



Organización
Internacional
del Trabajo



► **PREVENCIÓN Y MITIGACIÓN DE LA COVID-19
EN EL TRABAJO:
LINEAMIENTOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN
DE MEDIDAS EN LAS EMPRESAS
*BOLIVIA***

Este documento es una adaptación de los Lineamientos de la OIT Colombia

Agradecimientos

El documento original ha sido redactado por Schneider Guataquí (VZF-OIT) e Italo Cardona, especialista en legislación y administración del trabajo de la Oficina de la OIT para Países Andinos. El diseño y edición estuvo a cargo de Nataly Arias y Laly Malagón, del área de comunicación institucional de la OIT. La revisión y adaptación de esta versión se realizó en el marco del Proyecto RBSA-BOL 112 de la Oficina de Proyectos de la OIT en Bolivia.

Índice

▶	Introducción	3
▶	Glosario	4
▶	¿Qué es un coronavirus?	5
▶	¿Qué es la COVID-19?	5
▶	¿Cómo se propaga la COVID-19?	5
▶	Medidas de prevención y control ante la COVID -19	6
▶	Jerarquía de control de riesgos	7
▶	1. Medidas técnicas de control	8
▶	1.1. Barreras y medidas de limitación del contacto	8
▶	1.2. Sistemas de ventilación	8
▶	2. Disposiciones administrativas de control	9
▶	2.1. Diagnóstico, Planificación y Determinación de prioridades	10
▶	2.2. Diseño de los lugares de trabajo:	11
▶	2.3. Condiciones de trabajo y salud	12
▶	2.4. Procedimientos, protocolos o disposiciones de desinfección de los lugares de trabajo	13
▶	2.5. Capacitación y concientización	14
▶	2.6. Inspecciones de los lugares de trabajo	15
▶	2.7. Plan de contingencia	16
▶	2.8. Teletrabajo	17
▶	2.9. Medidas de protección básicas	18
▶	3. Equipo de protección personal	19
▶	Referencias	20

Introducción

Los accidentes del trabajo y las enfermedades profesionales tienen grandes repercusiones en las personas y en sus familias, no sólo desde el punto de vista económico, sino también en lo que respecta a su bienestar físico y emocional a corto y a largo plazo. Además, pueden tener efectos importantes en las empresas, afectando a la productividad, provocando interrupciones en los procesos de producción, obstaculizando la competitividad y dañando la reputación de las empresas a lo largo de las cadenas de valor, con consecuencias para la economía y para la sociedad de manera más general (Organización Internacional del Trabajo, 2019).

La seguridad y la salud en el trabajo ha sido parte esencial de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) desde su creación y, a través de diferentes pronunciamientos, se ha resaltado que contar con entornos seguros y saludables es fundamental para construir trabajo decente y para contribuir con el objetivo de la justicia social (Conferencia General de la Organización Internacional del Trabajo, 2015).

En el marco de su Centenario, la OIT reconoció la necesidad de una coordinación entre las autoridades de salud y de trabajo de sus Estados miembros, con el objetivo de identificar los riesgos en materia de salud pública y cómo estas podían impactar el mundo del trabajo.

A menos de un año de emitido el informe, la COVID-19 está generando impactos en la salud pública y en las actividades productivas de los países, confirmando la necesidad de articular esfuerzos para construir una respuesta integral que permita enfrentar los efectos de la pandemia, así como, establecer medidas de prevención y control para mitigar los daños y proteger a los trabajadores y trabajadoras, especialmente en los sectores más vulnerables.

Con ese fin, la Oficina de la OIT para los Países Andinos ha elaborado el presente documento, en el cual se describen algunos lineamientos básicos que se deben tener en cuenta para la protección de los trabajadores frente a la COVID-19, a través de la adopción de medidas de prevención y control.

Glosario

- **Trabajadores:** abarca todas las personas empleadas, incluidos los empleados públicos.
- **Lugar de trabajo:** Abarca todos los sitios donde los trabajadores deben permanecer o adonde tienen que acudir por razón de su trabajo, y que se hallan bajo el control directo o indirecto del empleador.
- **Salud:** En relación con el trabajo, abarca no solamente la ausencia de afecciones o de enfermedad, sino también los elementos físicos y mentales que afectan la salud y están directamente relacionados con la seguridad e higiene en el trabajo” (Organización Internacional del Trabajo, 1981)
- **Peligro:** Es todo aquello que pueda causar un daño o perjuicio (por ejemplo, polvo, sustancias químicas, ruido, trabajo en altura, manipulación manual, maquinaria no protegida, jornadas de trabajo largas o impredecibles)
- **Riesgo:** Es la combinación de a) la probabilidad de que ocurra un suceso peligroso y b) la gravedad del daño que puede producirse, incluidas consecuencias que pueden manifestarse a largo plazo (Organización Internacional del Trabajo, 2018).
- **Evaluación de los riesgos:** Procedimiento de evaluación de los riesgos para la seguridad y la salud derivados de peligros existentes en el lugar de trabajo. (Organización Internacional del Trabajo, 2001)

¿Qué es un coronavirus?

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como las generadas por el coronavirus COVID-19. (Organización Mundial de la Salud, 2020)

¿Qué es la COVID-19?

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. (Organización Mundial de la Salud, 2020)

¿Cómo se propaga la COVID-19?

Una persona puede contraer la COVID-19 por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada tose o exhala. Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la COVID-19 si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. También pueden contagiarse si inhalan las gotículas que haya esparcido una persona con la COVID-19 al toser o exhalar. (Organización Mundial de la Salud, 2020)

Medidas de prevención y control ante la COVID -19

Con el propósito de evitar la propagación del virus, es necesario implementar al interior de los lugares de trabajo medidas de prevención y control, que pueden ser abordadas contemplando algunas de las categorías de la jerarquía del control y con la siguiente priorización: (Organización Internacional del Trabajo, 2001):

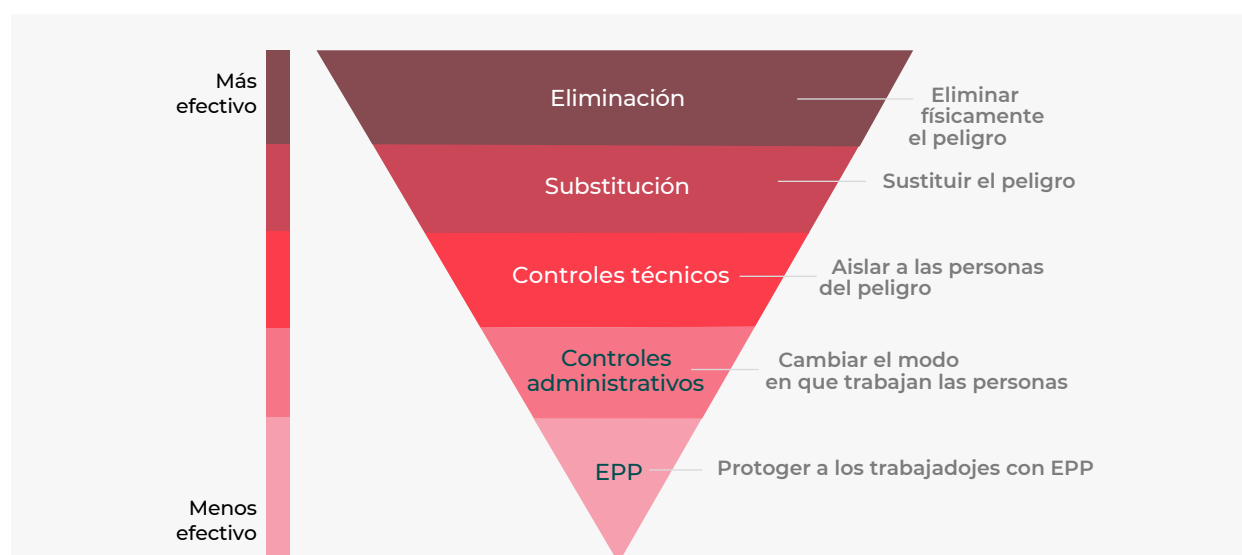
1. Control del peligro/riesgo en su origen, con la adopción de medidas técnicas de control.
2. Minimizar el peligro/riesgo, con el diseño de sistemas de trabajo seguro que comprendan disposiciones administrativas de control.
3. Equipo de protección personal, incluida la ropa de protección.

A continuación, se desarrolla el enfoque de cada una de las medidas y se brindan algunos ejemplos, para orientar las acciones que se deben tomar como resultado de la aplicación de la lista de comprobación para la prevención y mitigación de la COVID-19 elaborada por OIT.¹

¹https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms_741818.pdf

► Jerarquía de Control de Riesgos

Las **normas internacionales del trabajo** establecen unos principios y derechos básicos en el trabajo que deben guiar la implementación de esta herramienta. Entre ellos, la implementación de medidas preventivas según un **orden jerárquico** decreciente que antepone la adopción prioritaria de aquellas medidas que ofrecen una mayor efectividad frente al riesgo laboral. En primer lugar, se adoptarán, siempre que sea posible, medidas que eliminen el riesgo; en segundo lugar, se optará por medidas que reduzcan el riesgo a través de controles de ingeniería, organizativos y/o administrativos, como último recurso, se acudirá a los medios de protección personal. La jerarquía define el orden preferente en el que se deben considerar las medidas preventivas a adoptar según su grado de efectividad, aunque se pueden aplicar de forma simultánea diferentes combinaciones de los distintos niveles de control. (OIT Herramienta de 10 pasos para un retorno al trabajo seguro y saludable en tiempos de la COVID-19)



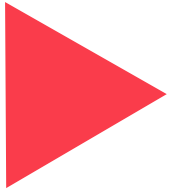
Eliminación/sustitución. Dado que todavía no es posible eliminar o sustituir el riesgo laboral (coronavirus), para la reapertura del lugar de trabajo es preciso prever una combinación de otras medidas de prevención dirigidas a proteger a los trabajadores de la exposición al virus.

Controles técnicos. Entre ellos figuran la mejora de la ventilación mediante el aumento de las tasas de ventilación en el entorno laboral; la instalación de barreras físicas, como protectores de plástico transparente contra estornudos, o la instalación de una ventanilla a la que pueda accederse sin bajarse del coche para el servicio de atención al cliente.

Controles administrativos y organizativos. Entre ellos figuran los cambios en la política o los procedimientos laborales para reducir o minimizar la exposición a un peligro, como la introducción de turnos adicionales, el distanciamiento físico o las buenas prácticas de higiene y control de las infecciones, aplicados tanto a los trabajadores como en el lugar de trabajo.

EPP. Si bien se considera que los controles técnicos y los controles administrativos son más eficaces, los EPP también pueden ser necesarios para prevenir ciertos tipos de exposición, en particular en las ocupaciones más peligrosas.

Fuente: OIT, "Prevención y mitigación de COVID-19 en el trabajo para Pequeñas y Medianas Empresas" Lista de comprobación y manual de comprobación (disponible en www.ilo.org/vzf).

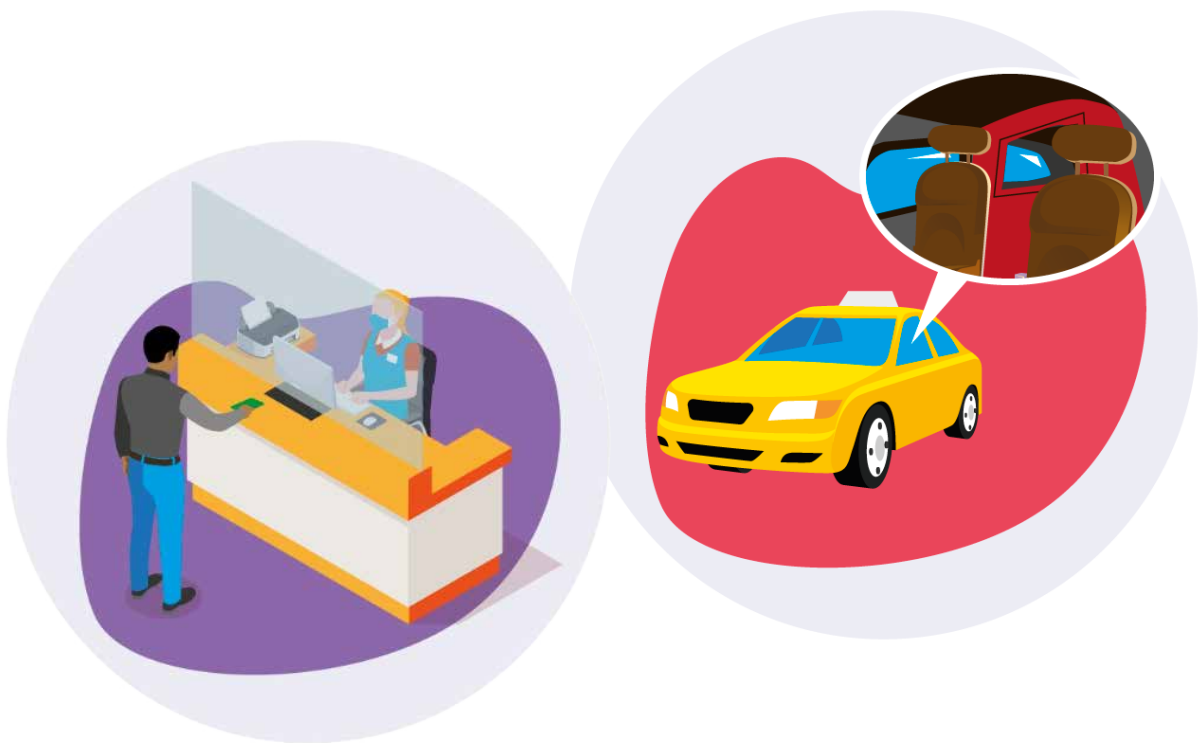


1

Medidas técnicas de control

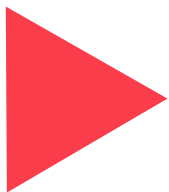
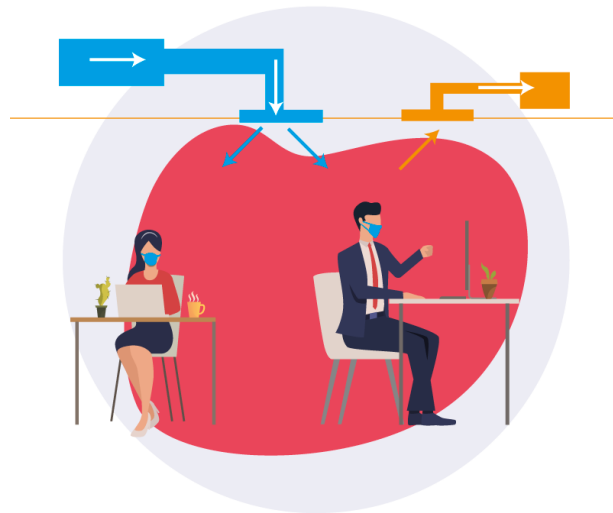
1.1 Barreras y medidas de limitación del contacto

En lugares de trabajo se debe buscar la posibilidad de implementar barreras o mecanismos que limiten el contacto entre trabajadores, visitantes y demás personas presentes en las instalaciones. Por ejemplo, los instalados en vehículos de transporte público o las ventanillas o lámparas que tradicionalmente existen en las oficinas bancarias.



1.2 Sistemas de ventilación

Los sistemas de ventilación de los lugares de trabajo si no cuentan con sistemas de filtración y procesos de limpieza y mantenimiento periódicos, pueden convertirse en una fuente de propagación de enfermedades transmitidas por el aire, si bien la OMS ha declarado “que el virus causante de la COVID-19 se transmite principalmente por contacto con gotículas respiratorias, más que por el aire” aun no es concluyente la evidencia y, por lo tanto, es necesario incorporar mecanismos de limpieza o filtración que contribuyan a crear un entorno que favorezca la prevención del contagio de cualquier enfermedad transmitida por el aire. (Lewis, 2020)



2

Disposiciones administrativas de control

2.1 Diagnóstico, planificación y determinación de prioridades

La prevención y mitigación de la COVID-19 en los lugares de trabajo requiere procesos eficaces de evaluación y gestión de riesgos y por lo tanto contar con una herramientas de gestión que permita identificar, planificar, implementar y priorizar las actividades para evitar la propagación del virus en los lugares de trabajo, es un paso esencial para proteger a los trabajadores

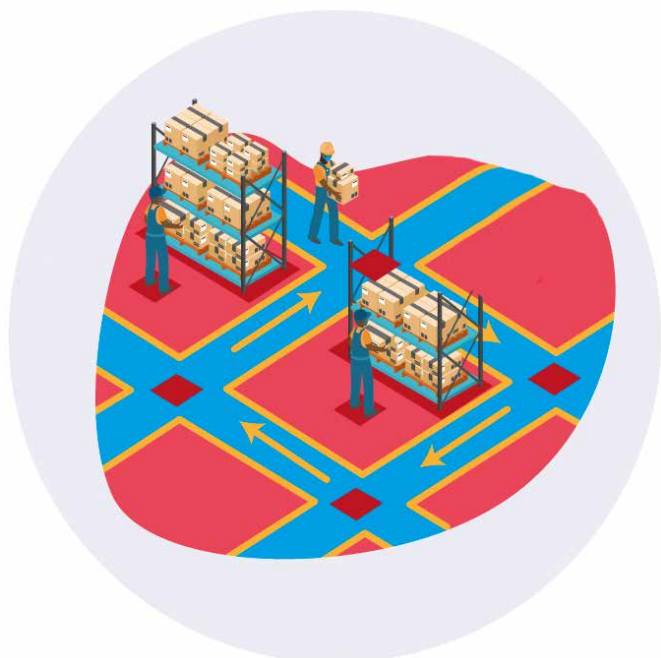
Es por ello, que la OIT diseñó la lista de comprobación para la prevención y mitigación de la COVID-19 que incluye las siguientes áreas técnicas:

- ▶ Política, planificación y organización
- ▶ Evaluación del riesgo, gestión y comunicación
- ▶ Prevención y medidas de mitigación
- ▶ Disposiciones para casos sospechosos o confirmados de la COVID-19

Además, esta herramienta cuenta con un formulario para establecer el plan de acción y de seguimiento.

2.2 Diseño de los lugares de trabajo:

Delimitar las rutas de circulación de los trabajadores, visitantes y demás personas que se movilicen dentro del lugar de trabajo, además de demarcar la distancia mínima que se debe tener con cada uno de los trabajadores, como se muestra a continuación:



Además, es importante realizar la distribución de los puestos de trabajo en el espacio físico de la empresa, de manera que se logre tener un distanciamiento de 1,5 metros entre cada uno. De ser necesario, se debe efectuar una nueva distribución de las áreas de trabajo, con el propósito de separar las que tienen mayor exposición o flujo de personas, limitando el contacto de las personas externas o clientes con los trabajadores que sean estrictamente necesarios.



2.3 Condiciones de trabajo y salud

Cada empresa debe contar con un instrumento para acopiar información sobre las condiciones laborales y de salud de la población trabajadora, es fundamental para conocer el contexto de la organización y realizar vigilancia a las condiciones de salud de cada trabajador o de sus familiares con los que convive. Esto permitirá identificar las incidencias que sucedan, establecer acciones de priorización, generar alertas tempranas y definir acciones de prevención o atención. A continuación, se mencionan algunas de las variables que se podrían contemplar en el instrumento:

Información general	Información laboral	Información de salud
Grado de escolaridad	Características generales del lugar de trabajo	Condiciones fisiológicas como el estado del sistema nervioso, músculo esquelético, circulatorio, respiratorio, entre otros
Lugar de residencia	Herramientas o equipos que se requieren para desarrollar la labor	Efectos psicosociales que se puedan estar generando por el nivel de estrés tales como depresión, ansiedad o cansancio.
Composición familiar	Determinar si las actividades se deben desarrollar en la empresa o es posible hacerlas desde casa.	Estilos y hábitos de vida como fumar, tomar bebidas alcohólicas.
Estrato sociodemográfico	Identificar el área o lugar de trabajo y ocupación o cargo	Enfermedades preexistentes que impliquen mayor riesgo ante la COVID-19
Edad	Horarios de trabajo	Sintomatología
Sexo	Número estimado de personas con las que tiene contacto en un día como parte de su trabajo	Restricciones como resultado de evaluaciones médicas ocupacionales

Con base en la información y para evitar la continua exposición de los trabajadores, se pueden definir turnos de trabajo para asistir a los lugares de trabajo u horarios flexibles, que contribuyan a evitar las aglomeraciones de personas o de compañeros de trabajo, así mismo, evitando la congestión del transporte público, para ello podrá identificar entre otros aspectos, los siguientes:



Nombre y cargo de la persona

Horario en el que se desarrollará la labor

Semana, día o fecha que realizará teletrabajo

Jefe inmediato

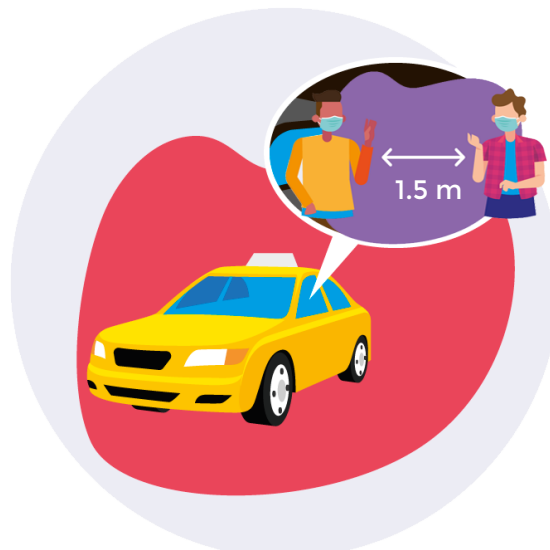
2.4 Procedimientos, protocolos o disposiciones de desinfección de los lugares de trabajo

Las empresas deberán contar con procedimientos, protocolos o disposiciones de desinfección, de sus instalaciones, sus implementos y lugares de trabajo. Por ejemplo, computadores, teléfonos, escritorios, pasillos, baños, equipos, puertas, entre otros y deberán:



- ▶ “Examinarse y, de ser necesario, modificarse periódicamente.
- ▶ Cumplir con la legislación nacional y reflejar las prácticas más adecuadas” (Organización Internacional del Trabajo, 2001)

En caso que, el empleador decida suministrar el vehículo de transporte para los trabajadores, es importante adoptar medidas de desinfección en el mismo y mantener el distanciamiento de 1.5 metros, entre los pasajeros.



2.5 Capacitación y concientización

Para llevar a cabo una correcta implementación de las medidas de prevención y control, es necesario capacitar a los trabajadores en cada una de ellas, generando una cultura de prevención y autocuidado en los lugares de trabajo, además de las competencias necesarias para poner en marcha las nuevas medidas y comportamientos para prevenir el contagio de la COVID-19.

Para ello, será esencial tomar como referencia los diferentes lineamientos emitidos por:

- ▶ La Organización Internacional del Trabajo
(<https://www.ilo.org/global/topics/coronavirus/lang--es/index.htm>)
- ▶ La Organización Mundial de la Salud
(<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>)
- ▶ Las leyes adoptadas por la Asamblea del Estado Plurinacional de Bolivia
- ▶ Los Decretos del Gobierno Nacional, de las gobernaciones Departamentales y Alcaldías
- ▶ Las circulares y reglamentos emitidos por entidades gubernamentales como Ministerios de Trabajo y Salud, así como las Secretarías Departamentales, Distritales o Municipales de Salud
- ▶ Los acuerdos que se logren entre empleadores y los representantes de los trabajadores

2.6 Inspecciones de los lugares de trabajo

Constatar que en los lugares de trabajo se estén implementando las medidas preventivas para la prevención y mitigación de la COVID-19, permitirá evidenciar si el empleador y los trabajadores se encuentran acatando adecuadamente las medidas de prevención y control, identificando entre otras:

- ▶ Condiciones o actos inseguros de los trabajadores.
- ▶ Uso y estado de los elementos de protección personal.
- ▶ Medidas sanitarias (lavado de manos, distanciamiento físico entre las personas, cuidado personal frente a no tocarse los ojos, la nariz y la boca, entre otros)

2.7 Plan de contingencia

Es necesario crear un plan de contingencia o de prevención y atención a emergencias, describiendo los pasos para abordar un caso sospechoso de la COVID-19. Para ello, podrá contemplar aspectos tales como:

- ▶ Mecanismos de comunicación interna, para el reporte a la persona responsable de SST
- ▶ Protocolo que incluya las acciones concretas a seguir con los trabajadores con síntomas o posible caso de la COVID-19.
- ▶ Establecer los mecanismos de comunicación externa, que incluya los medios para el reporte del evento y el acceso a los servicios de salud. (Por ejemplo, número de contacto e identificación de la red de atención más cercana)

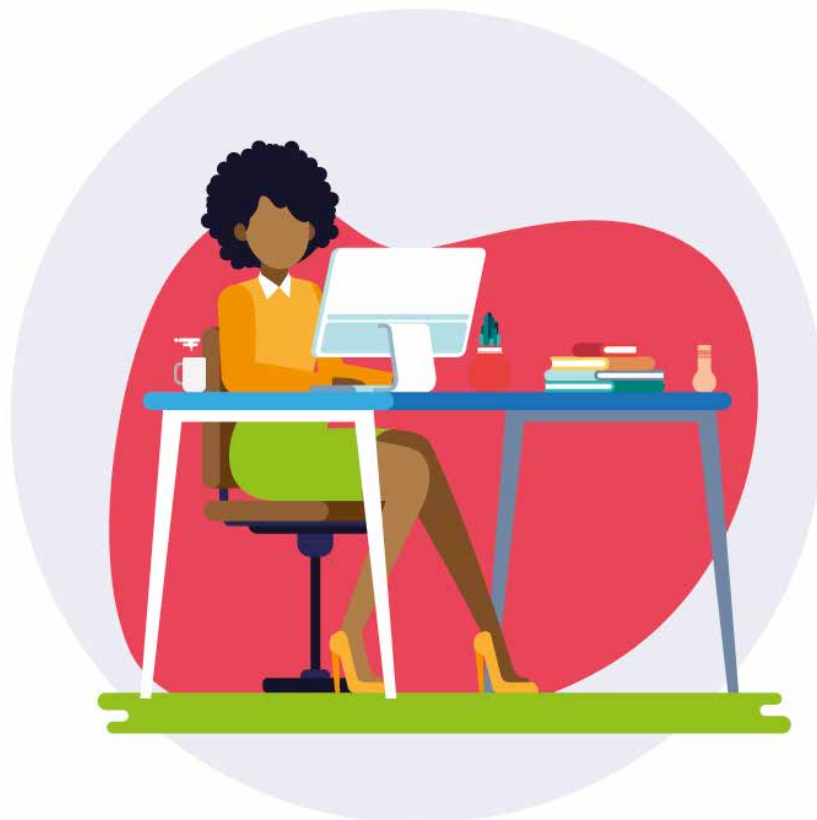
2.8 Teletrabajo

El teletrabajo y el trabajo mediante TIC o tecnologías móviles (T/TICM) y el ámbito laboral puede definirse como el uso de las TIC, a saber, teléfonos inteligentes, tablets, computadores portátiles y de escritorio, para trabajar fuera de las instalaciones de la empresa. (Organización Internacional del Trabajo, 2017).



El teletrabajo requiere adecuaciones tanto en los lugares de trabajo, como en la organización del mismo, por ello, es indispensable adoptar medidas para su desarrollo y para la prevención de peligros emergentes; algunas consideraciones que se podrían adoptar, son:

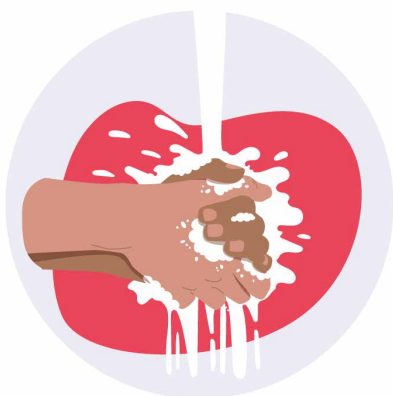
- ▶ Destinar un espacio para el desarrollo de las actividades laborales y que, dentro de lo posible, no interfiera con la dinámica familiar.
- ▶ Adecuar el lugar de trabajo procurando que cumpla con condiciones ergonómicas, de manera que se eviten lesiones osteomusculares.
- ▶ Establecer un horario de trabajo.
- ▶ Considerar tiempos de pausas saludables y alimentación.
- ▶ Establecer metas de trabajo diarias y semanales, de tal modo que se pueda organizar el trabajo y generar los resultados esperados.
- ▶ Asegurar que el trabajador cuenta con las herramientas tecnológicas suficientes y está entrenado en su uso.
- ▶ Verificar que la empresa cuenta con medidas para la protección de la información y seguridad informática.
- ▶ Hacer seguimiento permanente al cumplimiento de las actividades realizadas desde casa.



2.9 Medidas de protección básicas

1

Lávese las manos con frecuencia con un desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón.



2

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



3

De acuerdo a la normativa Boliviana, mantenga al menos 1,5 metros de distancia entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre.

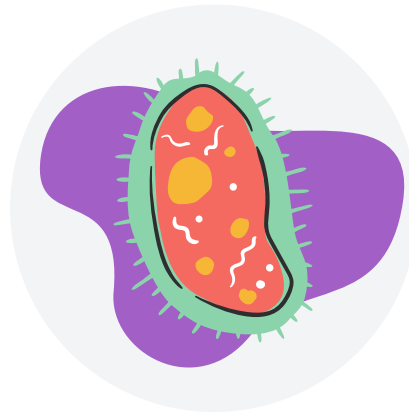


4

Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.



- 5** Manténgase informado sobre las últimas novedades en relación con la COVID-19.



- 6** Evite el contacto físico al saludarse.



- 7** Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque rápidamente asesoramiento médico y siga las medidas adoptadas por las autoridades. (OMS, 2019)



▶ 3 Equipo de protección personal - EPP

Cuando no pueda garantizarse por otros medios una protección adecuada contra riesgos de accidentes o daños para la salud, incluidos aquellos derivados de la exposición a condiciones adversas, el empleador debería proporcionar y mantener, sin costo para los trabajadores, las ropas y equipos de protección personal adecuados a los tipos de trabajo y a los posibles riesgos y deberá realizarse, contemplando lo siguiente: (Organización Internacional del Trabajo, 1995)

- ▶ Ajustarse a las normas establecidas por la autoridad competente.
- ▶ Proporcionar los medios adecuados para posibilitar el uso de equipos de protección personal y asegurar la correcta utilización de éstos.
- ▶ Garantizar los cambios del equipo de protección cuando sea necesario por destrucción del mismo o porque es requerido para prevenir el contagio de COVID-19
- ▶ Disponer su adecuado almacenamiento, mantenimiento, limpieza y, si fuera necesario por razones sanitarias, su desinfección o esterilización a intervalos apropiados.
- ▶ Los trabajadores deberían tener la obligación de utilizar y cuidar de manera adecuada la ropa y el equipo de protección personal que se les suministre.
- ▶ Los EPP son de estricto uso personal, no se deberán compartirse o prestarse.

Finalmente es importante recordar que, para mayor efectividad, se pueden implementar paralelamente las diferentes medidas de prevención y control descritas. Como se muestra en el siguiente ejemplo:



Referencias

- ▶ **Lewis, D.** (02 de 04 de 2020). Nature. Obtenido de www.nature.com: <https://www.nature.com/articles/d41586-020-00974-w>
- ▶ **Organización Internacional del Trabajo.** (1981). Convenio sobre seguridad y salud de los trabajadores (núm. 155). Obtenido de www.ilo.org: https://www.ilo.org/dyn/normlex/es/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_ILO_CODE:C155
- ▶ **Organización Internacional del Trabajo.** (1995). Obtenido de www.oitcinterfor.org: https://www.oitcinterfor.org/sites/default/files/edit/docref/9_indumen_prot_mt.pdf
- ▶ **Organización Internacional del Trabajo.** (2001). Obtenido de www.ilo.org: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/hornormativeinstrument/wcms_112582.pdf
- ▶ **Organización Internacional del Trabajo.** (15 de Febrero de 2017). Trabajar en cualquier momento y en cualquier lugar: consecuencias en el ámbito laboral. Obtenido de <https://www.ilo.org>: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_544226.pdf
- ▶ **Organización Internacional del Trabajo.** (2019). Seguridad y salud en el centro del futuro del trabajo. Ginebra.
- ▶ **Organización Mundial de la Salud.** (2020). Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19). Obtenido de www.who.int: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>