

ORIENTACIONES PREVENTIVAS FRENTE A Covid-19 en trabajos en el PEQUEÑO COMERCIO (3/05/2020)

Este documento tiene carácter informativo y preventivo de carácter general, recogándose una selección no exhaustiva de **recomendaciones y medidas de tipo sanitario** para evitar el contagio del coronavirus SARS-CoV-2. Es preciso indicar que, si existen trabajadores por cuenta ajena, todas las acciones a realizar se deberán definir con la colaboración de la parte técnica de la modalidad de organización preventiva elegida y con la unidad sanitaria del servicio de prevención de riesgos laborales concertado.

En caso de que se esté sujeto a un estado de excepcionalidad, como puede ser un Estado de Alarma, toda persona deberá seguir las instrucciones sobre comportamiento social derivadas del mismo.

Desde el punto de vista laboral, se debe tener en cuenta que este riesgo no deriva de la naturaleza de la actividad laboral, sino que estamos ante un riesgo de que se produzca el contagio de una enfermedad infecciosa en el entorno laboral que afecta a la salud pública en general.

Dado que el contacto con el virus puede afectar a entornos sanitarios y no sanitarios, el *Procedimiento de actuación de los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2* elaborado por el Ministerio de Sanidad, establece que éstos están llamados a cooperar con las autoridades sanitarias, adaptando su actividad y recomendaciones con el objetivo general de limitar los contagios de SARS-CoV-2 en el ámbito de la empresa y en toda la comunidad.

Gestión preventiva y coordinación de actividades

El empresario debe:

- Adoptar obligatoriamente aquellas medidas preventivas sanitarias que, en lo posible, eviten o disminuyan el riesgo de contagio y expansión del SARS-CoV-2, medidas que deberán ser establecidas con el asesoramiento del servicio de prevención de riesgos laborales y del área técnica de la modalidad de organización preventiva elegida.
- Asesorado por su servicio de prevención, planificar, ANTES DE LA APAETURA, los procedimientos que eviten la propagación del virus entre empleados, clientes, y empresas colaboradoras, siguiendo las pautas y recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias en cada momento. Planificar estas medidas consultando a los delegados de prevención, trabajadores o a sus representantes.

- Adoptar, para los trabajadores de otras empresas o personas que desarrollen su actividad en el mismo centro de trabajo, las mismas medidas de seguridad que para el personal propio (limpieza, mantenimiento, etc.)
- Gestionar cualquier incidencia que ocurra en el establecimiento.
- Registrar las acciones implantadas incluyendo los datos más importantes, tales como la fecha de realización, la persona responsable, partes de desinfección del local, bajas, etc...

El servicio de prevención de riesgos laborales (y/o modalidad preventiva elegida) será el encargado de:

- Valorar el escenario de riesgo correspondiente a cada tipo de actividad, conforme a los criterios del *Procedimiento de actuación de los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2*, elaborado y actualizado por el Ministerio de Sanidad (consultar apartado "Referencias" en este documento), determinando la necesidad de utilizar equipos de protección adicionales a los requeridos por la actividad laboral. La evaluación tendrá en cuenta variables como volumen de trabajo, tipo de actividad comercial, dimensiones y características del local, etc.
- Asesorar a la empresa para establecer protocolos, planes de contingencia y procedimientos que eviten la propagación del virus entre trabajadores propios y los de empresas colaboradoras siguiendo las pautas y recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias en cada momento.
- Realizar la investigación y seguimiento de los contactos estrechos coordinados con Salud Pública.
- Evaluar al personal trabajador especialmente sensible frente al coronavirus

Trabajadores:

- Cooperación máxima de todos los trabajadores de la organización en la adopción de medidas preventivas y en el seguimiento de las recomendaciones realizadas.
- Mantener la distancia interpersonal (2 metros mínimo).
- Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- Evitar, en la medida de lo posible, utilizar equipos y dispositivos de otros empleados. En caso de que sea necesario, aumentar las medidas de precaución y, si es posible, desinfectarlos antes de usarlo. Si no es posible, lavarse las manos inmediatamente después de haberlos utilizado.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica. Esta operación es especialmente importante después de toser o estornudar, o después de tocar superficies potencialmente contaminadas. Cada lavado ha de durar aproximadamente 40 segundos
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y desecharlo a continuación a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no dispone de pañuelos, emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Facilitar el trabajo al personal de limpieza al abandonar el puesto, despejándolo lo máximo posible.

Medidas organizativas para reducir el contacto persona-persona (distancia)

Desplazamientos in itinere e in misión:

- Los traslados hacia o desde el centro de trabajo se realizarán preferentemente de forma individual o, en cualquier caso, priorizando opciones de movilidad que garanticen la distancia interpersonal (2 metros mínimo).
- Guardar la distancia interpersonal al caminar por la calle.
- Si es inevitable compartir vehículo, habrá una persona como máximo por cada fila de asientos, guardando la mayor distancia posible entre ocupantes. Si se realiza en transporte público, utilizar mascarilla higiénica.
- Extremar la limpieza de los vehículos.
- Organizar la entrada y salida del trabajo de forma escalonada para evitar aglomeraciones en el centro de trabajo y en el transporte público.
- Se recomienda evitar desplazamientos de trabajo que no sean esenciales y que puedan solventarse mediante llamada o videoconferencia.
- Servicio a domicilio: ver la guía de ORIENTACIONES PREVENTIVAS FRENTE A Covid-19 en trabajos de REPARTO, CARGA Y TRANSPORTE
https://www.icasst.es/documents/6980596/9304768/ICASST_orientaciones+preventivas+Covid19+REPARTO+CARGA+Y+TRANSPORTE.pdf/483138a4-c8f8-afdb-e684-3325970fa3f9

Control de acceso y señalización

Antes de la reapertura, estimar el volumen de trabajo que se tendrá, cuántos clientes se podrían atender, y planificar horarios de trabajo del equipo de empleados.

- El aforo máximo deberá permitir cumplir con las medidas extraordinarias dictadas por las autoridades sanitarias, concretamente con el requisito de distancias de seguridad.
- Cuando sea posible, se fomentará la habilitación de mecanismos de control de acceso en las entradas de los locales. Este control de acceso debe garantizar el cumplimiento estricto del aforo máximo calculado para esta situación extraordinaria.
- Se establecerán medidas para organizar a los clientes que permanezcan en el exterior del establecimiento en espera de acceder a él cuando lo permita el aforo. Todo el público, incluido el que espera en el exterior del establecimiento, debe guardar rigurosamente la distancia de seguridad.
- Dar entrada por turnos a los clientes. Calcular el área del espacio de venta y establecer un número máximo de personas que pueden estar dentro de las instalaciones en cualquier momento para mantener el distanciamiento físico mínimo de 2 metros.
- Se informará claramente a los clientes sobre las medidas organizativas y sobre su obligación de cooperar en su cumplimiento. Colocar carteles informativos sobre las PRECAUCIONES adoptadas en su establecimiento, con mensajes tipo:
 - ✚ Este establecimiento tiene un aforo de X personas. Cuando se alcance, les pediremos que esperen fuera respetando la distancia de seguridad de 2m

- ✚ Quédese en casa si tiene más de 37° o síntomas respiratorios
 - ✚ Siga las instrucciones de nuestro personal en todo momento
 - ✚ Permanezca siempre a una distancia mayor de 2m de los empleados y de otras personas, tanto dentro como fuera del local
- Limitar el acceso a personas que presenten síntomas de patología respiratoria.
 - Fomentar en lo posible medios de compra no presenciales que incluyan servicio de entrega a domicilio. Establecer protocolos para realizar estos servicios con las precauciones mencionadas en el apartado “desplazamientos en itinere y en misión”.

Durante la ejecución de los trabajos

Implementar las medidas necesarias para minimizar el contacto entre trabajadores y entre éstos y los potenciales clientes o público que puedan concurrir en su lugar de trabajo. En este sentido:

- La disposición de los puestos de trabajo, la organización de la circulación de personas y la distribución de espacios (mobiliario, estanterías, pasillos, etc.) en el centro de trabajo debe modificarse, en la medida de lo posible, con el objetivo de garantizar el mantenimiento de la distancia de seguridad de 2 metros.
- Delimitación de zonas y señalización mediante pegatinas, barreras, carteles, etc. para dirigir el tránsito dentro del local, ordenar colas, pagos, devoluciones, entrega de mercancía, etc. con objeto de mantener la distancia de seguridad entre clientes y empleados.
- Evitar o sustituir temporalmente los sistemas de fichaje por huella dactilar, por un control alternativo que no precise contacto.
- Evitar los abrazos, besos o estrechar la mano.
- En las áreas de atención al público y zonas de pago/entrega de mercancías, donde no sea posible garantizar la distancia de seguridad, instalar protecciones colectivas tipo barrera como mamparas o pantallas de plástico o similar, rígido o semirrígido, de fácil limpieza y desinfección.
- Si no es posible y no se puede garantizar la protección del empleado, utilizar protección individual adecuada ocular y respiratoria siguiendo las indicaciones del servicio de prevención.
- No se llevarán a cabo actividades grupales como reuniones o cursos que requieran la concentración de personas. Aplazar o sustituir por encuentros no presenciales haciendo uso de plataformas o herramientas de tipo informático.

Contratas y subcontratas, gestión de proveedores, mensajería, limpieza, mantenimiento

- Establecer protocolos para garantizar que todo el personal externo por contratación o concurrencia que acceda al centro de trabajo, conoce y asume las medidas adoptadas para evitar contagios.

- Adoptar para los trabajadores de ETT, de otras empresas y personal autónomo que desarrollen su actividad en el centro de trabajo, las mismas medidas de seguridad que para el personal propio
- Establecer horarios a los proveedores para la entrega de mercancías evitando que éstos coincidan en el centro de trabajo, y establecer zonas específicas para su recepción.
- Organizar la entrega del material fomentando, siempre que sea posible, la descarga mecanizada. En caso de no ser factible, se deberá mantener, en todo caso, la distancia de seguridad entre los trabajadores que realicen la tarea.
- Fomentar la firma electrónica de cualquier tipo de material recepcionado.

Equipos de protección individual

La empresa deberá facilitar los equipos de protección individual ocular y facial que indique el servicio de prevención de riesgos laborales, o la modalidad preventiva elegida, cuando no sea posible garantizar la distancia de seguridad o la separación entre personas.

- Con el fin de evitar contagios, los casos posibles, probables o confirmados deben llevar mascarillas quirúrgicas. En el caso de que llevasen en lugar de una mascarilla quirúrgica una mascarilla autofiltrante, en ningún caso ésta incluirá válvula de exhalación ya que en este caso el aire es exhalado directamente al ambiente sin ningún tipo de retención y se favorecería, en su caso, la difusión del virus. Las mascarillas quirúrgicas deben cumplir la norma UNE-EN 14683:2019+AC:2019). La colocación de la mascarilla quirúrgica a una persona con sintomatología respiratoria supone la primera medida de protección para el trabajador.
- Como medida complementaria a los medios de control técnicos, higiénicos y organizativos, fomentar y distribuir el uso de mascarillas higiénicas o pantallas faciales para limitar la difusión de gotitas respiratorias de personas asintomáticas a personas cercanas, superficies y objetos.
- Los equipos de protección individual serán adecuados a las actividades y al escenario de exposición establecido por el servicio de prevención para cada una:
 - Pantallas faciales o gafas de protección según Norma EN 166:2001
 - Mascarillas autofiltrantes FFP2 según Norma UNE-EN 149:2001 +A1:2009
 - Guantes desechables. Si se consideran oportuno su uso, cambiarlos con frecuencia lavándose las manos antes de ponerlos y después de quitarlos
- Los EPI deben escogerse de tal manera que se garantice la máxima protección con la mínima molestia para el usuario y para ello es crítico escoger la talla, diseño o tamaño que se adapte adecuadamente al mismo. La correcta colocación los EPI es fundamental para evitar posibles vías de entrada del agente biológico; igualmente importante es la retirada de los mismos para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso.

Medidas de higiene personal

La higiene de manos es la medida más sencilla y eficaz para prevenir la transmisión de microorganismos, incluido el coronavirus 2019, debido a su envoltura lipídica que es desactivada con las sustancias surfactantes de los jabones. No hace falta utilizar jabones desinfectantes, el jabón corriente de manos, sea sólido o líquido, es suficiente. Lo importante es la duración de la

fricción, debe ser como mínimo 40-60 segundos. Otra opción es usar solución hidroalcohólica, pero si las manos están sucias, no va ser efectiva, por lo que se recomienda el lavado con agua y jabón. En este sentido, se recomienda:

- En la medida de lo posible se dispondrá de soluciones hidroalcohólicas o similares para el uso público (clientes) a la entrada del establecimiento, así como guantes y papel para desinfectar previamente el carro o cesta que van a utilizar
- Solicitar a los clientes la descontaminación con soluciones hidroalcohólicas al entrar al establecimiento y el uso de guantes si es oportuno.
- Si la tarea permite el uso de guantes para el trabajador, lavarse las manos ante de ponérselos y después de quitárselos.
- Mantener un aprovisionamiento adecuado de jabón, solución hidroalcohólica y pañuelos desechables.
- Estricta higiene de manos y respiratoria de empleador y empleados.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Se recomienda que las uñas estén cortas.
- Se desaconseja el uso de anillos, pulseras, relojes u otros adornos que dificulten el lavado de manos y muñecas.
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser o estornudar, desecharlo en una papelerera con tapa y pedal. Si no se dispone de pañuelos, emplear la parte interna del codo para evitar contaminar las manos.
- Disponer de papeleras con tapa y pedal de apertura. Dotarlas de bolsas recambiables para la recogida de su contenido.
- Disponer de vestuarios o taquillas y servicios higiénicos para los trabajadores (Real Decreto de Lugares de Trabajo 486/1997, de 14 de abril).
- En el caso de uniformes de trabajo o similares, serán embolsados y cerrados y se trasladarán hasta el punto donde se haga su lavado habitual, recomendándose un lavado con ciclo completo a una temperatura de entre 60 y 90 grados.
- En caso de manipulación de alimentos, cumplir las medidas de higiene habituales (guantes, gorros, manguitos ...), extremando los cuidados a la hora de colocárselos y de su retirada, manteniendo una buena higiene de manos antes y después de hacerlo.
- Minimizar las áreas de autoservicio, sobre todo de productos no envasados.
- Si el producto se encuentra expuesto directamente al cliente sin envasar, se deberá proteger en vitrinas, plástico, cristal, metacrilato o cualquier otro material que garantice su higiene. En el caso de productos a granel en despacho asistido podrá establecerse una distancia de seguridad adaptada al tamaño del establecimiento

Medidas de desinfección de lugares y equipos de trabajo

- Ventilar periódicamente los espacios de trabajo para garantizar una adecuada renovación de aire. Asegurar condiciones adecuadas de temperatura y humedad.
- En caso de sistemas de climatización, reducir la circulación, aumentar los periodos de renovación de aire e incrementar la frecuencia de limpieza y/o sustitución de filtros.

- Mantener la limpieza al máximo nivel y establecer protocolos al efecto. En primer lugar, es necesario la limpieza, de lo contrario la desinfección no es efectiva.
- Posteriormente desinfectar. Par este paso se recomienda usar lejía. También se pueden usar productos desinfectantes con actividad virucida que se encuentran en el mercado (ver en Referencias, la lista de productos virucidas publicada por el Ministerio de Sanidad).
- No mezclar productos, puede ser perjudicial para su salud.
- Si utiliza lejía como desinfectante, diluir 20 ml de lejía con 980 ml de agua (obteniendo 1 litro), o su equivalente, por ejemplo: 10 ml de lejía con 490 ml de agua (obteniendo 500ml). Debe utilizare el mismo día de la preparación. Si utiliza un desinfectante comercial, respete las indicaciones de la etiqueta.
- En caso de que para la desinfección se utilicen productos virucidas cuya aplicación requiera de personal profesional especializado, las empresas que realizan estos tratamientos deberán ser empresas de servicios que estén expresamente registradas para ello en el Registro Oficial de Establecimientos y Servicios Biocidas de la Comunidad Autónoma.
- Establecer protocolos para incrementar el nivel de limpieza y desinfección de cualquier superficie que haya podido ser tocada con las manos: interruptores, mostradores, equipos informáticos, pomos, ventanas, mobiliario, barandillas, superficies del mobiliario y de los equipos de trabajo, máquinas, herramientas, así como manillas, elementos de agarre de cestos, carros, balanzas táctiles, cajas automáticas, datáfonos de las cajas registradoras, suelos, estanterías, aseos, vestuarios, mostradores, etc. (al menos, tras cada turno).
- Mantener un aprovisionamiento suficiente del material de limpieza para poder acometer las tareas de higienización reforzada a diario.
- Limpiar el área de trabajo usada por un empleado en cada cambio de turno.
- En todo caso, se debe asegurar una correcta protección del personal encargado de la limpieza. Todas las tareas deben realizarse con mascarilla y guantes de un solo uso. Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos.
- Promover el pago por medios electrónicos
- No intercambiar objetos personales (por ejemplo, teléfonos móviles), utensilios de comida (platos, vasos, recipientes, etc.) o similares sin haberlos limpiado y desinfectado previamente.

Gestión de residuos en el centro de trabajo

- La gestión de los residuos ordinarios continuará realizándose del modo habitual, respetando los protocolos de separación de residuos.
- Se recomienda que los pañuelos desechables que el personal emplee para el secado de manos o para el cumplimiento de la “etiqueta respiratoria” sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y, a ser posible, accionados por pedal.
- Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas).
- En caso de que un trabajador presente síntomas mientras se encuentre en su puesto de trabajo, será preciso aislar el contenedor donde haya depositado pañuelos u otros productos

usados. Esa bolsa de basura deberá ser extraída y colocada en una segunda bolsa de basura, con cierre, para su depósito en la fracción resto.

Medidas específicas para trabajadores especialmente sensibles y casos posibles de contagio o sospecha

TRABAJADOR ESPECIALMENTE SENSIBLE

- El servicio sanitario del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales (SPRL) debe evaluar la presencia de personal trabajador especialmente sensible en relación a la infección de coronavirus SARS-CoV-2, establecer la naturaleza de especial sensibilidad de la persona trabajadora y **emitir informe** sobre las medidas de prevención, adaptación y protección. Para ello, tendrá en cuenta la existencia o inexistencia de unas condiciones que permitan realizar el trabajo sin elevar el riesgo propio de la condición de salud de la persona trabajadora.
- Con la evidencia científica disponible a fecha 8 de abril de 2020, el Ministerio de Sanidad ha definido como grupos vulnerables para COVID-19 las personas con diabetes, enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión, enfermedad pulmonar crónica, inmunodeficiencia, cáncer en fase de tratamiento activo, embarazo y mayores de 60 años.
- Para calificar a una persona como especialmente sensible para SARS-CoV-2, debe aplicarse lo indicado en el primer párrafo. Esa evaluación es la única actividad técnica que podrá servir de base para tomar las decisiones técnico preventivas adaptadas a cada caso.
- En el Anexo V del *Procedimiento de actuación de los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2* elaborado por el Ministerio de Sanidad se ofrece una Guía de actuación para la gestión de la vulnerabilidad y el riesgo en ámbitos no sanitarios o sociosanitarios.
- En caso de existir trabajadores especialmente sensibles para COVID-19, el servicio valorará si precisa cambio o adaptación de puesto para continuar la actividad laboral
- Si no es posible, el servicio de prevención elaborará el informe que acredite la indicación de incapacidad temporal, con el fin de facilitar a los servicios de atención primaria, su tramitación

ESTUDIO Y MANEJO DE CONTACTOS

- Establecer protocolos en caso de que una persona trabajadora manifieste síntomas en su puesto de trabajo, para protegerla y proteger al resto de la plantilla.
- El servicio sanitario del SPRL será el encargado de establecer los mecanismos para la investigación y seguimiento de los contactos estrechos en el ámbito de sus competencias, de forma coordinada con las autoridades de salud pública. El seguimiento y manejo de las personas trabajadoras en general se establece en el Procedimiento de actuación frente a casos de nuevo coronavirus, disponible en: <https://www.msrebs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCovChina/documentos/Procedimiento>

Medidas informativas

El empresario debe:

- Poner a disposición de todos los trabajadores la información general sobre el coronavirus SARS-CoV-2: qué es, cómo se transmite, síntomas, contagios, medidas de prevención generales, medidas de higiene, con especial referencia al lavado de manos, medidas de distanciamiento social, etc. Para ello puede hacerse uso de los medios electrónicos (intranet, envío de correos electrónicos...) o cartelería y avisos (especialmente en zonas comunes).
- Concienciar a los trabajadores sobre la importancia de comunicar, lo antes posible, la presencia de síntomas compatibles con la enfermedad o, en su caso, el haber estado en contacto estrecho con personas que los presenten. A tal efecto, se informará a los trabajadores sobre cuáles son los síntomas de COVID-19 a la vista de las últimas investigaciones disponibles.
- Informar a los trabajadores y a sus representantes sobre los protocolos, planes de contingencia y procedimientos establecidos para limitar la propagación del virus entre trabajadores propios y los de empresas colaboradoras y concurrentes
- Formar a los trabajadores en las medidas implantadas, en particular aquellas diseñadas para garantizar su higiene personal, así como la limpieza y descontaminación de herramientas y equipos de trabajo, uso y mantenimiento adecuado de equipos de protección individual y eliminación de residuos en el centro.

Referencias

La Moncloa:

Guía de Buenas Prácticas en los Centros de Trabajo:

https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/presidencia/Documents/2020/GUIA_CENTROSTRABAJOCOVID19b.pdf

Ministerio de Sanidad:

Procedimiento para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2 (COVID-19) 30.04.2020

<https://www.mscbs.gob.es/en/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/PrevencionRRL COVID-19.pdf>

Listado de virucidas autorizados en España para uso ambiental (PT2), industria alimentaria (PT4) e higiene humana (PT1) 28.04.2020 

Nota sobre el uso de productos biocidas para la desinfección del COVID-19 27.04.2020 

Medidas Higiénicas para la prevención de contagios 06.04.2020 

Recomendaciones sobre el uso de mascarillas en la comunidad en el contexto de COVID-19 21.04.2020 

Instituto Cántabro de Seguridad y Salud en el Trabajo (ICASST)

ORIENTACIONES PREVENTIVAS FRENTE A Covid-19 en trabajos de REPARTO, CARGA Y TRANSPORTE (17/04/2020)

https://www.icasst.es/documents/6980596/9304768/ICASST_orientaciones+preventivas+Covid19+REPARTO+CARGA+Y+TRANSPORTE.pdf/483138a4-c8f8-afdb-e684-3325970fa3f9