de trabajo, el distanciamiento físico, los comportamientos saludables, los acuerdos laborales ajustados (como el teletrabajo y el escalonamiento de las horas de trabajo y los descansos), la identificación y el manejo de los presuntos casos de COVID-19 y, cuando sea necesario, el uso adecuado de los EPP.

15. Trabajadores del transporte

Ayudar a los repartidores, los camioneros y otros trabajadores del transporte a reducir al mínimo el contacto directo con los clientes y garantizar las prácticas de higiene personal, como el lavado de manos y el uso de desinfectantes para las manos. Considerar la posibilidad de proporcionar EPP si los trabajadores están en contacto directo con los clientes.

Establecer un procedimiento para la desinfección de las cabinas de los vehículos y las llantas de los mismos. Las llantas pueden ser desinfectadas mediante un pediluvio con hipoclorito al 0,5 %. Las cabinas pueden ser desinfectadas con soluciones de amonio cuaternario.

Notas: Los trabajadores del transporte, como los camioneros y los repartidores, deben recibir instrucciones para limitar su contacto con los clientes, deben garantizar la higiene personal (lavado de manos/uso de desinfectante para manos) y se les debe permitir el acceso a los baños, vestuarios y, si es necesario,

a las duchas, manteniendo la distancia física y la higiene adecuada. Si no se puede evitar el contacto directo con los clientes u otros trabajadores, el empleador debe proporcionarles EPP. Las operaciones de pago deben realizarse preferentemente por medios electrónicos (transferencia bancaria) o con tarjeta de crédito a través de métodos sin contacto siempre que sea posible.

16. Organización del lugar de trabajo

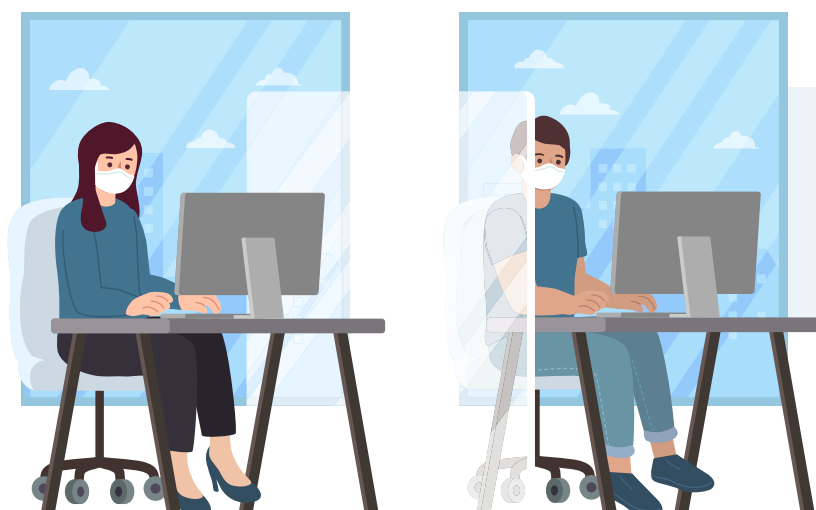
Organizar el trabajo de manera que permita una distancia física de al menos 2 metros de otras personas o cualquier distancia que prescriba la autoridad competente.

Notas: El lugar de trabajo debe introducir medidas para mantener una distancia mínima de 2 metros entre las personas y evitar el contacto físico directo. Los distintos países pueden adoptar una norma mínima de distancia diferente, por lo que es fundamental respetar la distancia física prescrita por las autoridades competentes. Como la ley exige una "norma mínima", los empleadores siempre pueden aumentar esta distancia si las instalaciones y el tipo de trabajo lo permiten.

Se sugiere que una distancia de 2 metros entre los trabajadores es adecuada, a menos que las orientaciones nacionales o los resultados de las evaluaciones de riesgos determinen otra cosa.

Cuando la distancia física de al menos 2 metros no se puede implementar en relación con una actividad particular, las acciones de mitigación alternativas pueden incluir actividades escalonadas, colocar a los trabajadores en el trabajo lado a lado o alejados el uno del otro en lugar de cara a cara; e instalar particiones / barreras en todos los puntos de interacción regular y limpiarlas regularmente.

Las particiones/barreras deben ser continuas (sin aberturas ni espacios), impermeables (para bloquear las gotas respiratorias) y transparentes en lugares frecuentados por el público. No deben aumentar el riesgo de caídas o tropiezos ni impedir o retrasar una pronta evacuación de la empresa en caso de emergencia (incendio, explosión, terremoto, etc.).



Las pantallas transparentes ayudan a evitar el contacto directo entre personas y a reducir los riesgos de infección.

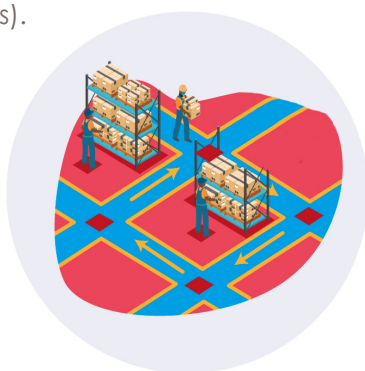
Es importante aplicar el uso de señalética vertical y horizontal para el tránsito de personas y materiales, manteniendo el distanciamiento, y promoviendo el uso unidireccional de los pasillos y escaleras. Las marcas en el suelo también son formas simples de marcar la distancia física requerida en el lugar de trabajo.

El comienzo y el final de los turnos pueden presentar un desafío para mantener la distancia física correcta, pero las medidas organizativas como la reducción del contacto entre las diferentes secciones de la empresa en esos momentos o la instauración de diferentes horarios de comienzo y final pueden ofrecer una solución.

Se recomienda desarrollar un *layout* de las instalaciones para:

- ▶ Identificar y registrar en el *layout* el recorrido de las personas.
- ▶ Identificar y registrar en el *layout* el recorrido de vehículos
- ▶ Identificar y registrar en el *layout* el recorrido de materias primas materiales, productos en proceso y productos terminados.
- ▶ Utilizando el *layout* y los diagramas de recorrido establecer los lugares de ingreso de personas vehículos y materiales que pueden ser vehículos de ingreso del virus y causar contagio por COVID-19 dentro de la empresa.
- ▶ Instalación en los ingresos identificados, de barreras sanitarias, que actúen como filtros para evitar la entrada de personas sintomáticas, materiales o vehículos probablemente infectados.
- ▶ Establecimiento de procedimientos para el ingreso controlado al lugar de trabajo de personas, evitando el ingreso de probables contagiados sintomáticos y contaminación en la vestimenta:
 - ▶ Control de temperatura: medir la temperatura evitando el ingreso de personas con fiebre, temperatura mayor o igual a 37.5 °C.
 - ▶ Instalación de Pediluvios: instalar un pediluvio con hipoclorito de sodio al 0,5 % para evitar que las personas ingresen contaminación en las suelas de sus zapatos.
 - ▶ Desinfección de manos: establecer una estación de desinfección de manos al ingreso (las personas con manos visiblemente limpias pueden optar por solo usar desinfectante).
 - ▶ Información de salud: establecer un procedimiento para el registro de novedades de salud para el trabajador al ingreso.
 - ▶ Cambio de ropa: establecer un procedimiento de cambio de ropa de calle a ropa de trabajo, evitando contaminar la ropa de trabajo y guardando la ropa de calle en una bolsa cerrada.
 - ▶ Establecimiento de procedimientos para el ingreso controlado al lugar de trabajo de materiales.

Desinfección de materiales: establecer un procedimiento para la desinfección de materiales a su ingreso de la empresa, (se puede utilizar termo nebulizadores con hipoclorito al 0,5 % para el tratamiento externo de los materiales).



17. Lavado de manos

Proporcionar al personal, los clientes y los visitantes lugares amplios y de fácil acceso donde puedan lavarse las manos con agua y jabón o desinfectarse las manos con desinfectantes, y promover una cultura del lavado de manos.

Lavarse las manos con agua y jabón usando el método es una forma simple y efectiva de reducir el riesgo de COVID-19.

Limpiar las palmas de las manos, los dedos, las muñecas y el dorso de ambas manos con jabón. **¡Lávese las manos regular y frecuentemente!**

Notas: Se debe garantizar la higiene personal de todas las personas que accedan al lugar de trabajo, no sólo del personal sino también de los trabajadores externos (como los camioneros), los clientes, los inspectores o los visitantes. Disponga instalaciones para el lavado de manos o alcohol en gel (60% de concentración) en la entrada y en todo el lugar de trabajo. Los puestos de lavado deben mantenerse limpios, contar con agua y jabón, estar provistos de materiales que permitan el secado, y de cubos para la eliminación de los mismos.

Establezca una práctica para la empresa en la que todos se laven las manos cuidadosamente. Exponga carteles con las instrucciones del método recomendado por la OMS⁹, que sean fácilmente visibles.



⁹https://www.who.int/gpsc/information_centre/gpsc_lavarse_manos_poster_es.pdf?ua=1

18. Desinfección

Ponga los dispensadores de desinfectantes de manos en lugares destacados del lugar de trabajo y asegúrese de que se rellenen regularmente.

Notas: Desinfectar regularmente y a fondo las manos con un desinfectante a base de alcohol cuando no se pueda usar agua y jabón. Aplique una cantidad del tamaño de una moneda en sus manos. No hay necesidad de usar una gran cantidad del producto. Evite tocarse los ojos, la boca y la nariz inmediatamente después de usar un desinfectante de manos a base de alcohol, ya que puede causar irritación. Los desinfectantes para manos recomendados para la protección contra COVID-19 son a base de alcohol y por lo tanto pueden ser inflamables. No los utilice antes de manipular el fuego o cocinar o de realizar actividades cerca de una llama abierta, ya que podrían provocar la ignición del desinfectante.

Lavarse las manos con agua y jabón o usar un desinfectante para manos a base de alcohol mata los virus que puedan estar en sus manos. Si las manos están visiblemente sucias, lávelas primero con agua y jabón. Si utiliza un desinfectante para manos a base de alcohol, asegúrese de utilizarlo y guardarlo.

19. Limpieza

Promover una cultura de limpieza regular de escritorios y estaciones de trabajo, perillas de puertas, teléfonos, teclados y objetos de trabajo con desinfectante, y también desinfectar regularmente las áreas comunes, incluyendo los baños. Las superficies que se tocan con frecuencia deben limpiarse más a menudo. Dependiendo de las operaciones específicas, considere la posibilidad de contratar servicios de limpieza y desinfección.

- Limpie y desinfecte los pisos, los grifos de agua tan frecuentemente como sea posible. Pueden ser fuentes de infección ya que mucha gente los usa todos los días. Entrene al personal de limpieza para protegerse.

Notas: Asegurar la limpieza y desinfección de los objetos y superficies que se tocan habitualmente, como escritorios y estaciones de trabajo, perillas de puertas, interruptores de luz, teléfonos, teclados y objetos de trabajo. Las superficies que se tocan con frecuencia, como las áreas comunes, las áreas de cocina y de preparación de alimentos, los baños, los inodoros y las superficies de trabajo, deben limpiarse y desinfectarse con mayor frecuencia.

Según las operaciones, la contratación de servicios de limpieza y desinfección o la asignación de personal adicional a esas tareas puede ser una opción. El personal de limpieza debe trabajar entre turnos para evitar el contacto con los demás. El resto del personal debe dejar los locales ordenados para evitar un trabajo de limpieza abrumador. El personal de limpieza puede correr un mayor riesgo de exposición al virus y a otros peligros (como los peligros químicos, físicos y ergonómicos), por lo que debe recibir una formación adecuada sobre las medidas preventivas. Los empleadores deben proporcionarles el equipo

de protección personal adecuado, incluyendo máscaras protectoras, guantes de goma (¡recuerde que el uso de guantes no sustituye la necesidad de una higiene de manos regular!), delantales, gorras y botas.

Necesitarán contenedores de basura forrados con bolsas de plástico que se puedan vaciar sin tocar su contenido. Los materiales de limpieza (paños, agentes limpiadores y desinfectantes) siempre deben estar disponibles.

Los vehículos de la empresa también deberán limpiarse regularmente (manijas de las puertas, interiores) y equiparse con productos de higiene y desinfección de manos, toallas de papel y bolsas de basura.

Si es posible, cada personal de limpieza debe usar y cuidar sus herramientas individuales, y éstas se limpiarán y desinfectarán regularmente (por ejemplo, manijas, superficies, interruptores de botón). El equipo de uso colectivo debe limpiarse y desinfectarse entre cada usuario.

20. Ventilación

Mejorar la ventilación de escape y aumentar el suministro de aire de reposición limpio en las salas y operaciones con alto riesgo de exposición al virus.

Abrir las ventanas para aumentar la ventilación. El flujo de aire fresco reduce el riesgo de exposición al virus.

Notas: El aumento de la ventilación por medio de la aireación natural o la ventilación artificial es una medida eficaz para eliminar el virus asociado a las gotitas muy finas (las que pueden flotar en el aire y recorrer mayores distancias). También mejora la higiene y la calidad del aire.

Abrir ventanas en lados opuestos de una habitación sería una medida factible.



21. Higiene respiratoria

Promover y comunicar una buena higiene respiratoria en el lugar de trabajo, como cubrir la boca y la nariz con un codo doblado o un pañuelo de papel al toser o estornudar.

Notas: La higiene respiratoria es parte de la higiene personal, consiste en cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable o, en su defecto, con el codo doblado al toser o estornudar. Esta simple medida limita en gran medida la dispersión de las gotas respiratorias en el medio ambiente y disminuye el riesgo de contaminar sus manos. Deseche el pañuelo inmediatamente después de su uso en el contenedor de basura cerrado más cercano y luego lávese, seque y desinfecte sus manos.

Establecer el uso obligatorio, dentro de las instalaciones, y en el transporte de los trabajadores de:

- ▶ Barbijos
- ▶ Protectores Faciales
- ▶ Gafas Protectoras



Si no hay pañuelos disponibles, estornudar o toser en el codo y no en la mano.

Esto puede ayudar a prevenir la propagación de las enfermedades respiratorias como la COVID-19.

22. Distanciamiento social

Asegurar la distancia social en el lugar de trabajo y mantenerse alejado de “sitios de congregación” lo más posible.

Notas: La densidad de personas en el edificio debe reducirse asegurando un espacio físico de al menos 2 metros para los lugares de trabajo y los espacios comunes, incluidas las despensas y las cocinas.

Las mesas y las sillas deben colocarse lo suficientemente separadas. Deben evitarse las colas, mientras que la distancia de seguridad puede marcarse fácilmente con cinta adhesiva en el suelo delante de los mostradores de comida, los puntos de recogida y eliminación de residuos y donde sea necesario. El tiempo de servicio puede prolongarse si es necesario.

Cuando se brinda el servicio de comidas, para evitar reunirse en cafeterías, cocinas o comedores, una opción posible es proporcionar alimentos en caja y agua embotellada. Se le indicará al personal que entre en la habitación uno por uno para recoger sus alimentos y bebidas.

Se pueden asignar diferentes franjas horarias para la recogida de alimentos a los distintos equipos de trabajo o departamentos. Una habitación grande, limpia y segura, posiblemente con dos puertas para asegurar un flujo unidireccional de tráfico peatonal, es ideal para este propósito.

Se deben colocar carteles en la entrada de los baños y vestuarios para permitir sólo un usuario a la vez. Alternativamente, deberían aplicarse medidas adecuadas para asegurar el distanciamiento físico (como separadores de salas, tabiques, etc.).

23. Máscaras y toallas de papel

Proporcionar máscaras de protección apropiadas y poner a disposición toallas de papel en los lugares de trabajos para uso por parte de las personas que desarrollan una secreción nasal o tos. También disponer contenedores cerrados para la eliminación higiénica de estos elementos.

Notas: Se deberían proporcionar mascarillas adecuadas para los trabajadores que presenten síntomas (como secreción nasal o tos), así como contenedores de desechos cerrados para su eliminación. Se deberían poner a su disposición pañuelos desechables.

24. Aislamiento en el lugar de trabajo

Disponer el aislamiento de cualquier persona que desarrolle los síntomas de COVID-19 en el lugar de trabajo, mientras se espera su traslado a un centro de salud apropiado. Organizar la desinfección del lugar de trabajo y la vigilancia de la salud de las personas que tengan un contacto cercano.

Notas: En caso de que una persona desarrolle síntomas en el lugar de trabajo, se deben hacer arreglos para su aislamiento inmediato en una habitación separada. El EPP debe ser entregado a ellos de una manera segura. Por ejemplo, puede ser colocado en la habitación donde el trabajador sintomático será aislado temporalmente antes de que acceda a él. Si eso es imposible, puede dejarse en la puerta de la sala de aislamiento, donde la persona sintomática puede recogerlos sin entrar en contacto con nadie. Los empleadores deben cumplir estrictamente las instrucciones de las autoridades sanitarias locales. Hay que recordar que, aunque la mayoría de los pacientes de COVID-19 muestran síntomas leves, los síntomas graves (como los problemas respiratorios) requieren una atención médica urgente en un centro de salud apropiado.

Las empresas deben desinfectar el entorno de trabajo de acuerdo con las instrucciones de las autoridades sanitarias locales. La colaboración de la empresa debe proporcionarse en caso de que sea necesario localizar a los compañeros de trabajo y a otras personas como posibles contactos de los trabajadores infectados.

Los trabajadores que han tenido COVID-19 volverán a trabajar después de cumplir con los requisitos de salud nacionales o locales. Se debe evitar cualquier tipo de discriminación, culpabilidad o estigma¹⁰ y establecer un procedimiento de investigación del primer círculo de contacto de los trabajadores identificados como positivos para COVID-19.

PUNTO DE CONTROL V.

Proteger y apoyar a los trabajadores

25. Licencia y beneficios

De conformidad con las normas nacionales, ampliar el acceso a la licencia de enfermedad remunerada, a las prestaciones por enfermedad y a la licencia parental/ de cuidados e informar a todos los trabajadores.

¹⁰ La OIT define el estigma en relación con la enfermedad como la exclusión, el rechazo o la devaluación por parte de otros contra los pacientes y sus familias sobre la base de creencias de inaceptabilidad social o inferioridad.

Notas: Cuando la legislación nacional no dice nada al respecto, es una buena práctica que los trabajadores que han contraído COVID-19 reciban licencia por enfermedad o beneficios por enfermedad siempre que estén incapacitados para trabajar, para compensar la suspensión de las ganancias que sufren como consecuencia. Todos los trabajadores tienen derecho a recibir información adecuada sobre los beneficios regulares o ampliados.

26. Información sobre el derecho de los trabajadores a alejarse de un peligro inminente y grave

Informar a los trabajadores que tienen derecho a retirarse de una situación laboral que plantea peligro inminente y grave para su vida o su salud, de conformidad con la legislación nacional y los procedimientos establecidos, y deben informar sin demora a su supervisor inmediato de la situación.

Notas: De conformidad con la legislación nacional, informar al personal de su derecho a retirarse de cualquier situación que tenga una justificación razonable para creer que presenta un peligro inminente y grave para su vida o su salud, así como de la necesidad de informar inmediatamente a su supervisor directo.

27. Comunicación con los trabajadores

Mantener una comunicación regular con los trabajadores y los representantes de los trabajadores, incluso a través de Internet o, cuando no sea posible, por teléfono.

Notas: Se debe mantener la comunicación con los trabajadores enfermos y sus familias, así como con los trabajadores que están temporalmente en teletrabajo, a fin de asegurar la necesaria asistencia de la empresa y proporcionar apoyo moral.



28. Riesgos psicosociales

Ayudar a los trabajadores a gestionar cualquier riesgo psicosocial emergente o nuevas formas de trabajo y a promover y mantener estilos de vida saludables, incluso con respecto a la dieta, el descanso y el sueño, el ejercicio y los contactos sociales con amigos y familiares.

Notas: Asegurarse de que las nuevas modalidades de trabajo (como el teletrabajo) funcionen correctamente y no generen o empeoren los riesgos psicosociales. Durante un brote como el de COVID-19, toda la población está sometida a un mayor estrés que puede tener graves efectos en la salud mental, especialmente en los casos en que se impone el aislamiento obligatorio en el hogar. Los sentimientos de incertidumbre pueden acumularse, junto con la ansiedad provocada por los nuevos acuerdos de trabajo. Esto aumenta la necesidad de fortalecer el contacto con las personas que trabajan desde el hogar y con los trabajadores enfermos.

Se deberán detallar procedimientos para el monitoreo del estado de salud de los trabajadores para saber si éstos necesitan apoyo técnico o psicosocial adicional.

Más que nunca, las empresas deben alentar y aconsejar a sus trabajadores a que adopten y mantengan un estilo de vida saludable, ya que una dieta equilibrada y un sueño adecuado influirán positivamente en la función inmunológica, mientras que el ejercicio tiene un efecto positivo en el estado de ánimo. El ejercicio debe promoverse especialmente entre los trabajadores confinados en casa.

29. Quedarse en casa

De acuerdo con la orientación de las autoridades locales, aliente a los trabajadores con presuntos síntomas de COVID-19 a no acudir al lugar de trabajo y a cumplir con otros aspectos de dicha orientación.

Notas: Los trabajadores que desarrollen síntomas de COVID-19 no deben acceder al lugar de trabajo. Deben quedarse en casa y seguir las instrucciones de las autoridades sanitarias. La mayoría de los países han establecido instrucciones para el público (como líneas telefónicas especiales con servicio las 24 horas del día por personal sanitario capacitado) para seguir en caso de tener síntomas consistentes con COVID-19.

Los servicios de salud ocupacional supervisan la vigilancia de la salud de los trabajadores en el lugar de trabajo y, por lo tanto, son responsables, entre otras funciones, de hacer un seguimiento de los casos confirmados y sospechosos; rastrear cualquier posible contagio e instruir a los trabajadores para que se pongan en cuarentena; y notificar a las autoridades de salud pública y seguridad social.

30. Asesorar a los trabajadores

Aconseje a los trabajadores que llamen a su proveedor de atención médica o al departamento de salud pública local cuando tengan un problema de salud grave, como problemas respiratorios, y que proporcionen detalles de los viajes y síntomas recientes.

Notas: Se debe llamar al médico (médico general) o a las autoridades locales de salud pública después de desarrollar síntomas que sugieran la presencia de COVID-19, especialmente si es muy importante que sean graves (como problemas respiratorios). La información pertinente (números de teléfono y otra información de contacto) debe estar disponible para todos los trabajadores y publicada en el lugar de trabajo.

La información sobre los viajes recientes (nacionales e internacionales) debe comunicarse a las autoridades sanitarias, ya que puede ser necesario rastrear, por ejemplo, sus contactos de viaje (pasajeros del mismo avión, tren o barco, asistentes a reuniones de negocios, personal de hoteles, etc.). En el caso de los viajes de negocios, se contactará con el empleador.



Quédate en casa si tienes los síntomas de COVID-19, y sigue la orientación de las autoridades locales de salud.

6. Plan de acción y seguimiento

El plan de acción y el seguimiento de las mejoras previstas pueden prepararse utilizando la plantilla del Anexo I.

Registre quién es responsable de implementar qué medidas de control y el plazo.

Cuando se deciden medidas de control de riesgos, los empleadores deben tomar medidas para aplicarlas. También deben asignar la responsabilidad dentro de la empresa para su aplicación en un plazo razonable y registrar la fecha en que se actuó y se activó.

Las medidas propuestas tienen tres responsabilidades distintas:

- ▶ ¿Quién es responsable dentro de la empresa de esa acción?
- ▶ ¿Para cuándo debe realizarse la acción?
- ▶ ¿En qué fecha se instaló o activó la medida de control de riesgos?

Esto significa que, para cada medida de control indicada en su Lista de Verificación de medidas, debe especificar la persona o personas responsables de aplicar la medida, junto con un plazo para su finalización. El plan de acción también debe actualizarse cuando la medida de control se haya instalado o activado con éxito.

Cuando se evalúan los riesgos, es común encontrar más problemas de los que se pueden solucionar a la vez. Por eso es importante priorizar y abordar primero los riesgos más graves. Esto ayuda a proteger a sus trabajadores y contribuye a la eficiencia y rentabilidad de sus medidas de control de riesgos.

Las evaluaciones de riesgos para las PYMES no tienen que ser documentos académicos, sino que la intención es siempre que el empleador de una empresa aplique las recomendaciones. Por lo tanto, el plan de acción debe ser tanto práctico como exhaustivo.

Seguimiento de la eficacia de las medidas de control

Los empleadores deben vigilar y comprobar la eficacia de las medidas propuestas y asegurarse de que se mantengan.

- ▶ ¿Funcionó la medida?
- ▶ ¿Se redujeron los riesgos y se protegió mejor a los trabajadores?
- ▶ ¿Quién vigilará y comprobará que las medidas de control siguen siendo eficaces?
- ▶ ¿Quién comprobará si se requieren medidas nuevas/adicionales?

Revisión y actualización de su lista de comprobación

La evaluación de riesgos no es una actividad que se realice una sola vez. Necesita ser revisada de vez en cuando, de acuerdo con el cambio de la situación de la pandemia, las nuevas pruebas, los nuevos requisitos y los cambios en los acuerdos de trabajo.

Mire su lista de acciones de nuevo. ¿Ha habido algún cambio? ¿Hay alguna mejora que aún necesite hacer? ¿Han detectado sus trabajadores algún problema? Asegúrese de que su evaluación de riesgos se mantenga actualizada. Si hay un cambio significativo, no espere. Revise su lista de acciones y, si es necesario, modifíquela.

Mensajes para llevar a casa

Hasta la fecha, sabemos que el virus COVID-19 se transmite entre personas a través de gotas. Las personas con mayor riesgo de infección son aquellas que están en contacto cercano con un paciente con COVID-19 (como el personal sanitario o las personas que viven en la misma casa). Las medidas preventivas y de mitigación son fundamentales.

Las medidas preventivas más eficaces de la comunidad / lugar de trabajo incluyen:

- ▶ Realizar frecuentemente la higiene de las manos con agua y jabón;
- ▶ Mejorar la limpieza y desinfección de los objetos y superficies que se tocan regularmente, incluyendo todas las habitaciones, superficies, pisos, baños y vestuarios compartidos;
- ▶ Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca;
- ▶ Practicar la higiene respiratoria tosiendo o estornudando en un codo doblado o en un pañuelo de papel y luego deshacerse inmediatamente del pañuelo;
- ▶ Llevar una mascarilla médica si tiene síntomas respiratorios y realizar la higiene de las manos después de desechar la mascarilla;
- ▶ Mantener la distancia física (un mínimo de 2 m.) de los demás.

Adaptado de: OMS: <https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-public-health-and-social-measures-en-el-lugar-de-trabajo-en-el-contexto-de-la-cobertura-19>

“La seguridad y la salud en el trabajo pueden salvar vidas” fue el tema del Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo 2020 de la OIT.

En la Declaración del Centenario de la OIT sobre el futuro del trabajo (2019) se afirma que *“las condiciones de trabajo seguras y saludables son fundamentales para el trabajo decente”*¹¹ y esta pandemia hace que la Declaración del Centenario sea aún más significativa. El mundo del trabajo, en el que las PYMES desempeñan un papel importante, puede ser, en efecto, clave en la prevención y mitigación de la pandemia de COVID-19.



¹¹ El texto de la Declaración del Centenario de la OIT sobre el futuro del trabajo, de 21 de junio de 2019, está disponible en: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed_norm/@relconf/documents/meetingdocument/wcms_711674.pdf

Anexo I.

Plan de acción y formulario de seguimiento de la Lista de Verificación de medidas ante el COVID-19 para las PYMES

1. Planificación de la acción

Departamento/Sección/Área operativa:

Cita: _____ Grupo: _____

Punto de control*

- I. Reunir y compartir información actualizada.
- II. Desarrollar un plan de preparación de la empresa.
- III. Realizar una evaluación de riesgos.
- IV. Organizar el trabajo.
- V. Proteger y apoyar a los trabajadores.

Ubicación

Descripción de la(s) mejora(s) prevista(s)

¿Qué mejoras son necesarias?

¿Por qué se requiere(n) la(s) mejora(s)?

Habilidades y técnicas necesarias para la aplicación:

* Se deben utilizar hojas separadas para las mejoras de las diferentes áreas técnicas

Apoyo necesario para la aplicación de la(s) mejora(s) (incluso de las autoridades de SST)

Duración necesaria para completar la(s) mejora(s): _____

Fecha aproximada de finalización

2. Seguimiento de actividades (información acerca de las mejoras realizadas)

Cita: _____ Grupo: _____

Departamento/Sección/Área operativa: _____

Título de la mejora realizada/en curso:

Puntos de control:

- I. Recopilar y compartir información actualizada.
- II. Elaborar un plan de preparación de la empresa.
- III. Realizar una evaluación de riesgos.
- IV. Organizar el trabajo.
- V. Proteger y apoyar a los trabajadores.

Fecha de aplicación de la mejora:

Revisión de las acciones completadas.

- ¿Se redujeron los riesgos y se protegió mejor a los trabajadores?
- ¿Siguen siendo eficaces las medidas de control?
- ¿Se requieren medidas nuevas/adicionales?

Nombre de la(s) persona(s) responsable(s):

Anexo II.

Plan de acción y formulario de seguimiento de la Lista de Verificación de medidas ante el COVID-19 para las PYMES

- ▶ Alemania, Ministerio Federal de Trabajo y Asuntos Sociales. 2020. SARS-CoV-2 Estándar de Seguridad y Salud Ocupacional. 16 de abril.
- ▶ OIT. 2013. **Paquete de capacitación sobre evaluación y gestión de riesgos en el lugar de trabajo para pequeñas y medianas empresas.**
- ▶ OIT. 2019. **Un estudio cualitativo sobre el estigma y la discriminación que experimentan los pueblos indígenas que viven con el VIH o tienen tuberculosis en el trabajo.**
- ▶ OIT. 2020. **Frente a una pandemia: Garantizar la seguridad y la salud en el trabajo.**
- ▶ OIT. 2020. **Observatorio de la OIT: El COVID-19 y el mundo del trabajo. 3a edición, 29 de abril.**
- ▶ OIT. 2020. **"Normas de la OIT y COVID-19 (Coronavirus). Disposiciones clave de las normas internacionales del trabajo pertinentes al brote evolutivo de COVID-19". Versión 1.2, 23 de marzo.**
- ▶ OIT. 2020. **"Perspectivas Mundiales de Empleo y Sociales": Tendencias 2020: Data Finder".**
- ▶ OIT 2009. **Cómo proteger a sus empleados y a sus negocios contra la Pandemia de Gripe Humana: Manual de acción para pequeñas y medianas empresas. Kawakami, Tsuyoshi.**
- ▶ Estados Unidos, CDC. **"Biblioteca de imágenes".**
- ▶ CDC. **"Implementar prácticas de seguridad para trabajadores de infraestructuras críticas que pueden haber estado expuestos a una persona con COVID-19 presunto o confirmado".**
- ▶ CDC. **"Síntomas del Coronavirus".**
- ▶ OMS. 2020. **"Enfermedad del Coronavirus 2019" (COVID-19): Informe de situación -95". 24 de abril.**
- ▶ OPS. 2020. **"Preparando su lugar de trabajo para COVID-19". 3 de marzo.**
- ▶ OMS. 2020. **"Vías de transmisión del virus de la COVID-19: repercusiones para las recomendaciones relativas a las precauciones en materia de prevención y control de las infecciones. Reseña científica". 29 de marzo.**
- ▶ OMS. 2020. **"Uso racional del equipo de protección personal frente a la COVID-19 y aspectos que considerar en situaciones de escasez graves. Guía provisional". 19 de marzo.**

Enlaces útiles

OIT

COVID-19 y el mundo del trabajo: <https://www.ilo.org/global/topics/coronavirus/lang--en/index.htm>

Un regreso seguro y saludable al trabajo durante la pandemia de COVID-19: https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_747910/lang--es/index.htm

Regreso seguro al trabajo: Diez puntos para la acción (disponible en inglés) https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_747910/lang--es/index.htm

OMS

Información sobre dónde se está propagando COVID-19: <https://www.who.int/emergencies/diseases/nov-el-coronavirus-2019/situation-reports/>

Asesoramiento y orientación sobre COVID-19: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

La Unión Europea

Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo: <https://osha.europa.eu/es/themes/covid-19-resources-workplace>

Centro Europeo para la Prevención y el Control de las Enfermedades: <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19-pandemia>

Estados Unidos

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (información también disponible en español y otros idiomas): <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>



Organización
Internacional
del Trabajo



**SAFETY
+ HEALTH
FOR ALL**