

Prevención de Riesgos Laborales para el personal de administración frente al Coronavirus

Belén Quirantes Sierra. Médica del trabajo. CPRL Granada

Control de versiones

Versión	Revisada por	Motivo	Fecha
1.0	Belén Quirantes Sierra	Versión pública	16 de abril de 2020

Olvidemos todo lo que creemos saber...



Coronavirus SARS-CoV-2

- 31 de diciembre de 2019, Wuhan (provincia de Hubei, China)
- 27 casos de neumonía de etiología desconocida, exposición común a un mercado
- Coronaviridae que posteriormente se ha denominado SARS-CoV-2
- 11 de marzo, la OMS declaró la pandemia mundial



Coronavirus SARS-CoV-2

- Mecanismo de transmisión:
 - Por gotas (>5micras. 2 metros)
 - Contacto con fómites contaminados
- **Heces (presencia de ARN de virus, sin evidencia de transmisión)
- ** No transmisión vertical madre-hijo



Coronavirus SARS-CoV-2

- Periodo de incubación: 5-6 días (hasta 24 días)
- Periodo de contagio: 2 días antes de los síntomas
- Enfermedad
 - Duración 2 semanas (6-8 semanas los cuadros graves)
 - Enfermedad asintomática: 1-3%
 - Enfermedad leve: 80%
 - Enfermedad grave 13-16%
 - Enfermedad crítica: 3% (mitad fallece)
- Gravedad:
 - **Edad. Mortalidad:**
 - **3,6% entre 60-69 años**
 - **8% entre 70-79 años**
 - **14,8% en los mayores de 80 años**
 - Tabaquismo, EPOC, HTA, DM, hepatopatía crónica, Insuficiencia renal crónica Cáncer

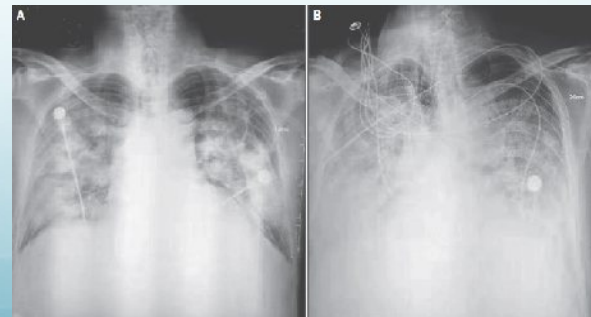
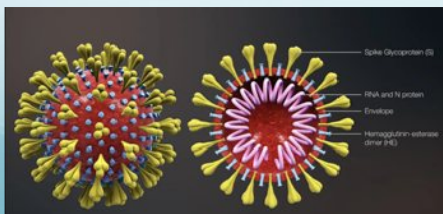
Coronavirus SARS-CoV-2

- Clínica



Otros:
Manifestaciones gastrointestinales
Pérdida del olfato/gusto
Alteraciones en la piel

Punto crítico el 8^o-9^o día Neumonía vírica (máxima carga viral)



Coronavirus SARS-CoV-2

- Diagnóstico
 - PCR (vías altas/bajas)
 - Test rápidos (sangre): Antígenos/Anticuerpos
 - Otras
- Sin tratamiento dirigido
- Sin vacuna



Coronavirus SARS-CoV-2

Enfermedad por nuevo coronavirus, COVID-19



Información oficial del Ministerio de Sanidad dirigida a los profesionales sanitarios y a la ciudadanía en relación a recomendaciones sanitarias y de salud pública de interés general.



Protección Frente a SARS-CoV-2



Lávate las manos frecuentemente



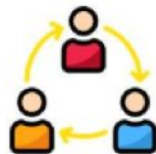
Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



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



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



Si presentas síntomas respiratorios evita el contacto cercano con otras personas

Consulta fuentes oficiales para informarte

www.mscbs.gob.es

[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)



Protección Frente a SARS-CoV-2

¿Debo utilizar guantes cuando salgo a la calle para protegerme del coronavirus?



NO, cuando salimos a la calle, la limpieza adecuada y frecuente de manos es más eficaz que el uso de guantes, porque:



✓ Utilizar guantes durante mucho tiempo hace que se ensucien y puedan contaminarse.



✓ Te puedes infectar si te tocas la cara con unos guantes que estén contaminados.



✓ Quitarse los guantes sin contaminarse las manos no es sencillo, requiere de una técnica específica. Se recomienda el lavado de manos después de su uso.



SÍ, es conveniente usar guantes de usar y tirar en los comercios para elegir frutas y verduras como se venía haciendo hasta ahora.



En el ámbito laboral se deberán seguir las recomendaciones específicas de Salud laboral

Un uso incorrecto de los guantes puede generar una sensación de falsa protección y poner en mayor riesgo de infección a quien los lleva, contribuyendo así a la transmisión.



26 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:

www.mscbs.gob.es

@sanidadgob

#ESTE VIRUS
LO PARAMOS UNIDOS



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD

Protección Frente a SARS-CoV-2

¿Debo utilizar mascarilla para protegerme del coronavirus?



En la situación actual, ¿cuándo es importante usar la mascarilla?

- ✓ Si tienes síntomas (tos, fiebre, falta de aire) o infección por coronavirus.

Si cuidas de una persona con infección o sospecha de infección por coronavirus, a una distancia menor a 1 metro, el paciente deberá llevar una mascarilla quirúrgica.



Medidas eficaces y que **SÍ** debe seguir toda la población



Mantener 1-2 metros de distancia entre personas



Lavado de manos



Evitar tocarse ojos, nariz y boca



Cubrir boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar



Usar pañuelos desechables



¡CUIDADO! Un uso incorrecto de las mascarillas puede generar más riesgo, por eso, si en tu caso está indicado usar mascarilla:

- ✓ Lávate las manos antes de ponerla
- ✓ Cubre la boca y la nariz con la mascarilla
- ✓ Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta
- ✓ Desecha la mascarilla cuando esté húmeda y no la reutilices
- ✓ Lávate las manos después

Haz un **uso responsable y adecuado** de las mascarillas para **no contribuir al desabastecimiento** y para que quienes sí las necesitan puedan utilizarlas

Qué hacer si se presentan síntomas SARS-CoV-2



Nuevo coronavirus: Qué hacer

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

Fiebre



Tos



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

Si tienes:

Sensación de falta de aire



Empeoramiento

Sensación de gravedad



Llama al 112
Es un teléfono de urgencias.
Su buen uso depende de todos.

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

Coronavirus SARS-CoV-2

GOBIERNO DE ESPAÑA
VICERESIDENCIA SEGUNDA DEL GOBIERNO
MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030
MINISTERIO DE SANIDAD
MINISTERIO DE CONSUMO
AGENDA 2030

SERVICIOS AL CIUDADANO

ORGANIZACIÓN SANIDAD CONSUMO SERVICIOS SOCIALES PRENSA *participación pública en proyectos normativos*

Sanidad / Profesionales / Salud pública / Centro de Coordinación de Alertas y Emergencias Sanitarias (CCAES) / Alertas en Salud Pública de actualidad / Enfermedad por nuevo coronavirus, COVID-19

SANIDAD

- Ciudadanos
- Profesionales**
- Biblioteca y Publicaciones
- Sanidad en datos

Documentos técnicos para profesionales

Esta información está en continua revisión

Documentos de preparación y respuesta al brote

- > Procedimiento de actuación frente a enfermedad por SARS-CoV-2 (COVID-19) 15.03.2020
- > Información científico-técnica, enfermedad por coronavirus, COVID-19 26.03.2020
- > Declaración del brote de SARS-CoV-2 como una Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional (ESPII) por parte de la OMS 31.01.2020

Recomendaciones para el manejo de pacientes

- > Manejo de la mujer embarazada y el recién nacido con COVID-19 17.03.2020
- > Manejo clínico del COVID-19: unidades de cuidados intensivos 19.03.2020
- > Manejo clínico del COVID-19: atención hospitalaria 23.03.2020
- > Manejo clínico del COVID-19: tratamiento médico
- > Manejo en urgencias del COVID-19 27.03.2020
- > Manejo en atención primaria del COVID-19 17.03.2020
- > Manejo domiciliario del COVID-19 17.03.2020
- > Manejo pediátrico en atención primaria del COVID-19 23.03.2020

Procedimientos y medidas para la prevención y el control de la infección

- > Prevención y control de la infección en el manejo de pacientes con COVID-19 20.02.2020
- > Guía de actuación con los profesionales sanitarios en el caso de exposiciones de riesgo en el ámbito sanitarios 15.03.2020
- > INFOGRAFÍA: Recomendaciones para profesionales sanitarios 09.03.2020
- > Procedimiento para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2 (COVID-19) 26.03.2020
- > Procedimiento para el manejo de cadáveres de casos de COVID-19 26.03.2020

Coronavirus SARS-CoV-2



PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA LOS SERVICIOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL

SARS-CoV-2

30 de marzo de 2020



Las recomendaciones incluidas en el presente documento están en continua revisión en función de la evolución y nueva información que se disponga de la infección por el nuevo coronavirus (SARS-COV-2)

de la salud en la administración

- Prevención de Riesgos Laborales. Generalidades
 - 1) Higiene de manos
 - 2) Etiqueta respiratoria
 - 3) Distanciamiento social



de la salud en la administración



1) Higiene de manos

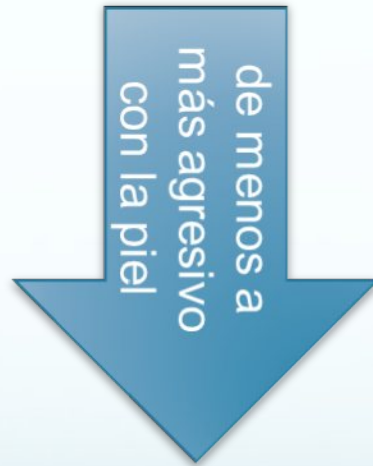
Manos desnudas: Sin anillos, pulseras y relojes. Uñas cortas y sin pintar

Jabón syndet

Jabón líquido

Jabón sólido

Hidroalcohol



Se puede hidratar la piel posteriormente

de la salud en la administración



1) Higiene de manos ¿CÓMO DEBO LAVARME LAS MANOS?



The infographic illustrates the correct technique for handwashing in eight numbered steps:

1. Turn on the faucet and wet your hands with water.
2. Apply soap and lather your hands.
3. Rub your palms together.
4. Rub the back of your right hand against the palm of your left hand, and vice versa.
5. Rub the fingers of your right hand against the palm of your left hand, and vice versa.
6. Rub the thumb of your right hand against the palm of your left hand, and vice versa.
7. Rub the back of your hand against the palm of your other hand.
8. Dry your hands with a paper towel.

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD

www.msbs.gob.es

de la salud en la administración



1) Higiene de manos

An infographic divided into two vertical panels. The left panel has a yellow background and is titled '¿POR QUÉ?'. It contains text about the importance of hand hygiene for preventing infections, including COVID-19, and features four virus icons and a faucet with water. The right panel has an orange background and is titled '¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?'. It lists four scenarios for handwashing: after sneezing/coughing/nose blowing, after contact with someone who sneezes/coughs, after using a bathroom/public transport/touching dirty surfaces, and before eating. Each scenario is accompanied by a small icon: a nose, a water drop, a toilet, and a plate with a fork and knife. A blue wavy line at the bottom represents water.

¿POR QUÉ?

La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus

¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?

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

de la salud en la administración

2) Etiqueta respiratoria



Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar, y desecharlo a un cubo de basura con tapa y pedal. Realizar **higiene de manos**

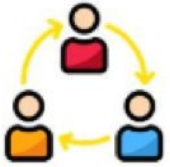


Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos. Realizar **higiene de manos**



Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca. Realizar higiene de manos antes de contactar con la cara, o recurrir a un pañuelo limpio. Realizar **higiene de manos antes y después**

de la salud en la administración



3) Distanciamiento social

Mantener distancia de **2 metros** de seguridad con otras personas



En caso de comenzar con síntomas, proceder al **aislamiento** en una habitación dentro del domicilio según las indicaciones del ministerio

de la salud en la administración

- Naturaleza de las actividades y evaluación del riesgo
 - **Exposición de riesgo:** Contacto estrecho* con un caso SARS-CoV-2 **sintomático**
 - **Exposición de bajo riesgo:** Contacto **no estrecho*** con un caso SARS-CoV-2 **sintomático**
 - **Baja probabilidad de exposición:**
 - **No atención directa al público**
 - Contacto al público **a más de dos metros de distancia**
 - Contacto al público **con medidas** de protección colectiva que evitan el contacto (mampara de cristal, separación de cabina de ambulancia, etc.)

*Contacto estrecho: Menos de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos ante una persona sintomática.

Escenarios de exposición

EXPOSICIÓN DE RIESGO	EXPOSICIÓN DE BAJO RIESGO	BAJA PROBABILIDAD DE EXPOSICIÓN
<p>En función de la evaluación específica del riesgo de exposición de cada caso: componentes de EPI de protección biológica y, en ciertas circunstancias, de protección frente a aerosoles y frente a salpicaduras.</p>	<p>En función de la evaluación específica del riesgo de cada caso: componentes de EPI de protección biológica.</p>	<p>No necesario uso de EPI.</p> <p>En ciertas situaciones (falta de cooperación de una persona sintomática):</p> <ul style="list-style-type: none">– protección respiratoria,– guantes de protección.

de la salud en la administración

- Medidas Organizativas
 - **Minimizar el contacto** entre las personas trabajadoras entre sí y con el público: Garantizar una distancia de seguridad de 2 metros (marcado en el suelo)
 - Disponer **aforo máximo**, control de acceso y cartelería informativa
 - Planes para la continuidad laboral en caso de baja
 - Favorecer el teletrabajo si es posible



de la salud en la administración

- Protección a trabajadores especialmente sensibles COVID19
 - El servicio sanitario del servicio de Prevención de Riesgos Laborales
 - El Ministerio de Sanidad determinará las condiciones por las que se considerará los grupos vulnerables a COVID-19 para la determinación de personal sensible



Desinfección y limpieza

Superficies/fómites:

- Lejía (1:50), etanol, peróxido de hidrógeno
- Tensoactivos
- Lavadora 60° Lavavajillas





¿Uso de EPIs en el lugar de trabajo?



Aclaraciones sobre los Equipos de protección Individual

- Indicaciones actuales para el uso de mascarillas:
 - Personal sanitario
 - Cuidador de persona infectada con síntomas COVID-19
 - Persona con síntomas COVID-19
 - Enfermos inmunocomprometidos que habitualmente las emplean
 - Según evaluación específica del riesgo (se indicará al trabajador)



Mascarilla Quirúrgica
Producto Sanitario



Mascarilla autofiltrante
Equipo de Protección Individual



Organización
Mundial de la Salud

Cómo usar mascarilla



- Lavado de manos
- Ajuste de mascarilla al puente de la nariz y bajo la barbilla
- **NO tocar el frontal de la mascarilla nunca**



- **NO reutilizar la mascarilla**



- **Cambio si deterioro o humedad**



- Para reajuste: higiene de manos – ajuste de mascarilla- higiene de manos
- Retirar la mascarilla: Quítesela por detrás (**no toque la parte delantera de la mascarilla**); deséchela inmediatamente e higiene de manos

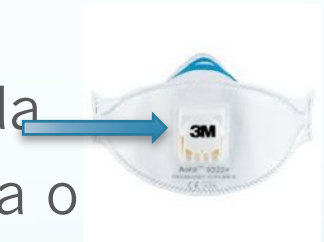


Organización
Mundial de la Salud



Aclaraciones sobre los Equipos de protección Individual

- A día de hoy **no se aconseja el uso generalizado de mascarillas ni de guantes**
 - Falsa sensación de seguridad que hace relajarse en las tres medidas principales: Higiene de manos, distancia social, etiqueta respiratoria
 - Aumenta el contacto con la cara
 - Riesgo en el empleo de mascarilla valvulada
 - Se desaconseja emplear mascarillas de tela o manufacturadas



Organización
Mundial de la Salud



Cómo NO usar mascarilla



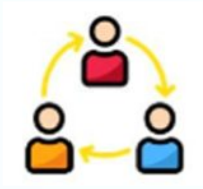


Cómo NO usar mascarilla

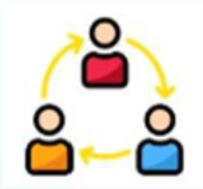
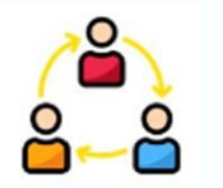


NO USAR GUANTES





Recomendaciones a fecha de 16 abril 2020
En el futuro, puede ir cambiando porque la
ciencia avanza y no es estática





¡Muchas gracias!