



Junta de Andalucía

CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS
Secretaría General Técnica

UNIDAD DE PREVENCIÓN DE
RIESGOS LABORALES

Exp. UPRL 20/168

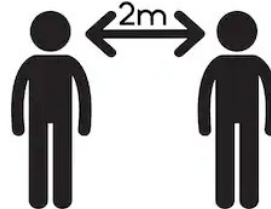
Ver 1 / 04-05-20

Pág. 1 de 8

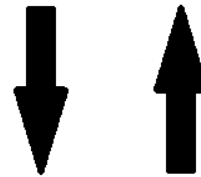
RECOMENDACIONES A LAS PERSONAS TRABAJADORAS SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL TRABAJO PRESENCIAL CON MOTIVO DE COVID-19

RECOMENDACIONES GENERALES

En todo momento, durante la jornada, en los descansos, accesos, salidas, etc. debe mantenerse la **DISTANCIA SOCIAL DE 2m**, con el resto de personas



Siga las vías de circulación establecidas y en su caso, **RESPETE LA SEÑALIZACIÓN**



De forma general en los pasillos y escaleras, **CIRCULE POR SU DERECHA** para mantener el distanciamiento social al máximo al cruzarse.

En los pasillos y escaleras estrechas, **EVITE LOS CRUCES**, esperando que la persona que transita lo abandone



Preferentemente
USE LAS ESCALERAS
en vez del ascensor





Junta de Andalucía

CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS
Secretaría General Técnica

**UNIDAD DE PREVENCIÓN DE
RIESGOS LABORALES**

Exp. UPRL 20/168

Ver 1 / 04-05-20

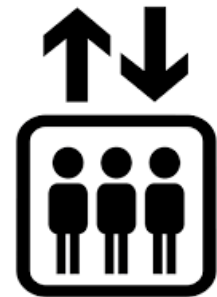
Pág. 2 de 8

RECOMENDACIONES A LAS PERSONAS TRABAJADORAS SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL TRABAJO PRESENCIAL CON MOTIVO DE COVID-19

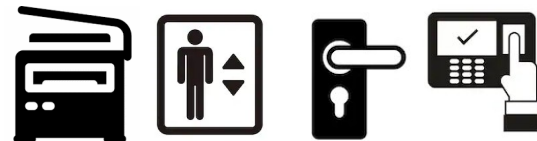
RECOMENDACIONES GENERALES

En caso de usar el ascensor

**SOLO UNA PERSONA EN LA
CABINA**



Al tocar objetos de uso común como fotocopiadoras, pomos de puertas, pasamanos, ascensores, teléfonos, sistemas de acceso y picada, etc.



LÁVESE BIEN LAS MANOS



Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo al toser o estornudar y deséchelo a un cubo de basura
Si no dispone de pañuelos, emplee la parte interna del codo para no contaminar las manos. En todo caso,



**EVITE TOCARSE LOS OJOS,
NARIZ O BOCA CON LAS MANOS**

**RESPETE Y CUMPLA LAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN FRENTE AL
COVID-19 DEL MINISTERIO DE SANIDAD, LA CONSEJERÍA DE
SALUD Y FAMILIAS Y LAS ESTABLECIDAS EN SU CENTRO**



Junta de Andalucía

CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS
Secretaría General Técnica

UNIDAD DE PREVENCIÓN DE
RIESGOS LABORALES

Exp. UPRL 20/168

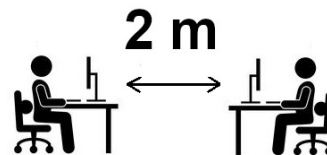
Ver 1 / 04-05-20

Pág. 3 de 8

RECOMENDACIONES A LAS PERSONAS TRABAJADORAS SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL TRABAJO PRESENCIAL CON MOTIVO DE COVID-19

RECOMENDACIONES EN EL TRABAJO

Debe mantener en todo momento, la **DISTANCIA SOCIAL DE 2m** en los puestos de trabajo.



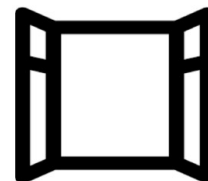
En los despachos, sólo debe haber una persona a menos que sea lo suficientemente amplio como para garantizar la distancia social de 2m



EVITE REUNIONES PRESENCIALES



Siempre que sea posible en su zona de trabajo e independientemente de la renovación de aire de la climatización general del edificio



VENTILE LA ESTANCIA ENTRE 10 Y 15 MINUTOS AL DÍA

Evite en lo posible compartir material de oficina (lápices, grapadoras, teléfonos, equipos informáticos, etc.) con los compañeros



CADA PERSONA DEBE USAR SU PROPIO MATERIAL



Junta de Andalucía

CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS
Secretaría General Técnica

UNIDAD DE PREVENCIÓN DE
RIESGOS LABORALES

Exp. UPRL 20/168

Ver 1 / 04-05-20

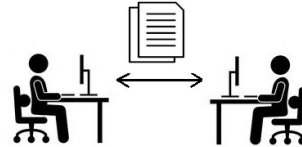
Pág. 4 de 8

RECOMENDACIONES A LAS PERSONAS TRABAJADORAS SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL TRABAJO PRESENCIAL CON MOTIVO DE COVID-19

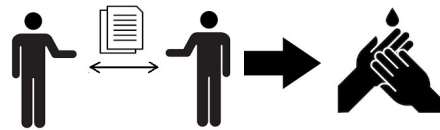
RECOMENDACIONES EN EL TRABAJO

EVITE EN LO POSIBLE COMPARTIR DOCUMENTOS EN PAPEL

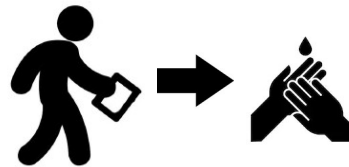
Priorizar el trabajo compartiendo los documentos por correo o trabajando en redacción



LÁVESE BIEN LAS MANOS si no puede evitar compartir la documentación



En el caso de ordenanzas, personal de seguridad, informáticos y trabajadores que deben manipular correo, paquetes, equipos y documentos en general, **SE DEBE INTENSIFICAR EL LAVADO DE MANOS**





Junta de Andalucía

CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS
Secretaría General Técnica

UNIDAD DE PREVENCIÓN DE
RIESGOS LABORALES

Exp. UPRL 20/168

Ver 1 / 04-05-20

Pág. 5 de 8

RECOMENDACIONES A LAS PERSONAS TRABAJADORAS SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL TRABAJO PRESENCIAL CON MOTIVO DE COVID-19

RECOMENDACIONES EN DESCANSOS

Si la estancia de aseos no es suficientemente amplia para asegurar la distancia social de 2 metros, sólo debe haber una persona usando el aseo a la vez



RESPETE LAS LIMITACIONES DE ACCESO

LÁVESE BIEN LAS MANOS, AL MANIPULAR LAS FUENTES DE AGUA

No beba directamente de ella, úselas solamente para llenar vasos u otros recipientes.



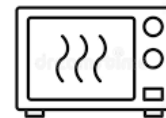
NO COMPARTA MESA

Si la usa, desinféctela, use guantes y deséchelos



NO UTILICE

elementos compartidos como frigorífico, microondas, tostadora...



En todo caso,

LÁVESE BIEN LAS MANOS

después de manipular máquinas expendedoras o elementos compartidos





Junta de Andalucía

CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS

Secretaría General Técnica

**UNIDAD DE PREVENCIÓN DE
RIESGOS LABORALES**

Exp. UPRL 20/168

Ver 1 / 29-04-20

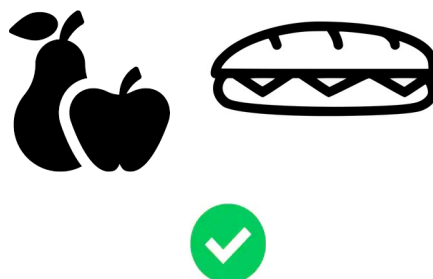
Pág. 6 de 8

RECOMENDACIONES A LAS PERSONAS TRABAJADORAS SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL TRABAJO PRESENCIAL CON MOTIVO DE COVID-19

RECOMENDACIONES EN DESCANSOS

Lávese bien las manos, antes de desayunar o tomar algo durante la jornada de trabajo.

Tómelo preferentemente en su propia mesa, llevando preparado de casa fruta, bocadillos o alimentos que no precisen el uso de un microondas, tostadora o similar.





Junta de Andalucía

CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS
Secretaría General Técnica

UNIDAD DE PREVENCIÓN DE
RIESGOS LABORALES

Exp. UPRL 20/168

Ver 1 / 04-05-20

Pág. 7 de 8

RECOMENDACIONES A LAS PERSONAS TRABAJADORAS SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL TRABAJO PRESENCIAL CON MOTIVO DE COVID-19

RECOMENDACIONES DE PROTECCIÓN Y SALUD

Desplácese al trabajo de forma individual preferentemente. Si su centro de trabajo no está demasiado lejos, aproveche para hacer ejercicio y use la bici o vaya andando.



Si va en coche, recuerde que **SOLO DEBE IR UNA PERSONA POR FILA** de asientos en el vehículo.



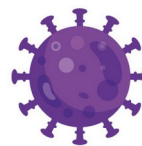
En los desplazamientos en transporte público es **OBLIGATORIO EL USO DE MASCARILLA**. Recuerde mantener la distancia social de 2 m.



SI PRESENTA SÍNTOMAS (aunque éstos sean leves), compatibles con COVID-19, **ABSTÉNGASE DE ACUDIR AL TRABAJO** y avise a su superior jerárquico



Los síntomas más comunes son FIEBRE o reciente historia de fiebre (68,7%), TOS (68,1%), DISNEA o dificultad para respirar (31%), ESCALOFRIOS (27%), dolor de garganta (24,1%), diarrea (14%), vómitos (6%) y otros síntomas respiratorios (4,5%).



CORONAVIRUS

CON SÍNTOMAS y/o contacto con una persona con coronavirus o que venga de viaje de una zona de riesgo

llamar al teléfono

900 400 061



Junta de Andalucía

CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS
Secretaría General Técnica

UNIDAD DE PREVENCIÓN DE
RIESGOS LABORALES

Exp. UPRL 20/168

Ver 1 / 29-04-20

Pág. 8 de 8

RECOMENDACIONES A LAS PERSONAS TRABAJADORAS SOBRE MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL TRABAJO PRESENCIAL CON MOTIVO DE COVID-19

RECOMENDACIONES DE PROTECCIÓN Y SALUD

Si los **SÍNTOMAS APARECEN DURANTE LA JORNADA LABORAL**, aplique de forma estricta las recomendaciones de etiqueta respiratoria y distancia de 2 m a otras personas y váyase inmediatamente a su domicilio; avise por teléfono, correo electrónico o por compañeros a la Jefatura de Servicio o persona responsable del centro.

