

PROTOCOLO DE PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN FRENTE AL COVID-19

EVALUACIÓN DE RIESGOS

EMPRESA: **LIMPIEZAS CANDOR, S.L.**

Actividad: **Limpieza**

CONTROL DE CAMBIOS					
Rev.	Fecha	Motivo revisión	Elaborado	Revisado	Aprobado
01	18/11/2020	Actualización normativa	Bárbara Azevedo -Técnico Superior de Prevención-	Resp. Empresa	Dirección
02	12/11/2021	Actualización normativa	Bárbara Azevedo -Técnico Superior de Prevención-	Resp. Empresa	Dirección



ÍNDICE

1. OBJETO	3
2. INFORMACIÓN SOBRE CORONAVIRUS.....	3
VACUNACIÓN	5
3. JUSTIFICACIÓN.....	6
4. MEDIDAS PREVENTIVAS.....	6
5. MEDIDAS RELATIVAS A LA HIGIENE EN LOS CENTROS DE TRABAJO Y REFUERZO DE ZONAS SENSIBLES.....	9
6. REFERENCIA NORMATIVA APLICABLE Y FUENTES CONSULTADAS	10
7. ANEXOS.....	11
8. PLANIFICACIÓN PREVENTIVA	15



1. OBJETO

Tal y como expone el Real Decreto 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo, se elabora el presente protocolo con el fin de establecer cuantas medidas sean necesarias para asegurar la salud de todos los trabajadores de la empresa LIMPIEZAS CANDOR, S.L.

Ante la actual situación con la aparición del nuevo virus del tipo coronavirus denominado SARS-CoV-2, la presente instrucción pretende actualizar la información y las medidas preventivas de transmisión por vía respiratoria y contacto de dicho agente biológico, y aclarar las cuestiones que se plantean para garantizar de manera específica la protección frente al mismo.

Este protocolo está en revisión permanente en función de la evolución y nueva información que se disponga de la infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2) y los procedimientos que establezcan las Autoridades Sanitarias competentes.

2. INFORMACIÓN SOBRE CORONAVIRUS

¿Qué es el coronavirus SARS-CoV-2?

Los coronavirus son una amplia familia de virus que pueden causar infección en los seres humanos y en una variedad de animales, incluyendo aves y mamíferos como gatos y murciélagos. Se trata de una enfermedad zoonótica, lo que significa que en ocasiones pueden transmitirse de los animales a las personas. El nuevo coronavirus SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus, que afecta a los humanos y se transmite de persona a persona. Aún hay muchas cuestiones que se desconocen en relación al virus y a la enfermedad que produce: COVID-19. Según se avanza en el conocimiento, se van actualizando las recomendaciones

¿Cuáles son los síntomas de la COVID-19?

Los síntomas más comunes incluyen fiebre, tos y sensación de falta de aire. En algunos casos también puede haber disminución del olfato y del gusto, escalofríos, dolor de garganta, dolores musculares, dolor de cabeza, debilidad general, diarrea o vómitos. La mayoría de los casos son leves. Existen también casos que no presentan síntomas (asintomáticos). En los casos más graves, la infección puede causar neumonía, dificultad importante para respirar, fallo renal e incluso la muerte. Los casos más graves generalmente ocurren en personas de edad avanzada o que padecen alguna enfermedad crónica, como enfermedades del corazón, del pulmón o inmunodeficiencias, pero también pueden ocurrir en algunas personas de edad más joven. En algunos casos, los síntomas y secuelas pueden prolongarse en el tiempo bastantes semanas o incluso meses.



¿Cuáles son los grupos vulnerables?

Los principales grupos vulnerables son los mayores de 60 años, y aquellas personas diagnosticadas de hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeficiencias, y embarazadas por el principio de precaución. También se consideran más vulnerables las personas que viven o trabajan en instituciones cerradas, con especial atención a las personas mayores que viven en residencias. Otras personas, como las que fuman o las que tiene obesidad, también parecen tener mayor riesgo de tener una enfermedad grave.

¿Cómo se transmite el coronavirus SARS-CoV-2?

El SARS-CoV-2 se transmite a través del contacto de la mucosa de las vías respiratorias o las conjuntivas de la persona susceptible con las secreciones respiratorias de la persona que presente una infección activa. Las personas emiten aerosoles en cantidad creciente al respirar, hablar, exhalar, cantar, toser, estornudar o hacer ejercicio intenso. Las partículas de menor tamaño pueden permanecer suspendidas en el aire durante segundos u horas y alcanzar el tracto respiratorio de personas situadas a distancia del emisor (a más de 2 metros) o incluso en ausencia de él, si aún persisten suspendidas en el aire.

No obstante, la evidencia muestra que hay una mayor transmisión en las distancias cortas, por lo que sigue siendo relevante el mantenimiento de la distancia interpersonal.

También se considera posible la transmisión por contacto directo o indirecto a través de las manos o fómites que contengan dichas secreciones con la mucosa de la vía respiratoria o la conjuntiva de la persona susceptible. Tanto las personas con síntomas como sin síntomas pueden transmitir el virus si se encuentran en un periodo con infección activa

¿Existe algún tratamiento para la COVID-19?

No existe un tratamiento específico, pero en los casos indicados se están empleando algunos antivirales y otros medicamentos que han demostrado cierta eficacia según algunos estudios. Sí existen muchas opciones terapéuticas para el control de sus síntomas, por lo que la asistencia sanitaria mejora el pronóstico.

¿Qué debo hacer para protegerme a mí y los demás?

- Realizar una higiene de manos frecuente (lavado con agua y jabón o soluciones alcohólicas)
- Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado.
- Usar pañuelos desechables, tirarlos tras su uso y lavarse las manos inmediatamente después.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión.
- Mantener una distancia física interpersonal de al menos 1,5 metros de otras personas.
- Tener precaución con las superficies que más se tocan y limpiarlas con regularidad.
- Priorizar el uso de espacios al aire libre.
- Ventilar de forma frecuente los espacios cerrados.

¿Qué tengo que hacer si tengo síntomas?

Las personas que presenten fiebre o tos, deberán quedarse en su domicilio, aislarse en una habitación y contactar con los servicios de salud telefónicamente llamando a su centro de salud o al 900 100 971. Informe también a su empresa. Si se tiene sensación de falta de aire, dolor torácico, empeoramiento o sensación de gravedad por cualquier otro síntoma, llamar al 061.



Las personas que han sido vacunadas y presenten sintomatología compatible con infección por SARS-CoV-2 serán también consideradas caso sospechoso

¿QUÉ HAGO SI CONOZCO A ALGUIEN DIAGNOSTICADO DE COVID-19?

Si has tenido contacto estrecho con una persona diagnosticada de COVID-19, los servicios de salud se pondrán en contacto contigo. Se considera contacto estrecho a quien ha estado en contacto con una persona diagnosticada de COVID-19, desde 48 horas antes del inicio de síntomas o de la realización de la prueba diagnóstica si la persona es asintomática.

Se considera que el contacto ha sido estrecho cuando se ha proporcionado cuidados sin las medidas de protección adecuadas o se ha estado en el mismo lugar que la persona enferma a menos de 2 metros y durante un tiempo total acumulado de más de 15 minutos en 24 horas, sin las medidas de protección adecuadas. Se debe realizar cuarentena domiciliaria durante 10 días desde el último contacto.

La cuarentena domiciliaria consiste en quedarse en el domicilio, preferentemente en una habitación, durante 10 días desde el último contacto y no salir de casa salvo que sea imprescindible (por ej. para la asistencia sanitaria). Durante la cuarentena, y de forma adicional durante 4 días más, se debe vigilar la aparición de síntomas. Hay que extremar las medidas de prevención, restringir al máximo las salidas de la habitación y evitar el contacto con los convivientes. Si se sale de la habitación, se debe usar mascarilla quirúrgica.

Contactos vacunados: las personas que han recibido una pauta de vacunación completa y sean consideradas como contacto estrecho estarán exentas de la cuarentena. Se les hará seguimiento con PCR preferiblemente.

VACUNACIÓN

La evidencia actual indica que las diferentes vacunas disponibles contra la COVID-19 son eficaces para reducir la infección sintomática y asintomática, la enfermedad leve, moderada y grave, y la mortalidad. Sin embargo, se sabe que la inmunidad generada por las mismas no impide de forma completa la replicación del virus en la mucosa de las vías respiratorias superiores del sujeto vacunado y la eficacia de las vacunas no llega al 100%. Además, la respuesta inmune es menor en diversos grupos poblacionales (personas de mayor edad, inmunodeprimidos...) y puede verse afectada por la circulación de nuevas variantes. Por estos motivos es necesario que las personas vacunadas sigan manteniendo las medidas de prevención y protección indicadas por las autoridades sanitarias.



3. JUSTIFICACIÓN

LIMPIEZAS CANDOR, S.L. garantizará de manera específica la protección de los trabajadores y trabajadoras frente a la exposición al riesgo biológico informando a todo el personal sobre el riesgo de la exposición al nuevo coronavirus SARS-CoV-2 y las medidas higiénicas personales a tener en cuenta en todos los ámbitos del trabajo frente a cualquier escenario de exposición. Este protocolo entrará en funcionamiento en el momento de la difusión del mismo.

4. MEDIDAS PREVENTIVAS

INCORPORACIÓN DE PERSONAL

- Informar e formar a todo el personal del procedimiento de trabajo para el control del riesgo de contagio por COVID-19.

DISTANCIA DE SEGURIDAD INTERPERSONAL Y USO OBLIGATORIO DE MASCARILLA

- Será obligatorio cumplir en todo momento la medida de mantenimiento de la distancia de seguridad interpersonal de como mínimo metro y medio entre personas no convivientes. El mantenimiento de la distancia de seguridad no exceptúa de la obligación de adoptar medidas alternativas de protección física con uso de mascarilla adecuada, en su caso, y etiqueta respiratoria.
- Las personas de más de seis años deberán llevar mascarilla en todo momento, tanto en la vía pública o en espacios al aire libre — salvo que en estos casos puedan mantener una distancia interpersonal con otros no convivientes de 1,5 metros, si bien se recomienda a la ciudadanía llevarla puesta en estos lugares en todo momento— como en espacios cerrados de uso público o zonas de atención al público de edificios, tanto de titularidad pública como privada, cuando pueda concurrirse en el mismo espacio con otras personas no convivientes
- Además, será obligatorio el uso adecuado de mascarilla, es decir, cubriendo desde parte del tabique nasal hasta la barbilla incluida.
- El uso de mascarilla será obligatorio en los centros de trabajo (oficinas, comunidades de propietarios, etc), tanto de titularidad pública como privada, siempre y cuando se concurra con otras personas en el mismo espacio, salvo en los espacios abiertos al aire libre, en los que se garantizará la distancia interpersonal de metro y medio, solo cuando la actividad suponga un esfuerzo físico intenso o moderado. En cualquier caso, será obligatoria su utilización cuando se circule por los espacios comunes.



EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

- Entrega a todo el personal de equipos de protección individual (EPIs):
 - o Mascarilla autofiltrante FFP2 UNE-EN 149, Mascarillas quirúrgicas (que cumplan la normativa UNE-EN 14683: 2019), o mascarillas higiénicas (no reutilizables, fabricadas según UNE 0064-1 y con uso limitado a 4 horas, o reutilizables, fabricadas según UNE 0065, y que deben ser lavadas a 60°C tras periodo de uso similar).
 - o Los guantes de protección deben cumplir con la norma EN- ISO 374.5:2016. Se recomiendan que sean de vinilo o nitrilo. Se puede aplicar higienizante sobre ellos para alargar su uso, pero ante cualquier signo de deterioro deben ser sustituidos.

VENTILACIÓN INSTALACIONES

- Realizar tareas de ventilación periódica de las distintas dependencias y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de cinco minutos.

HIGIENE DE MANOS

- El personal tendrá permanentemente a su disposición agua y jabón, o geles hidroalcohólicos o desinfectantes para la limpieza de manos.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

- En las tareas de limpieza se prestará especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes como pomos de puertas, mesas, muebles, pasamanos, suelos, teléfonos y otros elementos de similares características, conforme a las siguientes pautas:
 - a) La limpieza elimina gérmenes, suciedad e impurezas, es importante que haya una buena limpieza antes de proceder, en su caso, a una desinfección
 - b) Se utilizarán desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida que se encuentran en el mercado y que han sido autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad http://www.mscbs.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCovChina/documentos/Listado_virucidas.pdf En el uso de ese producto se respetarán las indicaciones de la etiqueta.
- Recabar listado de teléfonos de empleados y empleadas y establecer cadena de llamadas, en previsión de una posible emergencia (caso positivo, contacto estrecho)



OTRAS MEDIDAS

- Todo el personal de la empresa debe evitar ser contacto estrecho de un caso positivo: se considera contacto estrecho a cualquier persona que haya estado en el mismo lugar que un caso, a una distancia menor de 2 metros y durante un tiempo total acumulado de más de 15 minutos en 24 horas.

ESCENARIO DE SUJETO ASINTOMÁTICO CON CONTACTO CON CASO SOSPECHOSO, PROBABLE O CONFIRMADO DE COVID-19

Cuando se conoce la presencia de una persona asintomática con probabilidades de haberse contagiado:

- Notificar el servicio de prevención para el estudio y manejo de contactos.
- Contacto casual con caso sospechoso, probable o confirmado de COVID-19: continuará con la actividad laboral normal y se realizará vigilancia pasiva de aparición de síntomas.
- Contacto estrecho con caso sospechoso, probable o confirmado de COVID-19: se retirará a la persona trabajadora de la actividad laboral y se mantendrán en aislamiento a la espera del resultado de la PDIA, y se iniciará la búsqueda de sus contactos laborales estrechos. En caso de PDIA negativa, y si no hay una alta sospecha clínica epidemiológica, el caso se da por descartado y finaliza el aislamiento y la búsqueda de contactos.

ESCENARIO DE PERSONAL SINTOMÁTICO RIESGO ALTO

- Si la persona trabajadora presenta síntomas compatibles con una infección respiratoria aguda, se colocará una mascarilla quirúrgica y se retirará de su actividad profesional, permanecerá aislada en su domicilio y se dará aviso al servicio de prevención de riesgos laborales (búsqueda y gestión de contactos, colaboración en la gestión de la incapacidad temporal y seguimiento de pruebas de detección).
- Evacuar las zonas o áreas de trabajo donde haya entrado en contacto la persona afectada de forma inmediata hasta que se haya cumplido el punto siguiente.
- Limpieza y desinfección de las zonas afectadas con guantes de protección que cumplan con la norma UNE-EN ISO 374.5:2016. Puede optarse por guantes más gruesos, más resistentes a la rotura. Se deberán desechar después de su utilización. Se debe evitar que los EPI sean una fuente de contaminación, por ejemplo, dejándolos sobre superficies del entorno una vez que han sido retirados.



5. MEDIDAS RELATIVAS A LA HIGIENE EN LOS CENTROS DE TRABAJO Y REFUERZO DE ZONAS SENSIBLES

- Limpieza y desinfección en cada jornada de todos los utensilios y material de limpieza: carro, fregona, mopa, cubos, bayetas, etc.
- Si posible, ventilar todas las dependencias donde se realice la limpieza, al menos durante 5 minutos.
- En las tareas de limpieza se prestará especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes como: pomos de puertas, tiradores, mesas, mostradores, pasamanos o barandillas de escaleras, interruptores, mesas, teclados, ratones, teléfonos, botones de ascensor, aseos, grifería, vestuarios, salas de descanso, controles de acceso digital y otras zonas donde el tránsito de personas sea grande y sea necesaria una desinfección más específica. Se seguirán las siguientes pautas:
 - a) La limpieza elimina gérmenes, suciedad e impurezas, es importante que haya una buena limpieza antes de proceder, en su caso, a una desinfección
 - b) Se utilizarán desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida que se encuentran en el mercado y que han sido autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad http://www.mscbs.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCovChina/documentos/Listado_virucidas.pdf En el uso de ese producto se respetarán las indicaciones de la etiqueta.
 - b) Tras cada limpieza, los materiales empleados y los equipos de protección utilizados se desecharán de forma segura, procediéndose posteriormente al lavado de manos.
- Superficies o puntos de contacto frecuente: interruptores y timbres; manetas y pomos de puertas, ventanas, armarios y archivadores; botones ascensores; barandillas y pasamanos de escaleras y ascensores; mesas; mostradores; sillas, especialmente en zonas de espera, ordenadores, sobre todo teclados y ratones, teléfonos, grapadoras y otros utensilios de oficina, mangos y zonas de agarre de herramientas manuales y máquinas, mandos a distancia, grifos, lavabos, máquinas expendedoras, si las hubiera, fotocopiadoras
- Revisar diariamente el funcionamiento de dispensadores de jabón, papel desechable, etc. También se debe vigilar el funcionamiento y la limpieza de sanitarios y grifos de aseos (incidir en la desinfección de sanitarios y grifería de aseos).
- El secado de manos se realizará preferentemente con papel desechable.
- Es conveniente limpiar objetos de uso recurrentes, como móvil, llaves y gafas. Además de toallitas desinfectantes o humedecidas con desinfectante, se puede utilizar una mezcla de agua y alcohol de uso tópico (común de los botiquines) en una proporción 70%.



6. REFERENCIA NORMATIVA APLICABLE Y FUENTES CONSULTADAS

- Ley 31/1995, del 8 de noviembre, de prevención de riesgos laborales (B.O.E. del 10 de noviembre de 1995) y modificaciones aplicables.
- Real Decreto 664/1997 de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.
- Real Decreto 773/1997 de 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual.
- Real Decreto-ley 6/2020, de 10 de marzo, por el que se adoptan determinadas medidas urgentes en el ámbito económico y para la protección de la salud pública
- Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.
- Protocolos y guías de buenas prácticas de las Autoridades Sanitarias y laborales.



7. ANEXOS



Directorio telefónico COVID-19

900 101 863	INFORMACIÓN GENERAL Horario de atención telefónica de lunes a viernes de 9 a 14 horas
900 100 971	TELÉFONO INFOCOVID Atención sanitaria ¿Has estado en contacto estrecho o crees que tienes síntomas de COVID-19? ¿Tienes dudas sobre tu salud relacionadas con la COVID-19? Horario de atención telefónica: de 8 a 20 horas . www.ibsalut.es/coronavirus



Cómo lavarse las manos para protegerse y proteger a los demás

Con **solución hidroalcohólica** o con **agua y jabón**.

¿Porqué?
La correcta higiene de las manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, como las provocadas por el nuevo coronavirus.

Deposite una cantidad de solución hidroalcohólica en las manos. **20-30 segundos**

Mójese las manos y deposite una cantidad de jabón. **40-60 segundos**

Frótese las palmas de las manos entre sí.

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda y viceversa.

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta.

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodeándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa.

Si ha utilizado una solución hidroalcohólica séquese las manos «al aire».

Si ha utilizado agua y jabón séquese las manos con una toalla de papel.

¿Cuándo?
Después de estornudar o sonarse la nariz, después del contacto con alguien que estornuda o tose, después de emplear el baño, el transporte público o de tocar superficies sucias, y antes de comer.



GUANTES

- El uso de guantes no es recomendable de manera general; es obligatorio en tareas de limpieza. Los guantes pueden crear una falsa sensación de protección, por ello, es muy importante la higiene de manos antes y después de su uso, sobre todo si se han tocado superficies potencialmente contaminadas.
- Los guantes deberán cambiarse con la frecuencia indicada según su uso y siguiendo las indicaciones del fabricante. En todo caso, se puede aplicar higienizante sobre ellos para alargar su uso, pero ante cualquier signo de deterioro (perforación, rasgado, etc.) deben
- La manera correcta de quitarse los guantes sin contaminar las manos es siguiendo los siguientes pasos:



MASCARILLA

USO CORRECTO DE LA MASCARILLA

1. ANTES DE PONÉRSELA



Hay que lavarse bien las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica.

2. CÓMO COLOCARLA



Colocarla tocando solamente las cintas exteriores, ajustándola bien, tapando nariz, boca y barbilla.

3. CÓMO RETIRARLA



Retirar sin tocar la parte frontal, cogiéndola solo de las cintas exteriores.

4. CÓMO DESECHARLA



Si es desechable, introducirla en una bolsa estanca y tirarla a la basura. Después lavarse bien las manos.

5. CÓMO LAVARLA



Si es reutilizable, hay que seguir las instrucciones del fabricante referentes al cuidado y lavado.

CUMPLIMIENTO DE LA ETIQUETA RESPIRATORIA.

El uso de mascarilla debe ir acompañado del cumplimiento del resto de medidas de prevención: lavado frecuente de manos, toser o estornudar en el codo o en pañuelo desechable y tirarlos a la basura, lavarse las manos después, no tocarse los ojos, la nariz o la boca, no salir de casa si se tienen síntomas, respetar la distancia social de 2 m.



8. PLANIFICACIÓN PREVENTIVA



Acción / Medida preventiva	Responsable	Recursos y Medios	Fecha Prevista Inicio	Fecha Prevista Fin	Fecha Real Fin	Coste Previsto
Información y formación actualizada a los trabajadores.						
Mantener actualizado el inventario de EPI's para evitar problemas de desabastecimiento.						
Asegurar la adecuada protección de los empleados, facilitando el lavado de manos con agua y jabón, si esto no es posible, el uso de solución desinfectante. Facilitar tiempo y medios para la correcta higiene de manos.						
Limpieza y desinfección según el protocolo Covid-19.						
Informar al Servicio de Prevención en caso de presencia de una persona trabajadora con probabilidades de haberse contagiado						



PROTOCOLO DE PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN FRENTE AL CORONAVIRUS
LIMPIEZAS CANDOR, S.L.

Mantenerse informado de las actualizaciones legislativas a nivel estatal y autonómico. Aplicar y trasladar la información necesaria al personal laboral.						
--	--	--	--	--	--	--

Palma de Mallorca, 12 de noviembre de 2021

Fdo.:.....
LIMPIEZAS CANDOR, S.L.

ARXIDUC PREVENCIÓN, S.L.
CIF: B 07565810
C/ Francisco Royer, nº 1 Bajos
07003 Palma de Mallorca
Tel. 971 754 930 - Fax: 971 763 425

Fdo.:
Técnico Superior en Prevención
Arxiduc Prevención S.L.

