

PLAN PARA LA VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL COVID - 19 EN EL TRABAJO

REAPERTURA DE ACTIVIDADES

PROTOCOLO COVID 19 DE REAPERTURA	Elaborada por	Revisada y aprobada por	Aprobada por
Vigencia : 2020 – 2022	Dirección Médica	Gerencia y Legal	Gerencia Legal
Fecha de elaboración	Junio 2020	Junio 2020	Junio 2020

Índice

- I. INFORMACIÓN DE LA EMPRESA
- II. DATOS DEL LUGAR DE TRABAJO
- III. DATOS DEL SERVICIO DE SEGURIDAD Y SALUD DE LOS TRABAJADORES (NÓMINA DE PROFESIONALES)
- IV. INTRODUCCIÓN
- V. OBJETIVOS:
 - 5.1. Objetivos Generales.
 - 5.2. Objetivos Específicos
- VI. NÓMINA DE TRABAJADORES POR RIESGO DE EXPOSICIÓN A COVID-19
- VII. PROCEDIMIENTOS OBLIGATORIOS DE PREVENCIÓN DEL COVID-19
 - 7.1 Lineamientos para vigilancia de salud de los trabajadores.
 - 7.1.1 Limpieza y desinfección del centro de trabajo.
 - 7.1.2 Limpieza y desinfección diaria por el personal de aseo y mantenimiento.
 - 7.1.3 Limpieza y desinfección de área de recepción y sala de espera.
 - 7.1.4 Limpieza y desinfección del consultorio medico
 - 7.1.5 Limpieza y desinfección del fisioterapeuta en el ambiente de terapia
 - 7.1.6 Manejo de residuos sólidos
 - 7.1.7 Productos de limpieza y desinfección
 - 7.2 Identificación de sintomatología COVID-19 previo al ingreso del centro de trabajo
 - 7.2.1 Identificación del riesgo de exposición
 - 7.2.2 llenado de la Ficha de sintomatología COVID-19
 - 7.2.3 Control de la temperatura corporal
 - 7.2.4 Signos de alarma para COVID-19
 - 7.2.5 Clasificación clínica de COVID-19
 - 7.2.6 Aplicación de pruebas serológicas o molecular para COVID-19,
 - 7.2.7 Periodicidad de la Prueba
 - 7.2.8 De haber caso confirmado Notificar
 - 7.2.9 Seguimiento del caso confirmado.
 - 7.2.10 Medidas para casos confirmado puesto de bajo riesgo
 - 7.3 Lavado y desinfección de manos obligatorio
 - 7.3.1 Estaciones para lavado y desinfección de manos
 - 7.3.2 Insumos para lavado y desinfección de manos
 - 7.3.3 Técnica de lavado de manos
 - 7.3.4 Momentos claves para el lavado de manos
 - 7.3.5 Cuidado de manos
 - 7.3.6 Monitoreo de lavado y desinfección de manos e insumos
 - 7.4. Sensibilización de la prevención del contagio en el centro de trabajo
 - 7.3.7 Medios de Comunicación e Información
 - 7.3.8 Actividades para Sensibilización
 - 7.3.9 Procedimiento de Seguridad para la atención de paciente PSAP:

7.4 Medidas preventivas colectivas

- 7.4.1 Se toma las siguientes medidas colectivas generales:
- 7.4.2 Servicios Higiénicos y Vestuarios:
- 7.4.3 Reuniones de trabajo y/o capacitación

7.5 Medidas de protección personal

- 7.5.1 Equipo de EPP- Equipos de Protección Personal
- 7.5.2 Equipos de Protección Personal según nivel de riesgo
- 7.5.3 Uso de Mascarilla Facial
- 7.5.4 Uso de Guantes

7.6 Vigilancia permanente de comorbilidades relacionadas al trabajo en el contexto COVID-19.

VIII. PROCEDIMIENTOS OBLIGATORIOS PARA EL REGRESO Y REINCORPORACIÓN AL TRABAJO.

- 8.1 Proceso para el regreso al trabajo
- 8.2 Incluir nuevas modalidades de trabajo
- 8.3 Aforo Sede Central
- 8.4 Registro de asistencia y permanencia
- 8.5 Reinducción y Capacitación
- 8.6 Proceso para el regreso o reincorporación de trabajadores con factores de riesgo para covid-19.
- 8.7 Procedimiento de los trabajadores en el Centro OSI
- 8.8 Procedimiento Referente a los Clientes
- 8.9 Procedimiento para la atención con los Proveedores y visitantes:
- 8.10. Revisión y reforzamiento a trabajadores en procedimientos de trabajo con riesgo crítico en puestos de trabajo (no corresponde, no aplica)
- 8.11. Proceso para el regreso o reincorporación al trabajo de trabajadores con factores de riesgo para covid-19.

IX. RESPONSABILIDADES DEL CUMPLIMIENTO DEL PLAN

X. PRESUPUESTO Y PROCESO DE ADQUISICIÓN DE INSUMOS PARA EL CUMPLIMIENTO DEL PLAN.

XI. DOCUMENTO DE APROBACIÓN DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO.

XII. BASE LEGAL

I. SOBRE LA EMPRESA

ACTIVIDAD ECONOMICA: Salud de las Personas

Cantidad de trabajadores: menor a 10 trabajadores

Exposición al riesgo:

Ningún puesto de trabajo que tiene la empresa tiene contacto con personas que tienen o se sospecha que están infectadas con el COVID-19.

Según RM N° 239-2020 MINSA del 28ABR20 en el pto 6.1.19, Puestos de trabajo con riesgo a exposición al Sarv-Cov-2 (COVID 19), el Centro es de nivel de "RIESGO MEDIANO DE EXPOSICION".

Tipo del Centro de trabajo: Centro de trabajo Tipo 1 (no incluidos en DS 003-98 SA).

II. DATOS DEL LUGAR DE TRABAJO:

En el Centro

III. DATOS DE LOS RESPONSABLES DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

De acuerdo al Anexo 1 de Resolución Ministerial N° 265 – 2020 – MINSA. La empresa es un Centro de trabajo TIPO 1 (no incluidos en DS – 003 – 98 SA). En caso que el número de trabajadores sea menor de 20, se designará a una Persona Responsable que vele por la salud de los trabajadores, siendo este **EL EMPLEADOR**.

IV. INTRODUCCIÓN.

El COVID-19 es una la enfermedad respiratoria infecciosa, es un nuevo tipo de coronavirus que afecta a los humanos; Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. La epidemia de COVID-19 se extendió rápidamente, siendo declarada una pandemia por la Organización Mundial de la Salud el 11 de marzo de 2020. Para el 06 de marzo del 2020 se reportó el primer caso de infección por coronavirus en el Perú. Ante este panorama, el gobierno del Perú ha tomado medidas como la vigilancia epidemiológica que abarca desde la búsqueda de casos sospechosos por contacto, hasta el aislamiento domiciliario de los casos confirmados y procedimientos de laboratorio (serológicos y moleculares) para el diagnóstico de casos COVID-19, manejo clínico de casos positivos y su comunicación para investigación epidemiológica y medidas básicas de prevención y control de contagio en centros hospitalarios y no hospitalarios.

Los síntomas más comunes de la COVID-19 son fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden presentar dolores, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas se infectan, pero no

desarrollan ningún síntoma y no se encuentran mal. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial.

Alrededor de 1 de cada 6 personas que contraen la COVID-19 desarrolla una enfermedad grave y tiene dificultad para respirar. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave. En torno al 2% de las personas que han contraído la enfermedad han muerto. Las personas que tengan fiebre, tos y dificultad para respirar deben buscar atención médica

Propagación. - 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 COVID-19 al toser o exhalar. Por eso es importante mantenerse a más de 1 metro (3 pies) de distancia de una persona que se encuentre enferma.

Medidas contra COVID-19

La exposición al virus SARS-CoV2 que produce la enfermedad COVID-19, representa un riesgo biológico por su comportamiento epidémico y alta transmisibilidad. Actualmente, no existe una vacuna para el COVID-19; sin embargo, se puede evitar contagiar siguiendo algunas medidas básicas de higiene recomendadas por la OMS. Como medida el Estado peruano declaró la Emergencia Sanitaria, el 15 de marzo de 2020, y con ello el aislamiento social obligatorio (cuarentena), posteriormente dictó leyes y decretos indicando que los centros laborales para su reapertura deben realizar un plan de seguridad y prevención de salud contra el COVID 19.

Por eso Los centros laborales deben considerar medidas para su vigilancia, prevención para evitar el contagio por la exposición. En este marco, hemos preparado y confeccionado de este PLAN DE VIGILANCIA, PREVENCIÓN conveniente que establece de lineamientos para la vigilancia de salud de los trabajadores de las diferentes áreas y actividades, estableciéndose criterios generales a cumplir durante el periodo de emergencia sanitaria y posterior al mismo.

PARA LA REAPERTURA DE ACTIVIDADES se ha elaborado este PLAN DE VIGILANCIA, PREVENCIÓN Y CONTROL COVID - 19 EN EL TRABAJO

Este plan se centra en Medidas de protección básicas contra el nuevo coronavirus COVID 19, replanteadas o acondicionadas las acciones de nuestro centro laboral, que deben seguir todos los trabajadores, profesional de salud, personal de apoyo administrativo o asistencial que forman el equipo que labora en el Centro, además de todos los visitantes como clientes, pacientes y proveedores, etc.

Indica acciones para la limpieza y desinfección del lugar de trabajo, espacios comunes o compartidos, practicar el distanciamiento social y otros hábitos de salud e higiene para reducir nuestro riesgo de exposición al virus que causa el COVID-19. y que se pueden replicar en los lugares antes y después del trabajo.

La reapertura del país depende en gran medida de seguir las estrategias de salud pública, incluye la realización de pruebas a los trabajadores para detectar el virus, y las acciones a realizar para, el aislamiento y el seguimiento de que un trabajador infectado podría haber infectado a otras personas.

V. OBJETIVOS

5.1 Objetivo General

- Establecer las medidas preventivas que deberán cumplir los colaboradores, pacientes, visitantes y proveedores para la identificación, evaluación y control del factor de riesgo relacionado con la exposición al COVID-19, conforme a lo establecido en la normativa nacional vigente.
- Establecer los procedimientos para la vigilancia, prevención y control en un posible escenario de infección por COVID-19.
- Prevenir la propagación acelerada de infección por COVID-19 a nivel nacional.

5.2 Objetivos Específicos

- Establecer y asegurar la implementación de las medidas de seguridad necesarias en el local, para el personal, pacientes proveedores y visitantes, para la reactivación de las operaciones, una vez culminado el periodo de cuarentena, por efecto del COVID-19, o una vez autorizado la reapertura de atención a esta especialidad
- Continuar con nuestra actividad en forma segura de Medicina Física y Rehabilitación y Medicina Alternativa, cabe resaltar que no atendemos pacientes son enfermedades respiratorias agudas con tendencia epidémica y pandémica.
- Evitar la transmisión y propagación del virus COVID-19 de persona a persona, cumpliendo los lineamientos establecidos en cada etapa de la atención según recomendaciones de las autoridades de salud y la normativa del gobierno.
- Brindar un servicio de salud adecuado en función al bienestar y seguridad de los pacientes y colaboradores siguiendo las medidas para reducir su riesgo de exposición al virus que causa el COVID-19 durante sus actividades diarias.
- Desarrollar acciones de comunicación para asegurar y fomentar el auto cuidado y la prevención y reducción de riesgo de infección por COVID-19.

VI. NÓMINA DE TRABAJADORES POR RIESGO DE EXPOSICIÓN A COVID-19

Los puestos de trabajo con riesgo de exposición a SARS-Cov-2 (COVID-19), son aquellos puestos con diferente nivel de riesgo que dependen del tipo de actividad que realiza (Ver tala 1, en 6.1).

6.1. NIVELES DE RIESGO DE LOS PUESTOS DE TRABAJO

Los niveles de riesgo de los puestos de trabajo se pueden clasificar en (ver Tabla N°1):

- **Riesgo bajo de exposición o de precaución:** aquellos que no requieren contacto con personas que se conoce o se sospecha que están infectados con COVID-19 ni tienen contacto cercano frecuente a menos de 2 metros de distancia con el público en general.

- **Riesgo mediano de exposición:** aquellos que requieren un contacto frecuente y/o cercano, menos de 2 metros de distancia, con personas que podrían estar infectadas con COVID-19, pero que no son pacientes que se conoce o se sospecha que portan el COVID-19.
- **Riesgo alto de exposición:** trabajo con riesgo potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas de COVID-19.
- **Riesgo muy alto de exposición:** trabajos con contacto directo con casos COVID-19.

Tabla Nro 1 – Profesiones que pueden laborar/visitar el Centro:

NIVELES DE RIESGO EN EL CENTRO POR PUESTO DE TRABAJO

CATEGORIA	CARGO O PUESTO DE TRABAJO	NIVEL DE RIESGO
Administrativo	En oficina o desde casa, sin contacto frecuente con público	Riesgo bajo de Exposición
Administrativo	Recepción, Cajera	Riesgo Mediano de Exposición
Personal de Salud	Medico Fisiatra y Rehabilitación	Riesgo Mediano de Exposición
Personal de Salud	Fisioterapeuta	Riesgo Mediano de Exposición
Mantenimiento y Servicios Generales	Operario de aseo y Desinfección	Riesgo Mediano de Exposición
Vigilancia	Seguridad y Guardianía	Riesgo Mediano de Exposición

La clasificación del nivel de riesgo está elaborada en función de los puestos de trabajo existentes, sin embargo, este nivel de riesgo puede variar dependiendo de las actividades que se le asignen dentro del período de emergencia, por lo cual, el Jefe o Director podría solicitar la modificación del nivel de riesgo de algún otro puesto de trabajo o persona.

VII. PROCEDIMIENTOS OBLIGATORIOS DE PREVENCIÓN DEL COVID-19

7.1 Lineamientos para la vigilancia de salud de los trabajadores:

7.1.1 LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DEL CENTROS DE TRABAJO.

El Centro para reiniciar después de la cuarentena, será previamente desinfectado por una empresa certificada.

En el Centro el área de Administración proveerá el material de limpieza, previo requerimiento, de acuerdo a las necesidades de protección e higiene del personal de limpieza, recepción, terapeutas, medico, etc.

Asimismo, se asegurarán las medidas de protección y capacitación necesarias para el personal que realiza la limpieza de los ambientes de trabajo; así como la disponibilidad de sustancias a emplear en la desinfección, según las características del lugar de trabajo y tipo de actividad que se realiza.

La limpieza general lo efectuará el personal de aseo y mantenimiento y todos los trabajadores serán responsables del “orden, limpieza y desinfección de su área, así nuestro centro laboral

será lo más seguro posible y garantizar que se mantenga abierta. Para esto deberán seguir con el protocolo de la guía de limpieza y desinfección diaria según el área y puesto laboral.

Para reducir el riesgo de exposición al covid-19 el limpiar y desinfectar es una de las acciones más importante de la reapertura de los centros de trabajo que requerirá una planificación meticulosa, por lo que se ha preparado una guía de limpieza y desinfección.

1.1.2 LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DIARIA POR EL PERSONAL DE ASEO Y MANTENIMIENTO

La limpieza se realizará en el marco general sobre prácticas de limpieza y desinfección.

El personal de limpieza y Mantenimiento será responsable del manejo de elementos y/o sustancias a emplear en la desinfección y limpieza de espacios.

El personal de limpieza y mantenimiento, recibirá capacitación antes del reinicio de actividades y luego, una vez por semana, retroalimentación sobre los protocolos de limpieza y desinfección de los ambientes de trabajo.

Que limpia y desinfecta:

- 1) Realiza la limpieza y desinfección de todos los pisos de los ambientes: corredor de la entrada sala de espera, admisión, corredores anexos, oficina, consultorio médico, área de terapia, gimnasio terapéutico, servicios higiénicos, cambiador, etc.
- 2) Limpieza de las paredes, ventanas, divisiones internas, puertas, espejos, ductos. cuadros, floreros, accesorios decorativos, etc.
- 3) Limpieza y desinfección del mobiliario, artículos eléctricos: sillones, sillas, mostrador, escritorio, revistero, Tv, parlantes, refrigerador. etc.
- 4) Previo al inicio de las labores diarias, el personal de limpieza deberá efectuar la limpieza utilizando agua y detergente o limpiador líquido.
- 5) Una vez realizado el proceso de limpieza de las superficies, se procederá a realizar la desinfección aplicando productos desinfectantes a través de rociadores, toallas, paños de fibra o microfibra y trapeadores.
- 6) Para las superficies que pueden ser dañadas por el hipoclorito de sodio (lejía) como: monitores, teléfonos, teclados, fotocopiadoras, impresoras, computadoras, laptops, proyectores, entre otros utilizar una solución de alcohol al 70%. La frecuencia de desinfección debe ser diaria de ser necesario cada vez que hubo manipulación.

Con que limpia

- 1) La limpieza y desinfección por el personal de Limpieza y Mantenimiento lo realizara usando su equipo de EPP.
- 2) Los implementos que utiliza para la limpieza y desinfección: Escoba, recogedor, balde con escurridor, palo en T para trapear o tipo mopa, paño de microfibra, esponja verde, cepillo, botella de ½ con aspersor o rociador para lejía + agua. Guantes de látex, bomba desatorador de cañería, batea chica, escobilla larga, etc., estos materiales deben estar siempre en orden, limpios, desinfectados y en buen estado.
- 3) Los productos de limpieza y desinfección son el Jabón bacterial, detergente, lejía clorox, alcohol en Gel, alcohol medicinal al 70 %, desinfectante sapolio, limpia vidrios, saca sarro, desatorado de cañerías, bencina, etc.

Como limpia, prevención:

de forma diaria bajo las siguientes condiciones:

- (1) Realizar la limpieza normal de rutina de las superficies sucias con agua y jabón, luego enjuague y desinfecte.
- (2) Las superficies y objetos que se tocan con frecuencia, como los interruptores de luz y las manijas de las puertas, pasamanos, puertas, mamparas, y todo elemento que se comparta, etc., se deberán limpiar también con mayor frecuencia y luego desinfectar para reducir la presencia de gérmenes sobre estas superficies y objetos.
- (3) Barrer, limpiar y desinfectar los pisos con trapeador, en la mañana y después de la atención.
- (4) Limpiar el piso utilizando desinfectante correctamente. Lejía Clorox 1 taza en 5 litro de agua.
- (5) La limpieza varía de acuerdo a las diferentes áreas, siempre se debe utilizar agua limpia en cada zona y cambiar el agua en cada ambiente o tantas veces sea necesario.
- (6) La limpieza se realiza desde las zonas más sucias a las menos sucias y desde las zonas altas a las bajas.
- (7) Limpiar los Baños: la grifería, lavatorio, espejo e inodoro con desinfectante. Luego de efectuada la limpieza se realiza la desinfección con Hipoclorito de Sodio al 0.1% "Lejía" usar un rociador o aspersor con una botella de ½ litro de agua más ½ cucharita de cloro.
- (8) Durante la limpieza con los desinfectantes es necesario mantener el ambiente ventilado y/o activar el extractor de aire que viene en el mismo sistema al encender el aire acondicionado para proteger la salud del personal de limpieza.
- (9) Mantener abastecido de PH, PT, Jabón Líquido, alcohol en gel a los servicios Higiénicos,
- (10) Mantener abastecido de PH y jabón líquido, alcohol en gel el consultorio médico.
- (11) Mantener abastecido de alcohol en gel el área de terapia, Admisión, Ingreso
- (12) Revisar y realizar mantenimiento de aires acondicionados y ventilación permanente.
- (13) La eliminación de residuos sólidos: Los procesos u operaciones para tratar y disponer en un lugar los residuos sólidos como última etapa de su manejo en forma permanente, sanitaria y ambientalmente segura según NTS N°199-MINSA/2018/DIGESA.

El personal de limpieza debe seguir su manual de funciones, aquí solo se menciona los cambios y mejoras de procedimientos y de limpieza y desinfección para prevención del COVID 19.

1.1.3 LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE AREA DE RECEPCION Y SALA DE ESPERA:

- 1) El personal de Aseo y mantenimiento realizará la limpieza general del área de recepción: barrer y trapear el piso de sala de espera, recepción y corredores, luego efectuará su desinfección usando un trapeador y un balde con solución de 2 ½ litros de agua. + ½ taza de lejía al 5%.

- 2) El personal de Aseo y mantenimiento realizará la limpieza general de los muebles de la sala de espera, mostrador de recepción, sillones, surtidor de agua, acrílico protector, etc. luego procederá a su desinfección usando una botella con rociador conteniendo una solución de ½ litro de agua + ½ cucharita de Lejía (8 gotas).
- 3) El personal de recepción usará su equipo de EPP para la atención de los clientes.
- 4) El personal de recepción es el encargado de la desinfección de su mueble o mostrador, sobre el deberá tener solo material necesario para la atención y para facilitar su limpieza y desinfección.
- 5) Los artículos o materiales compartidos con su compañero, como teléfono, celular, porta documentos, lapiceros, etc. será desinfectado después de cada uso, utilizando una botella rociadora con ½ litro de agua y 8 gotas de lejía.
- 6) El personal de recepción desinfectará su área y materiales cada vez que atienda un paciente desinfectará la superficie usada y los elementos compartidos ejemplo lapicero, etc.
- 7) Para recibir elementos, cosas, documentos externos no lo efectuará directamente de la mano del cliente o proveedor, le extenderá una bandeja para que el cliente lo deposite allí ejemplo: sobre, documento DNI. etc. luego desinfecte antes de cogerlo. Efectuará el mismo procedimiento para entregarlo, colocará el documento DNI en la bandeja y se la extenderá al cliente.
- 8) Para pagos con tarjeta, se desinfectará el POS luego se le extenderá al paciente para que el deposite su tarjeta en la ranura del POS, hacer la transacción luego extender el POS para que el cliente retire su tarjeta y Boucher de pago.
- 9) Para pagos en efectivo. - el dinero similar a las cosas como el teléfono, tarjeta de crédito, puede transportar bacterias o virus, es por eso que hay que evitar hacer transiciones en efectivo. De hacerlo hay que tomar las siguientes medidas: al recibirlo será a través de una bandeja para no tener contacto con el cliente, luego cuente y de haber vuelto entregarlo de la misma forma a través de una bandeja. Luego desinfecte sus manos con alcohol en gel, no tocarse la cara ni ojos menos la boca de ser posible lávese las manos con abundante agua y jabón según protocolo. Consulte anexo.

1.1.4 LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DEL CONSULTORIO MEDICO.

- 1) La limpieza general del área del consultorio lo realizará el personal de Limpieza y mantenimiento, barrer y trapear el piso, luego su desinfección con solución de ½ taza de lejía al 5% + 2 ½ litros de agua.
- 2) Limpieza de los muebles del consultorio: escritorio, sillón, camilla, negatoscopio. Sillas del paciente, etc. luego procederá a su desinfección usando una botella con rociador conteniendo una solución de ½ litro de agua + ½ cucharita de Lejía (8 gotas).
- 3) Limpieza y desinfección del lavatorio de manos, colocará en el área de consultorio jabón líquido, papel toalla, alcohol gel.

- 4) Cada vez que salga el paciente del consultorio su asistente o personal de limpieza desinfectara la zona usada. Escritorio, camillas y sillas.
- 5) Después de cada atención el medico deberá desinfectar los instrumentos usado en el paciente como tensiómetro. Estetoscopio, goniómetro, etc.
- 6) Antes de cada atención de paciente, el medico deberá lavarse las manos.

7.1.5 LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DEL FISIOTERAPEUTA EN EL AMBIENTE DE TERAPIA

- 1) El personal fisioterapeuta, recibirá capacitación de bioseguridad, del uso correcto de la limpieza, orden y desinfección las cuales serán reforzadas el primer día de ingreso, y luego cada 15 días.
- 2) La limpieza y desinfección del mobiliario del ambiente de terapia es realizada por el terapeuta cada vez terminada la atención y el paciente salga del ambiente, el mobiliario a desinfectar es: la camilla, almohada, silla, mueble de equipos, equipos de terapia y toda material mecanoterapia: pesas, pelota, etc.
- 3) La limpieza y desinfección por el terapeuta lo realizará usando su equipo de EPP (mascarilla quirúrgica y protector facial).
- 4) La desinfección de las camillas y almohadas serán usando un paño de microfibra húmedo y desinfectante legía. consultar anexo ...
- 5) Lavarse las manos antes de atender al paciente con agua y jabón, o con alcohol en gel.
- 6) Es aconsejable ventilar previamente el área donde ingresara el paciente.
- 7) Antes de aplicar un equipo al paciente verificar que haya sido limpiado y desinfectado. Consultar anexo
- 8) No se recomienda el uso de sabanas para la camilla para garantizar la facilidad de desinfección de la superficie
- 9) Desinfectar con alcohol la zona a tratar del paciente: codo, hombro, cadera, etc., o zona que tendrá contacto con el paciente.
- 10) Desinfectarse las manos con alcohol gel para realizar una terapia manual.
- 11) Tratar de reducir el uso de cremas, pomadas, aceites para reducir el contacto directo con el paciente.
- 12) Es optativo para el paciente acudir a su cita con sus propios implementos.
- 13) Todo material del gimnasio deberá previamente desinfectados con alcohol en gel antes que entre en contacto con el paciente, elásticos, paralelas, escalera, espejo, etc.
- 14) Los equipos de electro fisioterapia: ultrasonido, electro terapia, magnetoterapia, etc., que toman contacto directo con el paciente, deben ser desinfectados al término del turno de cada paciente. Con alcohol en gel. Consultar Anexo.
- 15) Los implementos de higiene a usar son: alcohol liquido al 70%, alcohol gel, jabón líquido,

- 16) Colocar en el punto de acopio de elementos contaminados para desechar los elementos no reusables: mascarillas. Este contenedor debe ser de color rojo o en su defecto usar una bolsa roja.
- 17) Verificar que el personal de limpieza haya dejado el piso, puertas y espacios comunes de terapia limpio y desinfectado

7.1.6 MANEJO DE RESIDUOS SÓLIDOS

Para el manejo adecuado de residuos sólidos generados en los ambientes de trabajo de OSI se deberá tener en cuenta lo siguiente:

- Los tachos de abertura con pedal, distribuidos en los ambientes de trabajo y servicios higiénicos deberán estar cubiertos en su interior con bolsas plásticas.
- Los trabajadores deberán colocar sus residuos en el interior del tacho con bolsa ROJA.
- El personal de limpieza y mantenimiento deberá ser capacitado para el manejo e eliminación de los residuos contaminado usando la protección de EPP.
- El recojo de los residuos de ambientes de trabajo y servicios higiénicos deben ser en el horario determinado. Dicho horario deberá ser comunicado al personal de limpieza y a todos las/los trabajadores.
- Al momento del recojo de residuos, el personal de limpieza deberá amarrar la bolsa y rociarla con solución de hipoclorito de sodio (lejía) al 1%.
- Posterior al recojo, el personal de limpieza con sus EPP, trasladará al punto de acopio las bolsas colocadas y amarradas dentro de una segunda bolsa.
- Los tachos deberán ser desinfectados con una solución de hipoclorito de sodio (lejía) al 1%.
- Al término del proceso, el personal de limpieza deberá seguir lo indicado en este documento para la limpieza de sus EPP, luego procederá a lavarse las manos con agua y jabón por 20 segundos. En caso de no contar con agua deberá utilizar alcohol en gel al 70%.
- En caso de realizar segregación selectiva de residuos (plásticos, papel, entre otros) recoger las bolsas rociaras con solución de hipoclorito de sodio (lejía) al 1%, colocarlo en una segunda bolsa y trasladarlo al punto de acopio designado para este tipo de residuos.

7.1.7 PRODUCTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN:

Es posible matar el virus que causa el COVID-19 si usa los productos correctos. Los productos desinfectantes que pueden usarse contra el COVID-19 cumplen con el registro sanitario obligatorio del territorio peruano. Cada uno de esos productos ha demostrado ser eficaz contra virus más difíciles de matar que el que causa el COVID-19.

(1) Uso del JABÓN:

El lavado de manos con jabón **podría salvar más vidas que cualquier vacuna o intervención médica**, esta práctica en el mundo reduce las muertes por diarrea casi a la mitad y evita un cuarto de las muertes por infecciones respiratorias agudas.

Este sencillo habito de lavarse las manos con agua y jabón por 20 segundos, salva vidas, y se considera como una de las medidas primordiales para el control, vigilancia y prevención del COVID-19, ya que nos desinfectará de la contaminación.

El jabón protege porque es altamente destructivo para los microorganismos.

Cuando recoges sin querer coronavirus con tus manos, estos no pueden penetrar la piel, pues su capa más externa es ligeramente ácida, pero sí pueden permanecer ahí esperando la oportunidad para entrar al cuerpo por lugares más vulnerables.

Y es en ese momento en el que lo puedes interceptar y destruir, con solo lavarte las manos.

El jabón no solo afloja al virus de la piel, sino que **hace que la envoltura viral se disuelva**, de manera que las proteínas y el ARN se deslían y el virus metafóricamente muere - realmente se desactiva, pues los virus no están precisamente vivos-.

Solo le queda al agua llevarse los restos de lo que hasta hacía 20 segundos era una grave amenaza para nuestra la salud y la de otros.

Cuando lavarse. - Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si se toca los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas, puedes transferir el virus de la superficie a sí mismo.

Lavarse las manos frecuentemente, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar, cuando viene de la calle, lavarse cuando ha tenido contacto con objetos compartidos con otros, cuando hemos usado transporte público, al haber estado en lugares públicos como banco. mercados, etc.

De preferencia se usará el jabón líquido y no el sólido para evitar el manipuleo del producto. Ver Forma de lavarse con agua y jabón, según anexo.

(2) Uso de la LEJIA (Hipoclorito de sodio, fórmula NaClO) como desinfectante:

Según el uso se deberá diluir la concentración de la lejía con agua:

Para la limpieza de piso: en un balde con 5 litros de agua + 1 taza (240ml) de lejía luego enjuague y seque

Para la limpieza de Objetos: en una botella de ½ litro de agua + ½ cucharita chiquita de lejía (8 gotas). Rosear a los objetos a desinfectar, dejar actuar por 5 minutos

Para inodoros: vierta en las paredes del inodoro 240ML (1taza)), limpie y restriegue con un cepillo largo, deje actuar por 10 minutos, luego hacer correr el agua del inodoro.

Para la sanitación o el lavado de trapos utensilios: 1 litros de agua + ½ cucharita chiquita de lejía (8 gotas), dejar remojando por 5 minutos, luego enjuague.

Precauciones; usar con guantes de goma para el uso prolongado, es IRRITANTE PARA LOS OJOS Y PIEL, de haber contacto lavar con abundante agua. No mezclar con ácidos o amoniacos.

Condición de almacenamiento, en lugar fresco y ventilado.

(3) Uso del ALCOHOL líquido medicinal al 70%:

El alcohol medicinal es de uso externo como antiséptico en piel intacta y como desinfectante.

Para desinfectar objetos o superficies, puede usarse cada vez que sea necesario, usar una botella con un rociador, aplicar a la zona a desinfectar, esperar que se evapore.

Advertencia: no usar cerca al fuego, deberá espera que seque las áreas donde se aplicó.

Precaución: no rosear o apuntar el alcohol líquido a la cara u ojos, mantener, el frasco bien tapado y en un lugar fresco.

(4) Uso del ALCOHOL EN GEL,

Es un alcohol en gel con acción anti bacterial. Solo de uso externo, no ingerir.

Se recomienda el uso del alcohol en gel en casos de no poder lavarse los manos con agua y jabón por lo que es recomendado su uso cuando este fuera de casa.

Si el jabón y el agua no están disponibles, se puede usar un desinfectante de manos basado en alcohol, que contenga por lo menos 60% de alcohol.

Uso del alcohol en gel como desinfectante, usado para la limpieza instantánea de las manos, objetos y áreas pequeñas.

Aplique una pequeña cantidad sobre las manos, frotar las palmas, dorso y entre dedos de las manos hasta lograr una distribución uniforme, espere 5 minutos para que se evapore o seque.

Precaución: cuando use el alcohol en gel evite el contacto con la cara, ojos y piel irritada o con heridas. mantener, el frasco bien tapado y en un lugar fresco.

Advertencia: no usar cerca al fuego, debe esperar que se seque las áreas donde se aplicó para tocar o coger equipos eléctricos. “No tocar los equipos eléctricos o electrónicos con las manos húmedas, con mayor precaución si contienen alcohol”.

7.2 EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN DE SALUD DEL TRABAJADOR PREVIO AL INGRESO DEL CENTRO DE TRABAJO.

IDENTIFICACIÓN DE SINTOMATOLOGÍA COVID-

El empleador deberá ejecutar para todos los trabajadores los siguientes pasos:

7.2.1. Identificación del riesgo de exposición a SARS-Cov-2 (COVID-19) de cada puesto de trabajo según normativa vigente.

7.2.2. Llenado de la Ficha de sintomatología COVID-19 su aplicación a cada trabajador, de manera previa al regreso o reincorporación, (ver Anexo), de carácter declarativo; la cual debe ser respondida en su totalidad.

7.2.3. Control de la temperatura corporal a las/los trabajadores/as al momento del ingreso al centro de trabajo. -

El Empleador designará al personal que será previamente capacitado por los profesionales en seguridad y salud en el trabajo, para ejecutar el control de la Ficha de registro de alerta al control de temperatura mayor a 38°C (ver Anexo).

La medición de temperatura corporal se debe realizar al ingreso y salida del centro de trabajo conservando el distanciamiento social mayor a 1 metro.

Todo Colaborador con fiebre y evidencia de signos o sintomatología COVID-19, se considera como caso sospechoso por lo que se procederá a comunicar al responsable del CENTRO para que informe a la autoridad de Salud de su jurisdicción para el seguimiento de casos correspondiente.

7.2.4 Signos de alarma para COVID-19.- Los signos de alarma permiten identificar la necesidad de atención médica inmediata en casos de COVID19.

- 1) Sensación de falta de aire o dificultad para respirar
- 2) Desorientación o confusión
- 3) Pérdida del olfato (anosmia)
- 4) Pérdida del gusto (disgeusia)

- 5) Fiebre (temperatura mayor de 38°C) persistente por más de dos días
- 6) Congestión nasal (rinorrea)
- 7) Dolor en el pecho
- 8) Dolor de garganta
- 9) Tos seca
- 10) Coloración azul de los labios (cianosis).

7.2.5 Clasificación clínica de COVID-19

Infecciones Respiratorias Agudas - IRA

- Caso leve: Toda persona con IRA que tiene al menos dos de los siguientes signos y síntomas:
 - Tos, o Malestar general,
 - Dolor de garganta,
 - Fiebre,
 - Congestión nasal.
- Caso moderado: Toda persona con IRA que cumple con alguno de los siguientes criterios:
 - Disnea o dificultad respiratoria,
 - Frecuencia respiratoria mayor a 22 respiraciones por minuto,
 - Alteración de nivel de conciencia (desorientación, confusión),
 - Hipotensión arterial o shock,
 - Signos clínicos y/o radiológicos de neumonía, o Recuento linfocitario menor de 1000 células/pl.
- Caso grave: Toda persona con IRA, con dos o más de los siguientes criterios:
 - Frecuencia respiratoria > 22 respiraciones por minuto
 - PaCO₂ < 32 mmHg,
 - Alteración del nivel de conciencia,
 - Presión arterial sistólica < 100 mmHg
 - PAM < 65 mmHg,
 - PaO₂ < 60 mmHg o PaFi < 300,
 - Signos clínicos de fatiga muscular, aleteo nasal, uso de músculos accesorios, desbalance toraco-abdominal,
 - Lactato sérico > 2 mosm/L.

Todo colaborador, de manera previa al regreso o reincorporación, deberá presentar la Ficha de Sintomatología COVID-19 (Anexo N° 2) de la R.M 239 - MINSA, de carácter declarativo; debidamente llenada, respondida en su totalidad y firmada.

7.2.6. Aplicación de pruebas serológicas o molecular para COVID-19, según normas del Ministerio de Salud, a todos los trabajadores que regresan o se reincorporan de manera presencial a puestos de trabajo con Alto y Mediano Riesgo, mismas que están a cargo del empleador. Cabe agregar que la prueba se aplicará a los trabajadores de mediano o alto riesgo en la medida que se vayan reincorporando de manera presencial.

7.2.7. Periodicidad de la Prueba. -

La periodicidad de la aplicación de las pruebas para COVID-19, será al ingreso del colaborador y según la siguiente tabla:

Tabla 4. Periodicidad de pruebas serológicas COVID-19

NIVEL DE RIESGO	PERIODICIDAD
-----------------	--------------

BAJO RIESGO	A REQUERIMIENTO
MEDIANO RIESGO	CADA 1 MES A 2 MESES
ALTO RIESGO	CADA 2 SEMANAS

7.2.8. De haber caso confirmado Notificar. - De realizarse el tamizaje para COVID-19, se deberá solicitar a la DIRIS/DISA/DIRESA/GERESA de su jurisdicción, según corresponda, formar parte de la Red Nacional o Unidad de Epidemiología en calidad de Unidad informante o Unidad Notificante. Inmediatamente identificado el caso confirmado, el personal responsable de la atención procede a registrar el caso a través del llenado de la ficha de investigación clínico epidemiológica (ver Anexo) y realiza la notificación de manera inmediata al Centro Nacional de Epidemiología, prevención y control de enfermedades (CDC Perú), a través del aplicativo especial de la vigilancia de COVID -19, disponible en <https://app7.dge.gob.pe/covid18/inicio>.

7.2.9. Seguimiento del caso confirmado. - Durante la emergencia sanitaria y con fines de garantizar el seguimiento de contactos, los responsables de seguridad y salud en el trabajo, en coordinación con el área competente de las DIRIS/DIRESA/GERESA. El primer día de seguimiento se realiza a través de una visita domiciliaria y los días siguientes (hasta completar los 14 días) podrá ser realizado mediante llamadas telefónicas.

7.2.10. Medidas para casos confirmado puesto de bajo riesgo. - De identificarse un caso sospechoso en trabajadores de puestos de trabajo de bajo riesgo, se procederá con las siguientes medidas:

- Informar al Empleador.
- Aplicación de la Ficha epidemiológica COVID-19 establecida por MINSA. (ver Anexo)
- Aislamiento domiciliario hasta recibir el alta clínica.
- Identificación de contactos en domicilio. (ver Anexo).
- El empleador/encargado comunicará a la autoridad de salud de su jurisdicción para el seguimiento de casos positivos correspondientes con el Formato de reporte de casos COVID- 19 (ver Anexo). Se debe realizar seguimiento clínico a distancia y de forma diaria al trabajador con síntomas de sospecha a infección por COVID- 19 y enviado al aislamiento domiciliario.
- El empleador realizará la vigilancia y monitoreo sobre la salud de los trabajadores que regresen a trabajar.

7.3 Lavado y desinfección de manos obligatorio:

7.3.1. Estaciones para lavado y desinfección de manos

- Al ingresar al centro de trabajo: la desinfección de manos se realizará al llegar al centro de trabajo con apoyo del personal designado, quien brindará alcohol en gel al 70% para desinfectarse las manos previamente al ingreso a las oficinas.
- Antes de iniciar y terminar labores: previo al inicio y/o término de las actividades laborales, los trabajadores deberán acercarse a los servicios higiénicos, respetando el aforo y la distancia entre personas de por lo menos 1 metro, lavarse las manos con agua y jabón por lo menos 20 segundos.

- Cada área tendrá una botella de alcohol en gel al 70%, que será utilizada para que los trabajadores desinfecten las manos.

7.3.2. Insumos para lavado y desinfección de manos

- Los insumos que se deberán tener en los servicios higiénicos para que los trabajadores puedan lavarse las manos son los siguientes: - Jabón líquido - Dispensadores (frascos o sujetos a pared) – Lavatorio con agua potable – papel toalla.
- El insumo que se deberá utilizar para que los trabajadores puedan desinfectarse las manos es el siguiente: - Solución alcohólica (alcohol en gel al 70%)

7.3.3. Técnica de lavado de manos

La técnica correcta para lavarse las manos es la siguiente (ver Anexo):

- Liberar las manos y muñecas de toda prenda u objeto.
- Mojar las manos con agua a chorro. Cerrar el grifo.
- Cubrir con jabón las manos húmedas y frotarlas hasta producir espuma, incluyendo las palmas, el dorso, entre los dedos y debajo de las uñas, por lo menos durante 20 segundos.
- Abrir el grifo y enjuagar bien las manos con abundante agua a chorro.
- Eliminar el exceso de agua agitando o friccionando ligeramente las manos, luego secarlas comenzando por las palmas, siguiendo con el dorso y los espacios interdigitales.
- Es preferible cerrar el grifo, con el material usado para secar las manos, no tocar directamente.
- Eliminar el papel desechable arrojándolo en el tachó.

7.3.4. Momentos claves para el lavado de manos

El lavado de manos debe realizarse en los momentos siguientes:

- Cuando las manos están visiblemente sucias.
- Antes y después de atender a un paciente.
- Antes de comer.
- Antes de manipular los alimentos.
- Después de usar el baño para la micción y/o defecación.
- Después de la limpieza de los equipos, materiales de área de trabajo
- Después de tocar objetos o superficies contaminadas (Ej. residuos sólidos, dinero, pasamano de las unidades de servicio de transporte, etc.)

7.3.5. Cuidado de manos

El uso frecuente y repetido de productos para la higiene de manos puede aumentar el riesgo de irritación de la piel, para ello se debe considerar los siguientes aspectos:

- Las selecciones de productos para la higiene de manos deben ser eficaces y poco irritantes.
- Evitar el uso simultáneamente de agua y jabón y alcohol en gel.
- Evitar el uso de agua caliente en exceso para lavarse las manos con agua y jabón.
- Realizar la higiene de manos fuera del marco de las indicaciones.
- Frotarse las manos hasta que el alcohol en gel se evapore por completo.

7.3.6. Monitoreo de lavado y desinfección de manos e insumos

- El abastecimiento de los insumos necesarios para la Higiene de manos, se realizará mediante el uso de la Ficha de observación de disponibilidad de insumos y materiales para la higiene de manos (ver Anexo) con el apoyo del personal de limpieza, previa capacitación sobre el llenado de la ficha, permitirá llevar registro de la cantidad de insumos para la higiene de manos y solicitar la reposición de los mismos.
- Se coloca señalización y carteles en donde se indica el método de lavado de manos y uso correcto del alcohol en gel en caso de no lavarse con agua y jabón

7.4. Sensibilización de la prevención del contagio en el centro de trabajo

7.4.1. Medios de Comunicación e Información

El Centro difundirá información sobre síntomas y medidas preventivas frente al virus del COVID-19 a través de los siguientes:

- Afiches, banners, en lugares con mayor tránsito (pasillos, servicios higiénicos).
- Información documentada, accesible en periódicos murales, según corresponda.

7.4.2. Actividades para Sensibilización

A fin de asegurar ambientes saludables frente al COVID-19, el Empleador/encargado realizará las siguientes actividades para la sensibilización a los trabajadores:

- Exponer información sobre coronavirus y medios de protección laboral, en actividades de capacitación, así como carteles en lugares visibles y medios existentes.
- Exponer la importancia de medidas preventivas generales para la prevención del COVID 19:
 - 1) lavado de manos frecuentemente con agua y jabón 20 segundos.
 - 2) Uso de mascarilla obligatoria al salir de casa y dentro del área laboral
 - 3) Distanciamiento social a 1 metro de distancia entre persona y persona,
 - 4) Al toser o estornudar usar un pañuelo preferible de papel para ser desechado o cubriéndose la boca con la flexura de codo, no tocarse el rostro, ni los ojos ni la boca o ninguna persona, etc.
- Sensibilizar la importancia de reportar tempranamente la presencia de sintomatología COVID-19.
- Facilitar medios para responder las inquietudes de los trabajadores respecto a COVID-19.
- Educar permanentemente en medidas preventivas, para evitar el contagio de COVID-19 dentro del centro de trabajo, comunidad y hogar.
- Educar sobre la importancia de prevenir diferentes formas de estigmatización.
- Difundir recomendaciones para beneficio de la salud mental.
- En la puerta de ingreso se colocará aviso Informativo indicando que solo ingresan personas con uso de mascarillas y que sigan los protocolos de seguridad de la institución.
- Capacitación e información escrita o visual del uso y precauciones de los implementos EPP, "Recomendaciones para el uso de equipo de protección personal (EPP) por el personal" para la atención de los pacientes., antes durante y después.
- Capacitación de la forma del uso, manipulación y desechar las mascarillas quirúrgica durante la jornada laboral. (Anexo).

- Información del manejo adecuado para la limpieza y desinfección de los implementos o materiales de protección, lentes, cobertor facial.
- Información del manejo de la vestimenta, uso, desinfección, retiro y ubicación.
- Ubicación de punto de acopio para desechar el material contaminado.

7.5 Medidas preventivas colectivas

7.5.1. Medidas colectivas generales:

- Ambientes adecuadamente ventilados.
- Renovación cíclica de volumen de aire.
- Los trabajadores deberán respetar el distanciamiento social de 1 metro, está prohibido reuniones de grupitos en cualquier área del local.
- Evitar aglomeraciones durante el ingreso y la salida del centro de trabajo.
- Marcación de distanciamiento en el piso para el uso de la computadora compartida. Se colocará una línea como señal de ubicación de la persona y otras señales para determinar el distanciamiento.
- Uso permanente de mascarilla quirúrgica para trabajadores, y que toda persona que acude al local ingresan obligatoriamente con mascarillas.
- La toma de medida de temperatura de toda persona que ingresa al local. Mayor a 38° no puede ingresar.
- En caso que se requiera reuniones de trabajo presencial, respetar el distanciamiento respectivo y uso obligatorio de mascarillas. Este tipo de reuniones se programarán de manera excepcional.
- Protección de trabajadores en el puesto de atención al cliente, cubierto con un acrílico de protección en el mostrador, además del uso de mascarilla quirúrgica.
- Limpieza y desinfección de calzados antes de ingresar a áreas comunes del centro de trabajo.
- Programar las atenciones con citas para evitar aglomeraciones en la atención y mejorar el ingreso y salida al centro.
- Establecer puntos estratégicos para el acopio de los materiales de Equipo de Protección Personal usados, (EPP) usados, y todo material descartable posiblemente contaminado (guantes, mascarillas u otros), para el manejo adecuado como material contaminado.
- En el comedor: comerá solo 1 persona en el área de comedor por ser un área pequeña para respetar el distanciamiento social.
 - ✓ Los trabajadores NO DEBEN COMER UNOS FRENTE A OTROS, tanto en el comedor, como en oficinas.
 - ✓ Previo al uso del microondas para calentar los alimentos, se deberá lavarse las manos, en caso de no ser posible el lavado de manos, usar alcohol en gel al 70%.
 - ✓ El personal de limpieza, deberá limpiar el microondas antes y después de su uso

7.5.2. Servicios Higiénicos y Vestuarios:

- Colocar los afiches para el lavado adecuado de manos.
- Mantener el distanciamiento social de al menos 1 metro durante el lavado de manos.

- Realizar el lavado de manos antes y después de utilizar el baño. En caso no sea posible utilizar alcohol en gel al 70%.
- Como los vestidores son pequeños controlar el ingreso del personal a los vestuarios, ya que se debe mantener el distanciamiento social de al menos 1 metro. Esperar a que salga su compañero para ingresar.
- La limpieza de los vestuarios deberá ser antes y después de cada uso.
- La limpieza de los servicios higiénicos deberá ser de al menos cada 2 horas.

7.5.3. Reuniones de trabajo y/o capacitación

- Realizar las reuniones de trabajo y/o capacitaciones de manera virtual mientras dure el Estado de Emergencia Nacional o posteriores recomendaciones que establezca el Ministerio de Salud.
- De ser necesarias las reuniones de trabajo presencial, se deberá respetar el distanciamiento respectivo y uso obligatorios de mascarillas. Se debe programar de manera excepcional.

7.6. Medidas de protección personal

Se asegura la disponibilidad de los equipos de protección personal e implementa las medidas para su uso correcto y obligatorio.

7.6.1. Equipo de EPP- Equipos de Protección Personal

- Los Equipos de Protección Personal (EPP), constituyen medidas individuales de prevención frente al COVID-19 cuyo uso es de forma obligatoria, y varía según el grado de exposición, y será entregado por el Empleador.
- La entrega de los EPP del Empleador.

7.6.2. Equipos de Protección Personal según nivel de riesgo

Los Equipos de Protección Personal según nivel de riesgo del puesto de trabajo dada la naturaleza de nuestro servicio, de Terapia Física y Rehabilitación, las acciones son preventivas al COVID-19 de exposición de RIESGO MEDIANO.

Cumpliendo la Norma legal para la protección de los trabajadores se pone a disposición de todo el personal de Terapia Física los siguientes implementos de protección:

- a) Mascarillas quirúrgicas, cubriendo nariz y boca,
- b) Protector facial,
- c) Gorro (opcional)
- d) Mameluco (opcional)
- e) Guantes para su uso. (opcional)

7.6.3. Uso de Mascarilla Facial:

- El Empleador brindará a cada trabajador(a) la mascarilla facial, la cual es de uso OBLIGATORIO en la Institución durante las horas de trabajo.
- Antes de colocarse la mascarilla el(la) trabajador(a) deberá lavarse las manos.
- La mascarilla debe colocarse de forma minuciosa cubriendo la boca, nariz y barbilla; no debe dejarse espacios de separación con la cara ni tocarla mientras se lleva puesta.

- Los tipos de mascarilla facial que se deben utilizar son los siguientes:
 - ✓ Mascarilla facial-reusable tipo tela, elaborada bajo las especificaciones del MINSA, para trabajadores/as que realizan labores administrativas y que tengan contacto mínimo con otras personas.
 - ✓ Mascarilla tipo quirúrgica, para trabajadores/as que tengan contacto continuo con 5 a 10 personas (choferes, personal de limpieza, personal de vigilancia).
 - ✓ Mascarilla tipo N95, para Médicos Ocupacionales, ya que brinda protección ante el contacto directo y constante con personas asintomáticas y/o sintomáticas-sospechosas a descartar infección por COVID-19.
- El tiempo de uso de la mascarilla facial son los siguientes:
 - ✓ Mascarilla facial-reusable tipo tela, el uso para intercambiar la mascarilla es diario (8 a 10 horas), luego proceder al lavado antes de su reuso (con agua y detergente) y respectivo planchado.
 - ✓ Mascarilla tipo quirúrgica, el uso es de 1 día (24 horas), luego se procede a desechar cortando la mascarilla y colocarlo en una bolsa aparte, rociarla con solución de hipoclorito de sodio (lejía) al 1% para colocarlo junto a los residuos comunes.
 - ✓ Mascarilla tipo N95, el uso es de hasta 3 días (en contacto con la persona con COVID-19) y hasta 7 días si se usa esporádicamente, dependiendo de la manipulación y conservación.

7.6.4. Uso de Guantes:

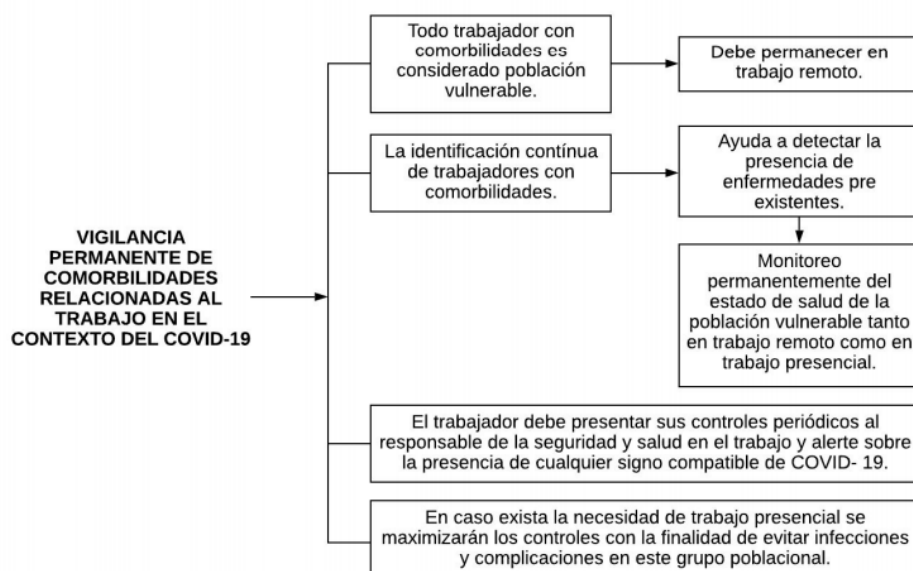
- Los guantes se deberán usar en procedimientos específicos (atenciones médicas, entre otros) ya que se consideran como barrera de protección ante el riesgo biológico; asimismo cuando no se tiene acceso a lavarse las manos, servicios higiénicos o alcohol en gel.
- El personal de limpieza que utiliza guantes de látex reusables deberá lavarlos con agua y detergente, proceder a sacarse y realizar la desinfección con solución de hipoclorito de sodio al 0.1%, esperar que seque y guardar en un lugar limpio y seco.
- Evitar tocarse la cara, ojos, nariz; asimismo sacarse la mascarilla al utilizar los guantes.
- Los guantes pueden dar “falsa sensación de seguridad” pensando que estamos protegidos olvidamos el lavado de mano con la frecuencia.
- El inadecuado uso puede ocasionar “Contaminación Cruzada”, siendo una superficie a la que se puede aferrar los virus.
- LA MEJOR MANERA DE PREVENIR ES LAVARSE LAS MANOS POR LO MENOS POR 20 SEGUNDOS CON AGUA Y JABÓN FRECUENTEMENTE.

7.7. Vigilancia Permanente De Comorbilidades Relacionadas Al Trabajo En El Contexto De Covid-19

La presencia de comorbilidades incrementa significativamente el riesgo de complicaciones en caso de infección por COVID-19 por lo tanto, todo trabajador con comorbilidades es considerado población vulnerable y siempre que sea posible debe permanecer en trabajo remoto y/o virtual.

La identificación continua de trabajadores con comorbilidades está a cargo EL EMPLEADOR, a través de la información de los exámenes médicos ocupacionales o declaración jurada de salud.

Es obligatorio que el trabajador con comorbilidades presente sus controles periódicos al Empleador para mantener la vigilancia permanente de comorbilidades.



VIII. PROCEDIMIENTOS OBLIGATORIOS PARA EL REGRESO Y REINCORPORACIÓN AL TRABAJO.

8.1. Proceso para el regreso al trabajo

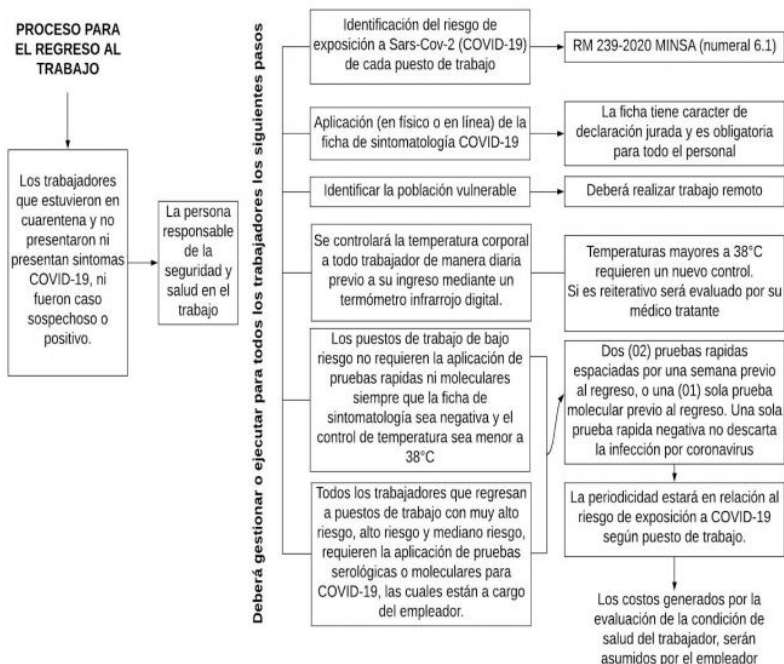
Se establece el proceso de regreso al trabajo, orientado a los trabajadores que estuvieron en cuarentena y no presentaron, ni presentan sintomatología COVID-19, ni fueron caso sospechoso o positivo de COVID-19.

Se deberán cumplir ANTES DEL INICIO de las actividades todos los lineamientos señalados en el capítulo 6

El Empleador deberá gestionar o ejecutar para estos trabajadores los siguientes pasos:

- 8.1.1. Identificación del riesgo de exposición a Sars-Cov-2 (COVID-19) de cada puesto de trabajo según las Definiciones Operativas – Puestos de Trabajo con Riesgo de Exposición a COVID-19 de la RM 239-2020 MINSA.
- 8.1.2. Aplicación de la ficha de sintomatología COVID-19 para regreso al trabajo (Anexo 2) es obligatoria para cada trabajador que concurra a trabajar o prestar servicios, la cual será considerada como declaración jurada.
- 8.1.3. Aquellos que no hayan reportado síntomas podrán acudir al centro de labores con su declaración jurada de manera física o virtual el primer día de ingreso, la cual debe ser entregada al Fisioterapeuta responsable.

- 8.1.4. Todo trabajador que presente factores de riesgo y esté considerado en la población vulnerable deberá realizar trabajo remoto preferentemente, en caso de concurrir a trabajar o prestar servicios, debe suscribir una declaración jurada de asunción de responsabilidad voluntaria (Ver anexo).
- 8.1.5. La ficha de sintomatología y la declaración jurada de asunción de responsabilidad voluntaria, se aplicará vía digital o virtual, 72 horas antes del reinicio al trabajo, previo al reinicio de la prestación de labores presenciales en el centro de trabajo. El Empleador contactará a aquellos que presenten síntomas.
- 8.1.6. El trabajador remite a su empleador la declaración debidamente firmada, en un plazo mínimo de 48 horas, previo al reinicio de la prestación de labores en el centro de trabajo.
- 8.1.7. Antes del reinicio de la prestación de labores presenciales al Centro, el empleador devuelve al trabajador la “Declaración Jurada”, con la firma de su representante legal/responsable de la vigilancia de la salud de los trabajadores, en señal de aceptación y conformidad. El plazo máximo para dicha devolución es de 24 horas previo al reinicio de la prestación de labores presencial en el centro de trabajo.
- 8.1.8. Se controlará la temperatura corporal a todo trabajador de manera diaria previo a su ingreso usando un termómetro infrarrojo digital. Quienes presenten temperatura igual o mayor de 38°C requieren un nuevo control de temperatura y de confirmarse el primer registro se solicitará que el trabajador sea evaluado por el servicio de salud correspondiente (anexo 10). Los resultados de dicha evaluación deberán ser enviados al Fisioterapeuta responsable, quien valorará el caso y determinará las acciones pertinentes.
- 8.1.9. Los puestos de trabajo de Bajo Riesgo no requieren la aplicación de pruebas rápidas ni moleculares siempre que la ficha de sintomatología sea negativa y el control de temperatura sea menor a 38°C.
- 8.1.10. A todos los trabajadores que regresan a puestos de trabajo con riesgo Alto y Mediano Riesgo se les debe aplicar la prueba serológica para COVID-19, las cuales serán gestionadas por el empleador.
- 8.1.11. Se recomienda aplicar dos (02) pruebas rápidas espaciadas de 2 meses o una (01) sola prueba molecular, previa a la reincorporación; teniendo en cuenta que una (01) sola prueba rápida negativa no descarta la infección por COVID-19.
- 8.1.12. La periodicidad de la aplicación de las pruebas para COVID-19, será cada 02 meses.
- 8.1.13. La valoración de las acciones realizadas, en el marco de este lineamiento permite al Empleador/responsable de la vigilancia de la salud de los trabajadores, determinar si el trabajador puede reincorporarse a su puesto de trabajo.



8.2. INCLUIR NUEVAS MODALIDADES DE TRABAJO

la modalidad de trabajo será de acuerdo a las funciones que desempeñe el trabajador. Considerando las siguientes modalidades:

8.2.1. **Trabajo presencial** Implica la asistencia física del/la servidor/a durante la jornada de trabajo.

8.2.2. **Trabajo remoto o Teletrabajo.** - para los servidores que la entidad establezca pueden realizar su labor desde casa o lugar de aislamiento. Es la prestación de servicios sujeto a subordinación, con la presencia física del/la servidor/a civil en su domicilio o lugar de aislamiento domiciliario.

Aplica obligatoriamente al servidor que pertenece a los grupos de riesgo identificados por el Ministerio de Salud, evitando su presencia en las instalaciones de la entidad, así como

La Entidad emitirá una directiva específica sobre la ejecución de trabajo remoto, al personal asignado.

8.2.3. **Trabajo en modalidades mixtas** Implica la combinación de trabajo presencial, el trabajo remoto, y/o licencia con goce de haber compensable, alternando las modalidades en atención a las necesidades de la entidad.

8.3. Aforo Sede Central

8.3.1. El aforo máximo debe cumplir con el requisito del distanciamiento social de al menos 1mt

8.3.2. Aforo máximo determinado considerando distanciamiento social de 1.5 metros.

8.3.3. El Empleador/Responsable cuidará que se cumpla que no se pase el límite del aforo teniendo en cuenta el distanciamiento social normado de al menos 1 metro.

8.3.4. En caso no hubiera lugar disponible para área de espera, los visitantes deberán esperar de forma ordenada y guardando la distancia establecida de al menos 1 metro al ingreso a la

Entidad. El personal de vigilancia deberá controlar y apoyar en el ordenamiento del ingreso de los visitantes

- 8.3.5. El aforo máximo de cada una de los ambientes dentro de sus instalaciones aplicando el distanciamiento social normado de al menos 1 metro es:

8.4. Registro de asistencia y permanencia:

Para registrar la asistencia en la computadora o marcadores, utilizarán el alcohol en gel para la desinfección de manos, con el fin de evitar riesgos y transmisión de agentes biológicos (virus, bacterias, entre otros).

8.5. Reinducción y Capacitación

Para el regreso al trabajo todo el personal que se incorpore a la organización o labores después de haber estado fuera de la actividad por un lapso mayor a 25 días calendario deberá tener:

- 8.5.1. Capacitar de acuerdo al Plan de Vigilancia, Prevención y Control de COVID19 en el trabajo: El personal será capacitado en relación a los protocolos establecidos para comprender su rol como parte de las medidas a implementar.
- 8.5.2 La reinducción a la organización se utilizarán diapositivas de inducción.
- 8.5.3. Reinducción o capacitación según el área o puesto de trabajo.
- 8.5.4. El Empleador velará por el cumplimiento de las capacitaciones según programación para prevenir la salud de los trabajadores:

Programación de capacitación para el Personal sobre Prevención en Salud

ITEMS	TEMAS	Programación			
		JUN	JUL	AGO	SET
1	COVID 19 , PREVENCIÓN	*		*	
2	Bioseguridad en el trabajo	*	*		*
3	Desinfección, Responsabilidad de todos	*		*	
4	Desinfección del equipo PPE	*	*		*
5	Limpieza y desinfección como medidas de Prevención y Riesgo	*		*	
6	Manejo de residuos contaminados	*	*		*
7	Técnica de limpieza, desinfección y mantenimiento de los Equipos de fisioterapia	*		*	

- 8.5.5. Llevar un plan de seguimiento de la aplicación de lo aprendido en la reinducción que permita realizar un desempeño óptimo durante las atenciones.

8.6. Proceso para el regreso o reincorporación al trabajo de trabajadores con factores de riesgo para covid-19

8.6.1 Declaración Jurada para Reinicio de Labores

- Antes del regreso de labores, el personal que haya sido notificado para reincorporación al centro de trabajo deberá llenar la DECLARACIÓN JURADA PARA REINICIO DE LABORES y

entregarlas vía web, luego posteriormente a su ingreso entregara la hoja en físico (ver ANEXO N°13).

- Tener en cuenta que, en la Declaración Jurada, se deberá consignar si se pertenece al grupo de riesgo para realizar las actividades de forma presencial en el centro de trabajo:
 - Gestante
 - Edad mayor de 60 años
 - Hipertensión arterial no controlada
 - Enfermedades cardiovasculares graves
 - Cáncer - Diabetes Mellitus
 - Obesidad con IMC de 40 a más
 - Asma moderado o grave
 - Enfermedad pulmonar crónica
 - Insuficiencia renal crónica con hemodiálisis
 - Enfermedad o tratamiento inmunosupresor

El Centro promoverá para las personas con un IMC mayor a 30, medidas orientadas a reducir el riesgo, tales como, control de peso, alimentación saludable, actividad física, entre otras, orientadas a reducir el riesgo en el trabajo

- Remitir la Declaración Jurada debidamente llenada por correo electrónico a la dirección que se indique.
- La Alta Dirección determinará el número de trabajadores máximos que se reincorporará en la sede. mediante documento correspondiente, quienes no deberán pertenecer al grupo de riesgo (gestantes, mayores de 65 años, personas con hipertensión arterial, diabetes, cáncer, entre otros).

8.7. Procedimiento de los trabajadores en el Centro.

8.7.1 Procedimiento de los Trabajadores al Ingresar:

Orientado a todos los trabajadores que estuvieron en cuarentena y no presentaron, ni presentan sintomatología COVID-19, ni fueron caso sospechoso o positivo de COVID-19, deberán:

1. Cumplir todos los “lineamientos para la vigilancia de la salud de los trabajadores”, indicados en el numeral anterior (Procedimientos obligatorios de prevención del COVID-19).
2. Saludar a una distancia mayor a 1 metro con una seña, sonrisa o venia, no tener contacto físico: no abrazo, no apretón de manos, no choque de puños, no besar en la mejilla, etc.
3. Al ingresar al Centro, deberán desinfectar los zapatos.
4. Se les tomará la medición de temperatura antes de su ingreso al Centro.
5. Antes de colocarse o vestirse con la indumentaria de seguridad:
 - a) Deberá tener el cabello recogido y bien sujeto con una cola o moño, así evitaremos que el virus se impregne en todo el cabello.
 - b) No usar cualquier tipo de accesorios como aretes, collares, etc., de cualquier material, no se acepta la excusa el uso por habito cultural o religioso o sentimental.
 - c) Manos con uñas cortas, dedos libres de aros u sortijas, las manos y muñecas no usar pulseras. Para facilitar el lavado de manos frecuente.

6. La indumentaria de protección es obligatoria y de uso permanente en la hora de labores:

- 1) Mascarilla (cubriendo nariz y boca) siguiendo el protocolo de uso.
- 2) Lentes protectores o cobertor facial. Para evitar contagio por los ojos
- 3) Gorra para cubrir el cabello (opcional).
- 4) Guantes. Opcional, uso en tratamiento de casos de lesión facial.
- 5) Mandil o bata o enterizo cobertor. Obligatorio en riesgo de exposición alto y Muy alto. Opcional en riesgo mediano y bajo.
- 6) No se requiere Cobertor de calzado, el personal se cambiará los zapatos de la calle con calzado cerrado de uso exclusivo para uso dentro del local, se guarda en el vestidor.

8.7.2. Procedimiento de los Trabajadores antes, durante, las labores:

1. Antes de iniciar la jornada laboral o turno, cada personal es responsable de realizar la limpieza y desinfección de su área de trabajo y sus materiales de trabajo. Debe de contar con una botella de ½ litro de agua + 8 gotas de cloro y con el aspersor rociar las áreas a desinfectar, pasando con un trapo de microfibra.
 - a) El personal de admisión o de oficina limpiará su área y materiales a usar como mouse, teclado, teléfono, impresora, etc., sobre todo, cuando se comparte con otros compañeros los objetos, así como con otros turnos.
 - b) Cada personal de Terapia, limpiará el área y materiales a usar, como coche de equipos, camilla, lámpara IR etc. muebles como camilla, silla, etc. antes de ingresar a un paciente, y repetirá el proceso antes que ingrese el siguiente paciente a esa área.
 - c) Cada terapeuta que use el Gimnasio Terapéutico o implementos, deberá pasarle un trapo con desinfectante al material a usar, pesas, varillas, pelota, ligas, etc.
 - d) Nota: No pasar o echar desinfectante de cloro o lejía a los equipos terapéuticos. Solo usar un trapo húmedo enjabonado bien escurrido y enjuague con trapo húmedo bien escurrido agua. Verificar que los equipos para la limpieza deberán estar desconectado de la corriente.
2. Limpiar y desinfectar los objetos cada vez que se comparten como lapiceros, regla, mouse, etc.
3. limpiar y desinfectar periódicamente las superficies que se tocan frecuentemente como barandas, usando un aspersor o rociador con alcohol líquido de 70°. o con una botella de ½ litro de agua + ½ cucharita de cloro (8 gotas).
4. Evitar cercanía entre trabajadores para lo cual mantener 1 metro de distancia entre cada uno en los puestos de trabajo.
5. Antes de recibir un paciente nuevo. Lavarse las manos con agua y jabón, con la forma y tiempo según protocolo obligatorio
6. A excepción de emergencias, no se permite el uso de celulares durante las horas de trabajo. En caso de emergencia, comunicarse con el administrador, quien contará con celular previamente desinfectado con alcohol.
7. Distanciamiento en los puestos de labor, lateralmente cada puesto deberá ser a 1.5mt, no deberán trabajar de forma contigua o frente a frente, respetar el distanciamiento social de al menos 1 metro.
8. No podrán salir en horario de trabajo con la ropa o uniforme del centro a la calle.

9. No podrán solicitar compras del exterior de lugares que no cumplan con el Protocolo Sanitario de prevención. de bodega de expendio de mano a mano. Solo de lugares certificados que cumplen el protocolo de seguridad de vigilancia y prevención.
10. No usar el celular en el área ni horario laboral, menos aún puesto el equipo de EPP. Lo dejarán en el vestidor en su casillero cerrado con candado.
11. El uso del vestidor será 1 persona a la vez a fin de asignar horarios para salvaguardar la salud, así cuidando de dejarlo limpio y desinfectado, una vez desinfectado, dejarlo en el área asignada para los EPP. El retiro del EPP no descartables deberán ser según procedimientos indicados. (Ver anexo).

8.8. Procedimiento Referente a los Clientes

8.8.1. Los clientes al ingreso:

1. Se tomará la medida de temperatura antes de ingresar al Centro.
2. Antes de ingresar deberá desinfectar sus zapatos en la bandeja de desinfección de calzados que se encuentra en la entrada del centro
3. Se le pedirá uso permanente de mascarilla.
4. Se le proporcionará alcohol en gel para la desinfección de manos.
5. Se permitirá el ingreso solo del paciente, no acompañante, a excepción de los casos en que se requiera. (*Menores de edad, personas dependientes de otra para trasladarse o comunicarse*).
6. Se avisará al paciente para que anticipadamente envíe sus exámenes auxiliares por correo, escaneados o imágenes para que sea visto por el médico de turno. Y evitar el manipuleo esos papeles que pueden ser contaminados.

8.8.2. Los clientes para su programación de atención y durante su estadía:

1. Solo se atenderá a paciente con cita. Esta programación nos permitirá tener un orden y evitar la aglomeración. Ya no se puede atender por orden de llegada.
2. Una consulta médica según la Organización mundial de la salud debería demorar 15 minutos. Lo que nos permite calcular las programaciones entre pacientes
3. La atención estará limitada a un número específico de turnos no habiendo entre citas o consultas adicionales, que pueden sobrecargar la sala de espera.
4. Para consulta médica nueva, el paciente deberá registrarse en el área de admisión con 15 minutos de anticipación para llenar su ficha de datos y armar su Historia Clínica y, en caso de Asegurados, los documentos adjuntos. Los pagos serán previamente a su llegada por pago en línea. En caso de que se utilice el POS, este deberá desinfectarse para su uso.
5. Para el tratamiento, el paciente deberá registrarse en el área de admisión con 15 minutos de anticipación en caso de que tenga que pagar el tratamiento. Si ya no tiene pagos pendientes podrá acercarse con 5 minutos de anticipación.
6. El tratamiento de cada paciente demora aproximadamente 30 minutos, en que se contempla la aplicación de agentes, ejercicios e indicación del Terapeuta.
7. Si el paciente llegara tarde a su terapia, se realizará solo parte del tratamiento en los minutos que quedan de su turno, ya que esto nos permite cumplir con el horario del paciente siguiente

8. En la sala de espera se hará prevalecer la distancia social adecuada, la distancia entre los asientos será no menor a 1 metro.
9. En el Consultorio médico se mantendrá una separación del escritorio del Médico y paciente mayor a 1 metro.
10. En el Consultorio solo se revisarán los exámenes médicos a través del laptop enviado previamente de admisión por escaneo del mismo.
11. La camilla será desinfectada antes que ingrese el paciente, opcional el paciente por su seguridad y tranquilidad puede traer una sábana o toalla para su tratamiento.
12. Los equipos, aditamentos, herramientas y materiales al término de cada sesión. Son desinfectados

8.8.3. Otras indicaciones para el cliente:

1. Los pagos se realizarán por la plataforma online o por tarjetas *contactless* para tener el mínimo contacto entre el personal de admisión y el paciente.
2. Saludar a distancia mayor a 1 metro a su terapeuta o médico con una seña, sonrisa, sin tener contacto físico.
3. Se prohibirá el uso de celulares, cuando se encuentre en la consulta o en el tratamiento.

8.9. Procedimiento para la atención con los Proveedores y visitantes:

1. Se tomará la medida de temperatura antes de ingresar al Centro. En caso la temperatura es mayor a 38°C no se permitirá su ingreso.
2. Se le pedirá desinfectar sus zapatos en la bandeja de desinfección de calzados.
3. Se le pedirá uso permanente de mascarilla y guantes.
4. Se le proporcionará alcohol en gel para la desinfección de manos.
5. Se permitirá el ingreso de 1 sola persona. Su ingreso deberá estar previamente coordinado y autorizado. Esto para disminuir el tiempo que estaría un proveedor. Solo entrega y se retira.
6. Para la entrega de paquetes o materiales. En la entrada habrá una bandeja donde colocará el paquete luego alejarse a un metro para permitir que el personal se acerque lo desinfecte antes de tocarlo.
7. Los pagos deberán estar previamente realizados. Se evitará no realizar ningún pago en efectivo con la finalidad de no tener contacto con monedas o billetes que han sido manipulados y contaminados.
8. Deberá cumplir con el distanciamiento determinado.
9. La empresa proveedora deberá capacitar y difundir a su personal en las medidas de prevención que han adoptado para prevenir el contagio de COVID-19.

8.10. Revisión y reforzamiento a trabajadores en procedimientos de trabajo con riesgo crítico en puestos de trabajo (de corresponder)

Por el rubro de negocio y actividades que se desempeñan, no existe riesgo. Por lo tanto, este numeral NO APLICA.

8.11. Proceso para el regreso o reincorporación al trabajo de trabajadores con factores de riesgo para covid-19.

Se considera a todos los trabajadores que presenten los siguientes factores de riesgo para COVID-19. *según N° 283-2020-MINSA 13MAY20*

- Edad mayor de 65 años.
- Hipertensión arterial no controlada.
- Enfermedades cardiovasculares graves.
- Cáncer.
- Diabetes mellitus.
- Obesidad con IMC de 40 a más.
- Asma moderada o grave.
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica.
- Insuficiencia renal en tratamiento con hemodiálisis.
- Enfermedad o tratamiento inmunosupresor.

Para los trabajadores contemplados en la lista anterior, mantendrán la cuarentena domiciliaria según lo establezca la normativa correspondiente, y se le hará el seguimiento clínico que corresponda para evaluar su reincorporación y regreso al trabajo.

Los trabajadores que realicen sus funciones a través de trabajo remoto, deben cumplir con las disposiciones establecidas en la normativa vigente. Y en caso deseen voluntariamente concurrir a trabajar o prestar servicios, cumpliendo con las disposiciones que se han emitido a la fecha de entrada en vigencia del Decreto Supremo N° 094-2020-PCM, y por las autoridades de SUNAFIL, Autoridad Sanitaria, entre otras en el ámbito de sus competencias.

IX. RESPONSABILIDADES DEL CUMPLIMIENTO DEL PLAN

Se garantiza el cumplimiento del plan, ya que:

1. **El empleador** se hará responsable de que este sea de conocimiento del personal, así como de las personas naturales o jurídicas que visiten el Centro, como clientes y proveedores.
2. Se asignará al **personal responsable** del monitoreo, supervisión y control de las medidas implementadas en el plan. De no encontrarse presente, éste asignará a la persona responsable de asumir dicha responsabilidad.
 - Deberá asegurar el cumplimiento del presente protocolo, hacia sus colaboradores, proveedores y clientes.
 - Asegurar la identificación de aquellos colaboradores que representen grupos de riesgo.
 - Verificar que todos sus colaboradores reciban capacitación específica previo al reinicio de sus actividades.
 - Identificar los casos sospechosos, probables y confirmados, a fin que procedan de acuerdo a los protocolos establecidos por la autoridad sanitaria.
3. **Los Colaboradores** deberán participar obligatoriamente en las capacitaciones y/o charlas para evitar la propagación del Coronavirus-COVID-19 y cumplir con todos los lineamientos especificados en el presente protocolo.

4. **Los Proveedores y Clientes, que visiten el local** deberán cumplir con las especificaciones establecidas para ellos, en el presente protocolo.

X. PRESUPUESTO Y PROCESO DE ADQUISICIÓN DE INSUMOS PARA EL CUMPLIMIENTO DEL PLAN.

Se ha indagado sobre los proveedores de insumos requeridos para el cumplimiento del plan. Obteniendo la siguiente información referencial:

- **Material de protección personal – consumo mensual por persona**

cantidades	Concepto	Precio unit	Total
30	macarillas qirurgicas descartables	S/ 2.5	S/ 75.0
	maskarillas descartables de uso quirurgico, de 3 capas, con sujetador en la nariz, resistente a fluidos, BFE 95%		
30	pares de guantes de latex	S/ 1.0	S/ 30.0
	Guantes de examen de un solo uso, ambidiestros con superficie lisa, puño enrollado, ligeramente empolvado y no estéril. Brindan protección contra sustancias no deseadas o peligrosas, son de fácil colocación, ajustables y confortables. Su diseño contribuye a evitar que se salgan o se enrollen. Fabricados conforme a las Normas: ASTM D3578 (2010) ISO 9001: 2008 e ISO 13485: 2012. El uso de polvo de almidón de maíz absorbible grado USP está aprobada por la FDA.		
30	gorros descartables para el cabello	S/ 0.7	S/ 21.0
	GORRO tipo tira descartable con elástico de dos ligas en el borde para un buen ajuste y cobertura total del cabello; cumple con la función de evitar que el cabello entre en contacto con el producto, su diseño impide la transferencia de agentes contaminantes físicos. Material NOTEX 40gr.		
	Presupuesto por persona al mes		S/ 126.0

- **Compra de Alcohol en gel – consumo mensual**
s/. 50 soles por litro.
Uso estimado al mes 8 litros
Costo por mes s/. 400 soles
- **Compra de bandeja de desinfección de calzados y dispensador de alcohol en gel**
Costo de s/. 550 soles.
- **Otros materiales.**

APROBACIÓN DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

El presente documento, fue elaborado por el comité determinado para velar por la seguridad y salud en el trabajo.

Por lo tanto, el presente “plan de vigilancia, prevención y control del COVID-19 en el trabajo” cuenta con la revisión y aprobación del comité de seguridad y salud en el trabajo. Se adjunta los anexos.

ANEXOS

Anexo 1 – Anexo 1 de Resolución Ministerial N° 265 – 2020 – MINSA

Anexo 2 - Anexo 2 de Resolución Ministerial N° N° 283-2020-MINSA 13MAY20

Anexo 3 - Manejo de Equipo de Protección Personal y residuos sólidos.

Anexo 4 - Cuestionario de condiciones de salud del colaborador

Anexo 5 – Cartilla informativa sobre el autocuidado y cuidado de la salud mental de la población.

Anexo 6 – Cartilla informativa sobre uso de mascarilla.

Anexo 7 – Pasos como COLOCARSE el equipo de protección EPP (cuando no se ha tratado pacientes con coronavirus).

Anexo 8 – Pasos como RETIRARSE el equipo de protección EPP (cuando no se ha tratado pacientes con coronavirus).

Anexo 9 – Cómo colocar y retirar correctamente la mascarilla.

XI. BASE LEGAL - BIBLIOGRAFÍA

- Autoridad Nacional del Servicio Civil-SERVIR. Recomendaciones sobre las medidas y las condiciones de Seguridad y Salud en el trabajo remoto-Módulo I.
- Autoridad Nacional del Servicio Civil-SERVIR. Guía Operativa para la gestión de recursos humanos durante la vigencia de la declaratoria de la Emergencia Sanitaria producida por el COVID-19.
- Ley N° 27444. Ley de Procedimiento Administrativo General.
- Ley N° 29733. Ley de Protección de Datos Personales y su modificatoria.
- Ley N° 29783; Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y sus modificatorias.
- Decreto Supremo N°005-2012 TR; Reglamento de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y sus modificatorias.
- Decreto Supremo N° 008-2020-SA, Decreto Supremo que declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario y dicta medidas de prevención y control del COVID-19.
- Decreto Supremo N° 011-2006-VIVIENDA. Reglamento Nacional de Edificaciones.
- Norma Técnica Peruana (NTP). 329.200:2020. MATERIALES MÉDICOS. Mascarillas Quirúrgicas. Requisitos y Métodos de Ensayo.
- Decreto de Urgencia N° 026-2020, Decreto de Urgencia que establece diversas medidas excepcionales y temporales para prevenir la propagación del CORONAVIRUS (COVID19) en el Territorio Nacional

Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19, y sus precisiones y modificatorias.

- Decreto de Urgencia N°-044-2019, Decreto de Urgencia que establece medidas para fortalecer la protección de Salud y Vida de los Trabajadores.
- Presidencia del Consejo de Ministros. Lineamientos para la Atención a la Ciudadanía y el Funcionamiento de las Entidades del Poder Ejecutivo, durante la Vigencia de la Declaratoria de Emergencia Sanitaria producida por el COVID-19 en el Perú, en el Marco del Decreto Supremo N° 008-2020-SA.
- Resolución Directoral N° 03-2020-INACAL/DN. Guía para la limpieza y desinfección de manos y superficies.
- Resolución Ministerial N° 135-2020-MINSA. Especificación Técnica para la confección de mascarillas faciales de uso comunitario.
- Resolución Ministerial N° 193-2020-MINSA. Documento Técnico sobre Prevención, Diagnóstico y Tratamiento de personas afectadas por Covid-19 en el Perú y sus modificatorias.
- Resolución Ministerial N° 239-2020-MINSA. Lineamientos para la Vigilancia, Prevención y Control de la Salud de los Trabajadores con Riesgo de Exposición a COVID-19 y sus modificatorias.
- Resolución Ministerial N° 773-2012-MINSA. Directiva Sanitaria N° 048-MINSA-DGSPV.01, "Directiva Sanitaria para promocionar el Lavado de Manos Social como práctica saludable en el Perú".
- Resolución Ministerial N° 055-2020-TR. Guía para la prevención ante el Coronavirus (COVID-19) en el ámbito laboral.
- Resolución Ministerial N° 072-2020-TR. Guía para la aplicación del trabajo remoto.
- Decreto Supremo N° 094-2020-PCM. Diario Oficial El Peruano, 23 de Mayo 2020.
- "Prevención, Diagnóstico y Tratamiento de Personas Infeccionadas por COVID-19 en el Perú"
– RM-139-2020-MINSA, Abril 2020.
- "Lineamientos para la vigilancia, prevención y control de la salud de los trabajadores con riesgo de exposición a COVID-19", RM-239-2020-MINSA - Perú, 28 de abril del 2020
- "Guía técnica Cuidado de la salud mental del personal de la salud en el contexto del COVID- 19", MINSA – Perú, Abril 2020
- "Guía técnica de procedimientos de limpieza y desinfección de ambientes en los establecimientos de salud y servicios de apoyo", RM 372-2011-MINSA – Perú, 16 de mayo del 2011.
- "Políticas y Procedimientos. ANEXO I: Uso Racional de Equipo de Protección Personal el Manejo de la Enfermedad por Nuevo Coronavirus (COVID-19)", Ministerio de Salud, Desarrollo Social y Deporte de la Provincia de Mendoza - Gobierno de Mendoza - Argentina, Marzo 2020
- Recomendaciones para el uso de Equipo de Protección Personal (EPP) por el personal de salud asistencial ante casos sospechosos, probables o confirmados de COVID-19, Seguro Social de Salud - ESSALUD, Lima – Perú, Marzo 2020.
- Alerta Epidemiológica AE-010-2020- MINSA - Perú.

ANEXO 1

Profesional de Salud del Servicio de Seguridad y Salud en el Trabajo por tamaño de empresa

Responsable de Seguridad y Salud de los Trabajadores	Centro de trabajo TIPO 1 (no incluidos en DS 003-98 SA)	Centro de trabajo TIPO 2 (Incluidos en DS 003-98 SA)	Centro de trabajo TIPO 3	Centro de trabajo TIPO 4	Centro de trabajo TIPO 5
	Hasta 20 trabajadores	Hasta 20 trabajadores	21 a 100 trabajadores	101- 500 trabajadores	más de 500 trabajadores
Empleador	X	X (*)	X	X	X
Lic. Enfermería(**)		X	X	X	X
Médico/a(***)				X	X

Para el caso de los Centros de Trabajo Tipo 3, Tipo 4 y Tipo 5, se consideran todas las actividades económicas incluidas o no incluidas en el Decreto Supremo N° 003-98-SA.



(*) En el caso de empresas hasta 20 trabajadores de actividades consideradas en el Decreto Supremo N° 003-98-SA, el empleador podrá solicitar la consultoría a un profesional con especialidad en salud ocupacional, o Centro de Prevención de Riesgos del Trabajo (CEPRIT) de EsSalud.
(**) El profesional de enfermería debe contar con entrenamiento en salud ocupacional o afines; su jornada laboral tendrá una duración máxima de 36 horas semanales o su equivalente de 150 horas mensuales, incluyendo la jornada de guardia diurna y nocturna. Por cada mil trabajadores debe contar con un profesional adicional.
(***) El cargo de Médico ocupacional en el centro de trabajo para Centros de Trabajo Tipo 5 debe ser cubierto por médico especialista en medicina ocupacional o medicina del trabajo, Magíster o egresado de maestría en Salud Ocupacional, medicina ocupacional o seguridad y salud en el trabajo; en el caso de Centros de Trabajo Tipo 4 el médico debe contar con diplomado universitario en salud ocupacional como mínimo. La jornada laboral del médico en centros de trabajo hasta 500 trabajadores tendrá una duración máxima de 18 horas semanales; en el caso de centros de trabajo con más de 500 trabajadores la jornada laboral tendrá una duración máxima de 36 horas semanales, incluyendo la jornada de guardia diurna y nocturna. Por cada mil trabajadores debe contar con un profesional adicional".

Anexo 2 – Ficha de Sintomatología COVID -19 para el Regreso al Trabajo – Declaración Jurada, Según formato de Resolución Ministerial N° 265 – 2020 – MINSA

Ficha de sintomatología COVID-19 Para Regreso al Trabajo Declaración Jurada

He recibido explicación del objetivo de esta evaluación y me comprometo a responder con la verdad.

Empresa o Entidad pública _____
Apellidos y nombres _____
Área de trabajo _____
DNI _____
Dirección _____
Número de celular _____

En los últimos 14 días no ha tenido alguno de los síntomas siguientes:

	Sí	No
1. Sensación de alza térmica o fiebre.		
2. Tos, estornudos o dificultad para respirar.		
3. Expectoración o flema amarilla o verdosa.		
4. Está tomando alguna medicación (detallar cuál o cuáles)		

Todos los datos expresados en esta ficha constituyen declaración jurada de mi parte.

He sido informado que de omitir o falsear información, puedo perjudicar la salud de mis compañeros, y la mía propia, lo cual, de constituir una falta grave a la salud pública, asumo sus consecuencias.

Fecha / /

Firma _____

Anexo 3 - Manejo de Equipo de Protección Personal y residuos sólidos.

EPP	Imagen referencial
maskailla quirurgica	
guantes descartables de látex	
protector facial (opcional)	
gorro descartable (opcional)	

Uso y eliminación del Equipo de Protección Personal y Residuos Contaminado

Equipo de Protección:

1. Mascarilla quirúrgica

- Se utiliza para disminuir la diseminación del virus al hablar y al toser. Su uso previene la exposición de las membranas mucosas de la boca a la nariz.
- La mascarilla se desecha se descartan en el punto de acopio de elementos contaminados tacho de "bolsa roja".
- Prueba de ajuste:
 - Cubrir la mascarilla en su totalidad con las manos, proceder a espirar el aire suavemente. Si el aire escapa alrededor de la cara y no por la mascarilla se debe colocar nuevamente y ajustar.
 - Realizar una inspiración con la que la mascarilla debe deprimirse ligeramente hacia la cara.
 -

2. Guantes protectores de látex

- Al usarlos, no se deben tocar ni manipular insumos o equipos que no sean

necesarios en el momento.

- Evitar contacto con superficies o áreas corporales que no estén libres de desinfección, o se les haya hecho desinfección previa.
- Los guantes se retiran manteniendo la asepsia.
- Los guantes se desechan en el punto de acopio de elementos contaminados, tacho con “bolsa roja”
- Lavarse la mano con agua y jabón después del uso del guante

3. Lentes de seguridad o protector facial:

Por prevención, proteger los ojos y el rostro.

El protector facial o las gafas se desinfecta o renueva entre procedimientos o cuando se presenten signos evidentes de contaminación, como fisuras en la mica protectora.

4. Gorro Descartable:

Previene la entrada y caída de partículas virales contaminadas al cabello ya que este facilita la retención y posterior dispersión.

- a. Hay que tener el cabello recogido en una cola o moño, antes de colocarse el gorro de protección.
- b. No debe quitarse el gorro durante las labores de atención al paciente.
- c. Al retirarlo se descartar en el punto de acopio de elementos contaminados, Tacho con bolsa roja, al finalizar el día.

Anexo 4 – Cuestionario de condiciones de salud del colaborador

CUESTIONARIO DE CONDICIONES DE SALUD DEL COLABORADOR/A en el marco del COVID-19

DATOS PERSONALES									
Apellido Paterno			Apellido Materno			Nombres			
Fecha de Nacimiento:			Edad:		Estado Civil:		Soltera		
DNI No:					Teléfono:				
Domicilio actual:									
Dirección (Avenida / Calle / Jirón / Manzana-Lote / N°, Etc.)					Urb. / Coop. / AAHH / Etc.		Distrito		
Referencia para ubicar el domicilio									
Cargo actual:			Dirección a la que pertenece:			Sede:			
DATOS FAMILIARES (Indicar solo familiares con los que habita)									
Familiar 1									
Apellido Paterno			Apellido Materno			Nombres			
Parentesco			Edad		DNI N°				
Familiar 2									
Apellido Paterno			Apellido Materno			Nombres			
Parentesco			Edad		DNI N°				
Familiar 3									
Apellido Paterno			Apellido Materno			Nombres			
Parentesco			Edad		DNI N°				
Familiar 4									
Apellido Paterno			Apellido Materno			Nombres			
Parentesco			Edad		DNI N°				
Familiar 5									
Apellido Paterno			Apellido Materno			Nombres			
Parentesco			Edad		DNI N°				
Algunos de sus familiares o usted se encuentra en la siguiente condición:									
Embarazo:		SI	NO	Parentesco		Lactancia:	SI	NO	Parentesco
ANTECEDENTES DE CONTACTO - COVID 19									
En la última semana, usted o alguien de su familia con la que ha tenido contacto ha sido detectada con COVID 19									
Ha tenido contacto con familiar detectado con COVID 19 (indicar parentesco):		SI	NO	Parentesco		Fecha de detección:			
Ha viajado o estado en lugares con alta presencia del COVID 19 (indicar lugar):		SI	NO	Lugar		Periodo de la permanencia:			
ANTECEDENTES DE SALUD									
En la última semana usted ha presentado alguno de estos síntomas:									
Fiebre	x	Tos seca	x	Problemas para respirar		x	Dolor de		x
Indicar si es que usted o algún familiar (declarado) tiene alguna de las siguientes condiciones médicas									
Principales enfermedades crónicas				Usted	Familiar	Indique parentesco			
1 Hipertensión arterial									
2 Diabetes									
3 Asma									
4 Insuficiencia renal crónica									
5 Obesidad ¹									
6 Enfermedades cardiovasculares									
6,1 Insuficiencia cardíaca									
6,2 Antecedentes de infartos cardíacos									
6,3 Fibrilación auricular									
6,4 Arritmias cardíacas en general									
6,5 Portadores de marcapasos									
6,6 Antecedentes de accidentes cerebrovasculares									

6,7	Otras enfermedades cardiovasculares			
	Especificar			
Principales enfermedades crónicas		Usted	Familiar	Indique parentesco
7	Enfermedades respiratorias crónicas			
7,1	Enfermedad pulmonar obstructiva crónica			
7,2	Fibrosis pulmonar			
7,3	Fibrosis quística			
7,4	Otras enfermedades respiratorias crónicas			
	Especificar			
8	Enfermedad o tratamiento inmunosupresor			
8,1	Artritis reumatoidea			
8,2	Lupus eritematoso sistémico			
8,3	Cáncer o neoplasias			
8,4	Esclerosis múltiple			
8,5	Escoliosis lateral amiotrófica			
8,6	Otras enfermedades que afecten al sistema inmunológico			
	Especificar			
8,7	Tratamientos con corticoides ² prolongados (3 meses)			
8,8	Otros tratamientos inmunosupresores ³			
	Especificar			

1 - Obesidad: se considera cuando el índice de masa corporal (IMC) es igual o mayor a 30. El IMC se calcula con la siguiente fórmula:

$$IMC = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Altura (m)}^2}$$

Ejemplo:

65 kg / 1.60 m² = 25.39 - no obeso

80 kg / 1.60 m² = 31.25 - obeso

2 - Corticoides: ciclosporina, azatioprina, micofenolato, ciclofosfamida, metotrexato, penicilamina, anticuerpos monoclonales (basiliximab, daclizumab, adalimumab, infliximab, etc.), etanercept, alefacept, filgrastim, antirretrovirales.

3 - Inmunosupresores: que afectan al sistema inmunológico

Otras enfermedades crónicas		Usted	Familiar	Indique parentesco
1	Fumadores activos			
2	Anemia moderada o severa			
3	Insuficiencia hepática			
4	Cirrosis hepática			
5	Enfermedades tiroidea			
5,1	Hipertiroidismo			
5,2	Hipotiroidismo			
5,3	Otras enfermedades de la tiroides			
	Especificar			
6	Trastornos de la coagulación			
7	Discapacidad declarada o síndrome de Down			

EN CASO DE EMERGENCIA COMUNICAR A :

Nombres y Apellidos:			
Dirección:			
Teléfono:		Parente:	

DECLARACION Y CONSENTIMIENTO		
Declaro que toda la información brindada en este cuestionario tiene carácter de declaración jurada sujeta a verificación y sustentación documentada, cualquier dato falso será sancionado conforme a las normas de la institución:	SI	NO
Acepto que la información declarada en el presente cuestionario sea usada por la institución para las acciones de bienestar, seguridad y salud ocupacional en el marco de la ley de confidencialidad de datos:	SI	NO
Acepto actualizar la información declarada en el presente documento cada vez que la institución lo solicite:	SI	NO
Declaro cumplir estrictamente con los protocolos, normas, directrices y demás documentos que emita la institución para el desarrollo de mi labor sea presencial o virtual (según sea calificado):	SI	NO
Declaro comprometerme a asistir a las capacitaciones y cumplir con el plan comunicacional que disponga la institución:	SI	NO

Declaro estar en condiciones de re iniciar mis labores presenciales autorizadas por la institución en conformidad con la normatividad vigente:	SI	NO
A continuación firmo libre y voluntariamente el presente documento dando con ello conformidad a los datos, aceptación y declaraciones emitidas en el presente cuestionario.		
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-end;"> <div style="text-align: center;"> Fecha: / / </div> <div style="text-align: center;"> <div style="border-bottom: 1px solid black; width: 150px; margin: 0 auto;"></div> Firma </div> <div style="text-align: center;"> DNI N° </div> </div>		

Anexo 5 – Cartilla informativa sobre el autocuidado y cuidado de la salud mental de la población.



USO DE MASCARILLA

COLOCAR



Lava tus manos con agua y jabón o desinfectante para manos.



Sostén la mascarilla por las tiras y coloca un lazo alrededor de cada oreja.



Moldea el borde rígido a la forma de tu nariz.



Dirige la parte inferior



Evita tocar la parte

RETIRAR



Lava tus manos con agua y jabón o desinfectante para manos.



Evita tocar la parte frontal de la mascarilla. Solo toca las tiras para las orejas.



Sostén ambas tiras, levanta y retira suavemente la mascarilla.



Arroja la mascarilla a la basura.



Lava tus manos con agua y jabón o desinfectante para manos.

Anexo 7 – Pasos como COLOCARSE el equipo de protección EPP (cuando no se ha tratado pacientes con coronavirus).

Pasos para **colocarse** el equipo de protección personal (EPP)

cuando **no se realizará** procedimientos generadores de aerosoles

1 Retírese anillos, pulseras, relojes y/o algún otro objeto que se encuentre en sus dedos, manos o muñecas.



2 Diríjase al lugar designado para la colocación del EPP, verifique que el EPP esté completo y que todos los implementos sean del tamaño correcto.

3 Colóquese el protector de calzado o botas. **(opcional)**



4 Realice higiene de manos con agua y jabón o fricción con un preparado de base alcohólica.



5 Colóquese el mandilón (mandil descartable)



6 Colóquese el respirador (N95 o de mayor nivel) o mascarilla quirúrgica. †

7 Una vez puesto el respirador, realice la inspección de sellado del mismo. ††



8 Colóquese el protector ocular (lentes o escudo facial).



9 Colóquese el gorro descartable. **(opcional)**



10 Colóquese los guantes descartables no estériles.



† Debe revisar la integridad del respirador antes de su colocación (verifique que los componentes como correas, puente nasal y material de espuma nasal no se hayan degradado). En caso se vaya a colocar un respirador N95 previamente utilizado en la atención de pacientes con sospecha o confirmación de COVID-19 (reuso de respirador), utilice una toalla desechable o guantes para colocarse el respirador, luego de lo cual descarte la toalla o los guantes.

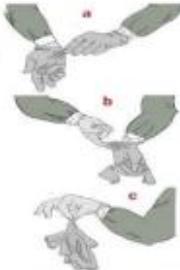
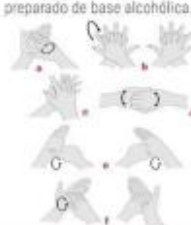





†† Cubra la mascarilla en su totalidad con las manos, proceda a respirar aire suavemente, si éste se escapa alrededor de la cara y no por la mascarilla debe colocar nuevamente y ajustar. Realice una inspiración con la que la mascarilla debe deprimirse ligeramente hacia la cara.

Fuente: Adaptado de OMS (2014) | Pasos para ponerse y quitarse el equipo de protección personal (EPP)

Anexo 8 – Pasos como RETIRARSE el equipo de protección EPP (cuando no se ha tratado pacientes con coronavirus).

Pasos para retirarse el equipo de protección personal (EPP)

cuando no se realizó procedimientos generadores de aerosoles

<p>1 Diríjase al lugar asignado para el retiro del EPP. Asegúrese que haya recipientes para desechos infecciosos. Debe haber recipientes separados para los componentes reutilizables.</p>	<p>2 Retírese el par de guantes cuidadosamente con la técnica apropiada y deséchelos de una manera segura.</p> 	<p>3 Realice higiene de manos con agua y jabón o fricción con un preparado de base alcohólica.</p> 
<p>4 Retírese el gorro (si se lo colocó).</p> 	<p>6 Retírese el mandilón.</p> 	
<p>5 Realice higiene de manos con agua y jabón o fricción con un preparado de base alcohólica.</p>	<p>7 Realice higiene de manos con agua y jabón o fricción con un preparado de base alcohólica.</p>	
<p>8 Retírese el protector ocular (lentes o escudo facial).</p> 	<p>10 Retírese el respirador (N95 o de mayor nivel) o mascarilla quirúrgica.</p> 	<p>12 Retírese el protector de calzado (si se lo colocó).</p> 
<p>9 Realice higiene de manos con agua y jabón o fricción con un preparado de base alcohólica.</p>	<p>11 Realice higiene de manos con agua y jabón o fricción con un preparado de base alcohólica.</p>	<p>13 Realice higiene de manos con agua y jabón o fricción con un preparado de base alcohólica.</p>

Fuente: Adaptado de OMS (2014) / Pasos para ponerse y quitarse el equipo de protección personal (EPP)

Anexo 9 – Cómo colocar y retirar correctamente la mascarilla.

CÓMO COLOCAR Y RETIRAR CORRECTAMENTE LA MASCARILLA FACIAL



COLOCACIÓN DE LA MASCARILLA	
<p>Paso 1 Lávese las manos con agua y jabón, o desinfecte con alcohol por 20 segundos antes de tocar la mascarilla.</p>	<p>Paso 2 Verifique ambos lados de la mascarilla. Asegúrese que no tenga roturas o agujeros.</p>
<p>Paso 3 Sostenga de las tiras elásticas de los costados y ajuste sobre la nariz y boca. Coloque las tiras detrás de las orejas.</p>	<p>Paso 4 Asegúrese de que cubra la nariz, boca y barbilla.</p>
<p>Paso 5 Ajuste a la nariz la parte superior de la mascarilla. Evite tocar la parte frontal mientras lleva puesto.</p>	

RETIRO DE LA MASCARILLA	
<p>Paso 1 Lávese las manos con agua y jabón, o desinfecte con alcohol por 20 segundos antes de retirar la mascarilla.</p>	<p>Paso 2 Evite tocar la parte frontal de la mascarilla ya que está contaminada.</p>
<p>Paso 3 Tome las tiras elásticas de los costados y levante para retirar del rostro.</p>	<p>Paso 4 Deseche en una bolsa cerrada herméticamente. No arroje al piso. No reutilice.</p>
<p>Paso 5 Lávese las manos con agua y jabón, o desinfecte con alcohol por 20 segundos después de retirar la mascarilla.</p>	

Recomendamos el uso de mascarillas para la población en las siguientes circunstancias:

- Lugares cerrados con poca ventilación (hospitales, supermercados, bancos, transporte público).
- Lugares donde haya aglomeración de personas.