



PROTOCOLO DE ACTUACIÓN DE LA DIPUTACIÓN DE CÁCERES FRENTE AL CORONAVIRUS SARS-COV-2 (COVID-19).

26 de abril de 2020

Pedro M. Romero Berraquero
DUE Empresa

Grupo de gestión del COVID-19



1.- INFORMACIÓN RELEVANTE

¿Qué puedo hacer para protegerme del coronavirus?

Las medidas genéricas de protección individual frente a enfermedades respiratorias incluyen:

- 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 de seguridad de 2 metros con otras personas.
- Tener precaución con las superficies que más se tocan y limpiarlas con regularidad.
- Utilizar mascarilla en el transporte público y cuando no sea posible mantener la distancia de seguridad en espacios cerrados o en la calle.
- Si se presentan síntomas, la persona debe aislarse en una habitación y seguir las recomendaciones del apartado de este documento sobre ¿Qué tengo que hacer si tengo síntomas?

Se puede consultar más información sobre cada recomendación en el siguiente enlace:

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm>

En las entradas de los centros de trabajo y en sus baños está disponible el cartel informativo “Cómo lavarse las manos”. También está en la intranet de Diputación de Cáceres / Servicio de PRL.

Uso de Equipos de protección en el centro de trabajo

- Mascarilla higiénica, preferiblemente reutilizable/lavable: Deberán usarla todos los trabajadores cuando en los puestos de trabajo no se pueda respetar los dos metros de distancia interpersonal y cuando transite por los centros de trabajo.
- Guantes: Deberán utilizar guantes desechables el personal sanitario, SEPEI siguiendo sus protocolos, el personal que controle el acceso de los usuarios a los centros de atención al público (registros, OARGT...), y el personal de limpieza.
- Pantalla Facial: Estarán a disposición de los trabajadores que atiendan al público de manera esporádica, y en los puestos de trabajo con atención continuada al público hasta que se coloque las mamparas de metacrilato previstas. Se recomiendan también para los trabajadores que controlen accesos en los edificios de atención al público.
- Mascarilla FFP2: Se utilizarán según los procedimientos de trabajo en el SEPEI, personal sanitario, trabajadores vulnerables que deban acudir al trabajo y conductores si el pasajero carece de mascarilla.
- Mascarilla quirúrgica: Se utilizará en caso de que no haya disponibilidad de mascarillas higiénicas y en sus mismas circunstancias.



¿Cuáles son los grupos vulnerables?

Los principales grupos vulnerables son los mayores de 60 años, hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeficiencias, y el embarazo por el principio de precaución.

¿Qué tengo que hacer si recibimos personas o grupos provenientes de zonas de riesgo?

Mientras que dure el estado de Alarma, están suspendidas todas las visitas de grupos.

En cualquier caso, extremar las medidas de protección personal, de limpieza y desinfección de los espacios de trabajo. En general: no compartir objetos, ventilar frecuentemente dependencias, ampliar espacio entre usuario y empleado público en los procesos de atención directa a más de dos metros, orden y limpieza de las superficies de trabajo, no saludar dando la mano, abrazos o besos en el entorno laboral, tener las uñas cortas y cuidadas, evitando el uso de anillos, pulseras, relojes de muñeca u otros adornos.

Si la distancia de seguridad de 2 metros no se pudiera mantener los trabajadores deberán usar mascarillas según las indicaciones del servicio de prevención. Así mismo se recomienda que los usuarios también lleven mascarillas. Los trabajadores que controlen accesos dispondrán de pantalla facial y aquellos trabajadores con atención esporádica al público que lo soliciten también se les proveerá.

¿Qué hay que hacer en los Centro de trabajo de la Diputación de Cáceres si aparece algún caso sospechoso de COVID-19?

Si un trabajador presenta síntomas compatibles con el COVID-19, no acudirá al trabajo y seguirá las indicaciones ministeriales: "Se recomienda permanecer en su residencia habitual y evitar el contacto estrecho con otras personas, permaneciendo en aislamiento que durará mínimo 14 días o hasta que lo determinen los servicios de salud. Contacte telefónicamente con un servicio médico a través del 112 o en su centro de salud, informando de los antecedentes de contacto y los síntomas que presente para que puedan realizar una valoración."

Si un trabajador/usuario, comienza a presenta síntomas durante el trabajo: deberá permanecer en un despacho/sala individual, contactar con el 112 o centro de salud, y seguir sus instrucciones, que incluirá el aislamiento domiciliario o ingreso hospitalario según sea el caso. El resto de compañeros/as abandonarán dicha sala, realizarán un lavado exhaustivo de manos con agua y jabón, extremarán las medidas generales de prevención para el COVID-19 indicadas anteriormente, y permanecerán atentos por si los servicios de epidemiología en el estudio de contactos requieren su colaboración o reciben alguna instrucción particular.

En todo caso, seguirá las instrucciones que emita la Dirección General de Salud de Pública.

A su vez la dirección/responsable del centro comunicará, de forma inmediata, al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales, esta circunstancia, con el fin de que se pueda estudiar la aplicación de medidas preventivas.



Otras Pautas de actuación en Diputación de Cáceres y OARGT:

- Si trabajador ha estado expuesto al COVID 19, y tras ser valorado por los servicios de salud se estima que puede acudir al trabajo, puede llevar una vida normal en todos los ámbitos, incluido el laboral. No se permitirá ninguna conducta discriminatoria en el ámbito de los centros de la Diputación de Cáceres por una incorrecta interpretación de este procedimiento. Si bien el responsable de cada Área o Servicio puede considerar el trabajo no presencial de manera preferente en esta situación.
- El personal que pudiera ser especialmente sensible a este riesgo (patologías previas, medicación, trastornos inmunitarios, embarazadas, etc.) tendrá a su disposición a los profesionales sanitarios de los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales para cualquier consulta específica. Se insta a que estas personas contacten con este Servicio a la mayor brevedad posible por correo electrónico para valoración (prevencion@dip-caceres.es).
- Para garantizar la correcta comunicación entre las empresas que realizan sus tareas en los centros de la Diputación de Cáceres, se recuerda que deben aplicarse los procedimientos previstos para la coordinación de actividades empresariales. Además se les instará a que permanezcan en el centro el menor tiempo posible y que sigan las medidas de higiene y prevención indicadas en los carteles informativos del centro.
- El Área de Personal ha eliminado el marcaje manual de todos los trabajadores, procediéndose desde el 13-3-2020 a realizar los marcajes cada empleado público de manera independiente en su equipo informático a través de la sede electrónica, aquellos trabajadores que no tengan acceso a equipo informático realizarán el fichaje por el correspondiente parte de firmas.
- Ante el cierre de centros educativos se implantan medidas de conciliación a personas con menores a su cargo. De la misma manera, estas medidas están disponibles para el personal responsable del cuidado de sus mayores o personas que por patologías previas sean consideradas especialmente sensibles y necesiten un mayor nivel de protección. En todos estos casos el teletrabajo será prioritario. Para solicitar estas medidas basta con contactar con cada Jefatura o Dirección de Área quien tiene la información y los procedimientos para tramitarlas.
- La opción de teletrabajo se amplía para todos los casos necesarios. Se recuerda a todos los trabajadores que quien regula los periodos de presencia en el centro de trabajo, tramita teletrabajo y autoriza a trabajos no presenciales es el Director de Área, Jefaturas de Servicio, a quienes deberán dirigir todas las peticiones por correo electrónico o registro interno. Así mismo, deberán permanecer atentos a los canales de comunicación establecidos en su servicio (mail, teléfono, etc.)
- Si cualquier trabajador es identificado como contacto estrecho de un caso posible, probable o confirmado de COVID-19, deberá permanecer en su domicilio en cuarentena durante 14 días, extremando las medidas de precaución y distanciamiento de sus convivientes. Si comenzara a presentar síntomas lo comunicará al 112 o su centro de salud, y si los síntomas lo permiten realizará aislamiento en domicilio.

Puede encontrar información al respecto en:

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm>

INFORMACIÓN GENERAL

¿Qué es el nuevo 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 camellos, 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 del COVID-19?

Los síntomas más comunes incluyen fiebre, tos, y sensación de falta de aire. En algunos casos también puede haber síntomas digestivos como diarrea y dolor abdominal. En 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 ancianas o que padecen alguna otra enfermedad como por ejemplo, del corazón, del pulmón o problemas de inmunidad, pero pueden presentarse casos graves en cualquier edad o condición física.

¿De qué forma se puede adquirir la infección?

Se transmite por contacto directo con las gotas respiratorias que se emiten con la tos o el estornudo de una persona enferma. Su contagiosidad depende de la cantidad del virus en las vías respiratorias. Estas gotas infectan a otra persona a través de la nariz, los ojos o la boca directamente. También pueden infectar al tocar la nariz, ojos o boca con las manos que han tocado superficies contaminadas por estas gotas. Parece poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de 2 metros.

La mayoría de las personas adquieren COVID-19 de otras personas con síntomas. Sin embargo, cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas antes del desarrollo de síntomas o con síntomas leves.

¿Existe un tratamiento para el COVID-19?

No existe un tratamiento específico para el nuevo coronavirus pero se están empleando algunos anti-virales que han demostrado cierta eficacia en estudios recientes. Sí existen muchos tratamientos para el control de sus síntomas por lo que la asistencia sanitaria mejora el pronóstico.

¿Qué hago si conozco a alguien con síntomas de coronavirus COVID-19?

Si has sido un contacto estrecho de esa persona cuando tenía síntomas, deberás respetar una cuarentena de 14 días y contactar con tu centro de salud o 112 si presentas síntomas. Contacto estrecho son las personas que proporcionan cuidados, conviven o han mantenido un contacto en el



mismo lugar a menos de 2 metros durante más de 15 minutos. Si no eres contacto estrecho deberás vigilar tus síntomas y respetar las medidas de distanciamiento recomendadas.. Puedes encontrar más información en el siguiente enlace:

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/COVID19_que_hago_si_conozco_alguien_con_sintomas.pdf

¿Cómo cuidar mi salud durante el periodo de confinamiento?

Es muy importante seguir cuidando tu salud durante el confinamiento, en los siguientes enlaces podrás encontrar recomendaciones sobre actividad física, alimentación y gestión de las emociones en este periodo, te animamos a que leas esta información y sigas las recomendaciones, tu salud te lo agradecerá.

- https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_estilos_de_vida_saludable_Actividad_fisica.jpg
- Vídeos de ejercicio físico:
<http://www.estilosdevidasaludable.mscbs.gob.es/actividadFisica/actividad/recomendaciones/videosEjercicios/adultos/home.htm>
- https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_estilos_de_vida_saludable_Alimentacion.jpg
- https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_gestion_emocional.jpg

¿Dónde se puede obtener más información?

<https://saludextremadura.ses.es/web/publicationDetail?idItem=162522>

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm>