



CENTRO ESPECIALIZADO EN SALUD Y SEGURIDAD
OCUPACIONAL
314-1221

PREVENCIÓN DEL COVID-19 EN LA UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS

Arquitecta Linda Castillero M
Linda.castillero@Gmail.com

CESSO

8 DE JUNIO DE 2020

COVID-19

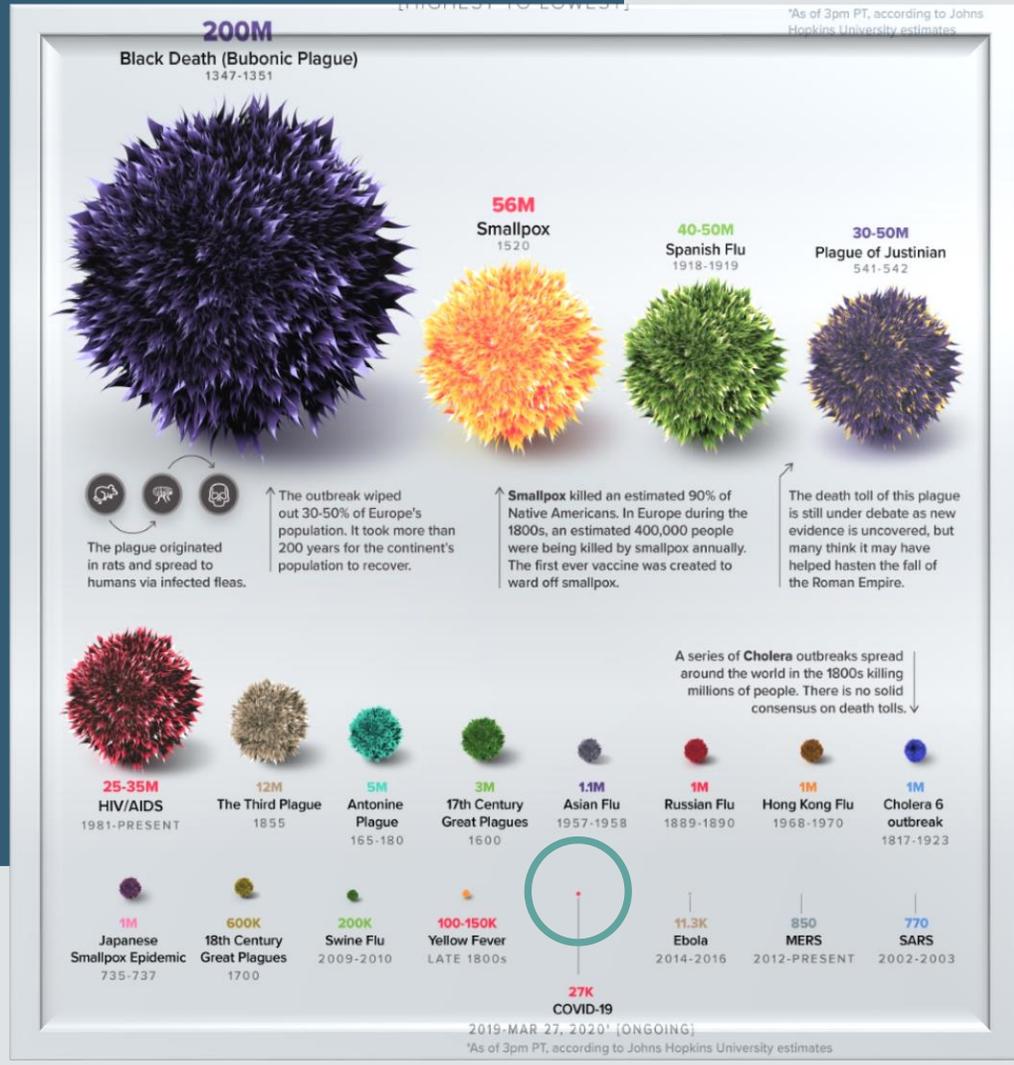
PANDEMIA

APARICIÓN DE CASOS DE UNA MISMA ENFERMEDAD QUE SE HA EXTENDIDO POR VARIOS PAÍSES, CONTINENTES O POR TODO EL MUNDO Y QUE GENERALMENTE AFECTA A UN GRAN NÚMERO DE PERSONAS

RIESGO BIOLÓGICO

CORONAVIRUS (2019-NCOV)
CONTAGIO POR EXPOSICIÓN

CONSECUENCIA POSIBLE
ENFERMEDAD COVID-19



<http://www.madrimasd.org/blogs/matematicas/files/2020/03/deadliest-pandemic-history-infographic.jpg>

¿Cómo se transmite el COVID-19?

Según la OMS, sobre la base de datos actuales a nivel global, 81% de los pacientes con COVID-19 presentan un cuadro leve del virus.



Por contacto personal cercano con una persona infectada.

A través de personas infectadas al toser o estornudar.

Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN



¿Cuánto dura el coronavirus en los objetos?



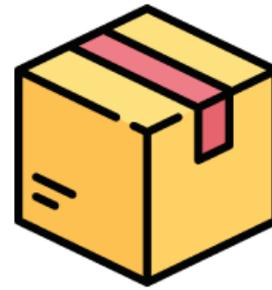
Aerosoles
hasta 3 horas



Cobre
hasta 4 horas



Plástico
hasta 2-3 días



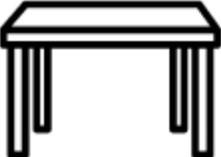
Cartón
hasta 24 horas



Acero
hasta 2-3 días

EL VIRUS PERMANECE ACTIVO...

EN CONDICIONES DE 22°C Y 60% DE HUMEDAD

	TIEMPO MÁXIMO DETECTADO		TIEMPO MÁXIMO DETECTADO
	En el papel 30 min		En el cristal 2 días
	En pañuelos de papel y papel higiénico 30 min		En los billetes 4 días
	En madera 1 día		En acero inoxidable 4 días
	En la ropa 1 día		En el plástico 4 días



PREVENCIÓN DEL
COVID-19 EN EL
LUGAR DE
TRABAJO

PLAN
DE
ACCIÓN

MARCO NORMATIVO PARA EL RETORNO A LA NORMALIDAD EN LAS INSTITUCIONES DEL GOBIERNO CENTRAL LAS ENTIDADES AUTÓNOMAS Y SEMIAUTÓNOMAS

Decreto Ejecutivo N° 466 de
5 de junio de 2020

IV. BASE LEGAL

- **Constitución Política de la República de Panamá.**
- **Ley No. 126 de 18 de febrero de 2020.**
Que establece y regula el teletrabajo en la República de Panamá y modifica un artículo del Código de Trabajo.
- **Decreto Ejecutivo N° 696 de 28 de diciembre de 2018**
Que adopta el texto único de la ley 9 de 1994, que establece y regula la carrera administrativa, modificado por la Ley 23 de 2017.
- **Decreto Ejecutivo N° 78 de 16 de marzo de 2020.**
Establece Medidas de Carácter Laboral para Evitar Contagio del Covid-19 en Las Empresas del País.
- **Decreto Ejecutivo N° 378 de 17 de marzo de 2020.**
Establece Medidas para Evitar Contagio del Covid-19 en La Administración Pública.
- **Resolución N° 45,588-2011-JD, Caja de Seguro Social de 17 de febrero de 2011 – Gaceta Oficial 29728.**
Reglamento General de Prevención de Los Riesgos Profesionales y de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
- **Resolución N° 405 de 11 de mayo de 2020 -- Gaceta Oficial N° 29021-B**
- **Resolución Ministerio de Trabajo DM-137-2020 de 16 marzo de 2020 – Gaceta oficial 28982.**
Lineamientos para el Retorno a La normalidad de las Empresas Post-Covid.19 En Panamá. MINSA.
- **Resolución Ministerio de Trabajo DM-137-2020 de 16 marzo de 2020 – Gaceta oficial 28982.**
Por la cual se Adopta en todas sus partes el Protocolo para Preservar la Higiene y Salud en el Ámbito Laboral para la Prevención ante el Covid-19, elaborado por el Ministerio de Trabajo y Desarrollo Laboral en conjunto con el Ministerio de Salud, representantes del Sector Trabajador y del Sector Empresarial.



REPÚBLICA DE PANAMÁ

— GOBIERNO NACIONAL —

MINISTERIO DE LA PRESIDENCIA
DIRECCIÓN GENERAL DE CARRERA ADMINISTRATIVA

**PROTOCOLO PARA PRESERVAR LA
HIGIENE Y SALUD EN EL ÁMBITO
LABORAL PARA LA PREVENCIÓN
ANTE EL COVID -19**

SECTOR PÚBLICO



PLAN ESTRATÉGICO

FASE 1: ORGANIZACIÓN

CREACIÓN DEL COMITÉ CENTRAL CON ESTRUCTURAS IDÉNTICAS EN CADA REGIONAL





MEDIDAS GENERALES

MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD APLICADAS A LA
PREVENCIÓN DE INFECCIÓN POR COVID-19





Práctica de buenos hábitos en el trabajo

Higiene de manos

Lavarse las manos

con agua y jabón es una de las maneras más efectivas para evitar

enfermedades



1 Mójate las manos con agua limpia de la pluma, del pozo o del tanque.



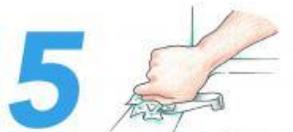
2 Restriégate las manos con agua y jabón por 20 segundos. Elimina el sucio debajo de las uñas.



3 Enjuágate las manos con agua de la pluma, del pozo o del tanque.



4 Sécate las manos con una toalla o papel desechable.



5 Utiliza el papel desechable para cerrar la llave del agua.



6 Al salir del baño, abre la puerta con ese mismo papel desechable y tíralo a la basura.

Para garantizar el cumplimiento de la medida

PROVISIÓN CONTINUA DE

- ✓ Baños limpios y en condiciones de uso
- ✓ Jabón y papel toalla
- ✓ Gel alcoholado
- ✓ Cestos de basura con bolsa plástica
- ✓ Pañuelos desechables
- ✓ Limpieza y desinfección de áreas y superficies frecuentes.
- ✓ Manejo adecuado de desechos



Práctica de buenos hábitos en el trabajo

Higiene de manos

No olvides

- Usa pañuelo o el ángulo del antebrazo si vas a toser.
- Si escupes hazlo en un pañuelo desechable y arrójalos a la basura.
- Evita el saludo de mano y de beso.



Mantener las manos limpias

- Evitar tocarse la cara, nariz, boca y ojos
- Evite tocar superficies de contacto frecuente de persona como relojes de marcación biométricos, cerraduras, pasamanos, otros
- Mantener limpias las superficies de trabajo, teléfonos, equipos de cómputo y otros dispositivos y equipos de trabajo
- Practicar la higiene respiratoria

Práctica de buenos hábitos en el trabajo

Distanciamiento físico



- Distanciamiento físico: por lo menos 2mts. entre personas en sitios públicos y laborales.
- Evitar saludo de manos o cualquier contacto físico
- Facilitar y preferir el trabajo a distancia
- Usar ventanilla para la atención al público o pantallas de separación
- Adecuar los puestos de trabajo
- Guardar el distanciamiento físico en el transporte público
- No reunirse más de 10 personas y mantener distanciamiento de 2 mts

2 metros



Práctica de buenos hábitos en el trabajo

Uso obligatorio de mascarilla o cubrebocas

http://dte5aerx2skln.cloudfront.net/sites/default/files/publicaciones/boletin_n_1_principales_caracteristicas_de_los_dispositivos_de_proteccion_respiratoria.pdf

• PROTECCIÓN VÍAS RESPIRATORIAS

✓ MACARILLA QUIRÚRGICA – **UNE EN 14683**

✓ Diseñada para filtrar el aire exhalado.

→ EFICACIA DE FILTRACIÓN :

- TIPO I
- TIPO II
- TIPO IIR: resistent a esquitxades



✓ MACARILLA EPI – **UNE EN 149**

✓ Diseñadas para filtrar el aire inhalado evitando la entrada de partículas contaminantes en nuestro organismo.

✓ Pueden ser :

→ no reutilizables: NR

→ reutilizables: R

✓ EFICACIA DE FILTRACIÓN:

- FFP1
- FFP2
- FFP3



- No utilice prendas o accesorios de metal
- Realice higiene de manos
- Coloque la mascarilla, primero por la parte inferior quedando debajo de la oreja y luego la parte superior por encima de la oreja.
- No cruce las tiras y ajuste la pieza de la nariz a su forma.
- No toque la parte exterior de la mascarilla
- Reemplace si esta sucia, húmeda o rota.
- Al retirar la mascarilla, hágalo por las tiras sin tocar el exterior
- Deseche la mascarilla en un cesto de basura



Práctica de buenos hábitos en el trabajo Uso obligatorio de mascarilla o cubrebocas

CÓMO UTILIZAR UNA MASCARILLA MÉDICA DE FORMA SEGURA

who.int/epi-win

QUÉ DEBEMOS HACER →



Localice la parte superior, donde está la pieza metálica o borde rígido



Asegúrese que el lado de color quede hacia fuera



Coloque la pieza metálica o borde rígido sobre la nariz



Cúbrase la boca, la nariz y la barbilla o mentón



Ajústela para que no queden aberturas por los lados



Evite tocarla



Quítesela manipulándola desde detrás de las orejas o la cabeza



Mientras se la quita, manténgala alejada de usted y de cualquier superficie



Deséchela inmediatamente después de usarla, preferiblemente en un recipiente con tapa



Lávese las manos después de desecharla



Lávese las manos antes de tocar la mascarilla



Compruebe que no esté rasgada ni con agujeros

QUÉ NO DEBEMOS HACER →



No use la mascarilla poco ajustada



No toque la parte frontal de la mascarilla



No se la quite para hablar ni para realizar otra acción que requiera tocarla



No utilice mascarillas rasgadas o húmedas



No se cubra solo la boca, cúbrase también la nariz



No deje su mascarilla usada al alcance de otras personas

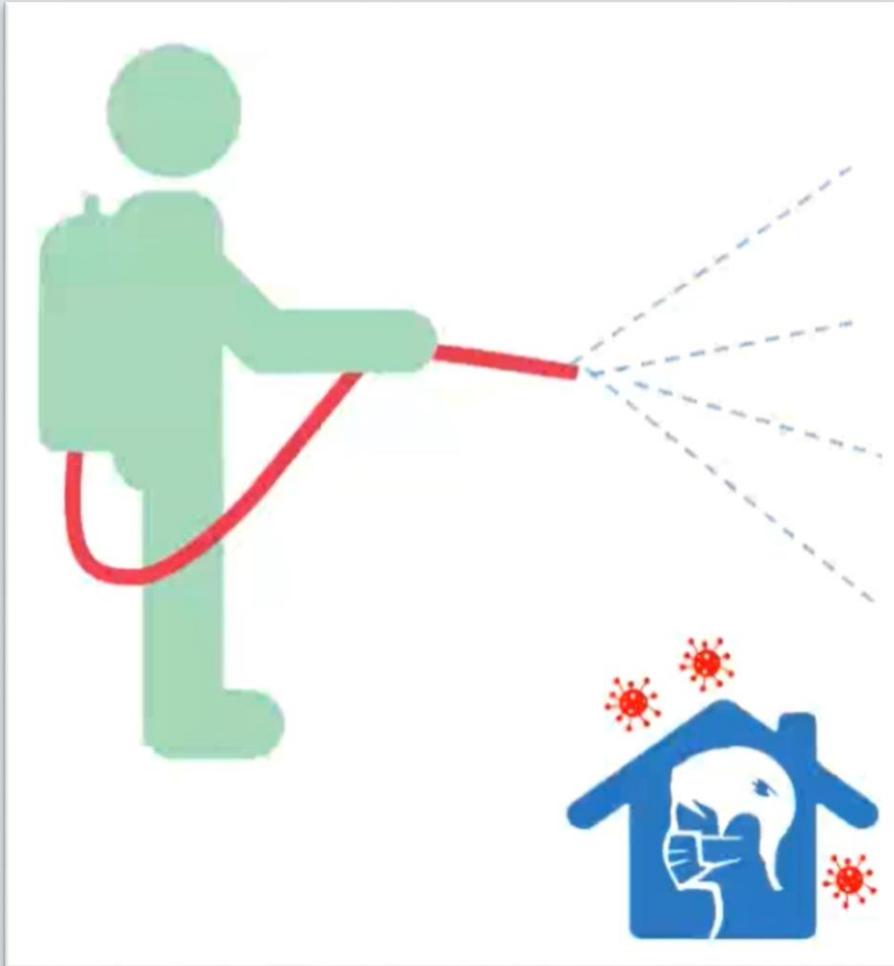


No reutilice la mascarilla

Recuerde que las mascarillas por sí solas no lo protegen de la COVID-19. Aunque lleve puesta una mascarilla, mantenga al menos 1 metro de distancia de otras personas y lávese bien las manos frecuentemente.

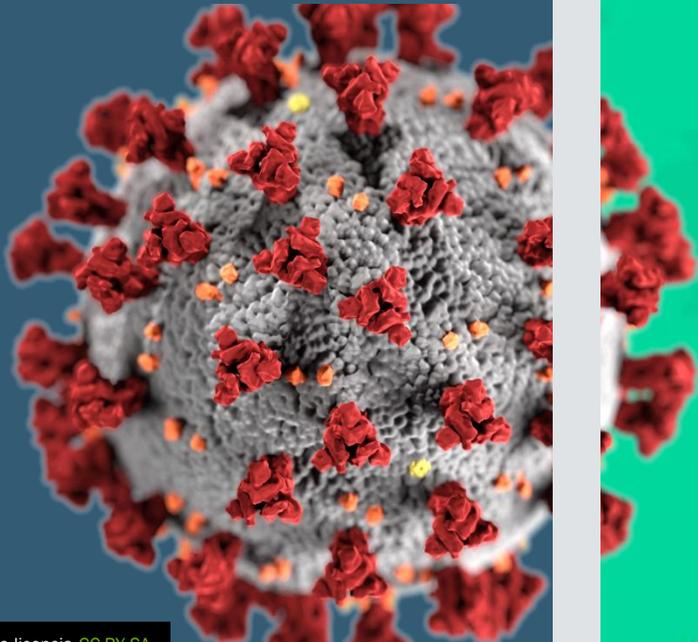
Práctica de buenos hábitos de higiene en el trabajo

Limpieza y desinfección de áreas y superficies



- Procedimiento para limpieza, prevención y autocuidado en las instalaciones.
- Capacitar al personal de aseo sobre las nuevas instrucciones de limpieza y desinfección de áreas
- Registro de frecuencia de la limpieza de baños y áreas comunes.
- Mantener limpias las superficies de trabajo, teléfonos, equipos de cómputo y otros dispositivos y equipos de trabajo.
- Despeje la superficie del escritorio para facilitar la limpieza y evitar la acumulación de polvo y de cualquier agente biológico
- Las superficies de contacto frecuente como interruptores, teclado, teléfonos, cerraduras, operadores de ventana, utensilios de cocina, microondas, manijas, equipos electrónico, impresoras y otros, se deben limpiar varias veces al día y en lo posible, Evitar su tocar esas superficies de no ser necesario.

PLAN DE PREVENCIÓN POR RIESGO BIOLÓGICO



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

UDELAS
Universidad Especializada de las Américas
Panamá - 1997

PROTOCOLO PARA LA REACTIVACIÓN DE ACTIVIDADES ACADÉMICAS Y ADMINISTRATIVAS CON MEDIDAS DE PREVENCIÓN ANTE COVID-19

Comité COVID-19
UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS - AÑO 2020

FASE 2:
IMPLEMENTACIÓN DE PLAN DE PREVENCIÓN
IMPLEMENTACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS Y APLICACIÓN DE CONTROLES

GRUPO DE RIESGO O DE VULNERABILIDAD

Factores de riesgo, medidas preventivas y controles

1

2

3

4

EVALUAR EL RIESGO BIOLÓGICO POR SARS COV-2

Identificar las condiciones y factores de riesgo para los trabajadores

MEDIDAS DE CONTROL

Controles de Ingeniería
Controles administrativos
EPP

PROMOCIÓN DE LA SALUD, CAPACITACIÓN COMUNICACIÓN

Participación de todos los trabajadores y del Comité Especial de SHT en la prevención del COVID-19

PLAN DE PREVENCIÓN

EVALUACIÓN DEL RIESGO INDIVIDUAL



- Datos personales
- Información laboral
- Síntomas covid-19
- Comorbilidad
- Riesgo Social
- Cuarentena



- Mayor de 60 años
- Enfermedades crónicas
- Inmunodeficiencias
- Embarazo



- Comité Especial de SHT
- Médico
- Salud y Seguridad Ocupacional

NIVEL DE RIESGO

EXPOSICIÓN
DIRECTA

RIESGO ALTO



Aquellos cuya labor implica contacto con individuos clasificados como caso sospechoso o confirmado. El nivel de riesgo es alto en las labores que impliquen procedimientos sanitarios, de laboratorio o en toma de muestras respiratorias

EXPOSICIÓN
INMEDIATA

RIESGO MODERADO



Trabajadores que pudiesen tener contacto o exposición con un caso sospechoso o confirmado, en un ambiente laboral en el cual se puede generar transmisión de una persona a otra por su estrecha cercanía. El nivel de riesgo medio ya que se requiere el contacto frecuente con personas que se presume que no están contagiadas como compañeros de trabajo, alumnos y público en general

EXPOSICIÓN
INDIRECTA

RIESGO BAJO



Aquellos cuyo trabajo implica contacto con individuos clasificados como sospechosos. En este caso la exposición es incidental, es decir, la exposición al factor de riesgo biológico es ajena a las funciones propias del cargo. El desempeño de sus funciones no exige la atención frecuente de público.

METODOLOGÍA PARA DESARROLLO DE MEDIDAS ESPECÍFICAS

¡IMPORTANTE! EL ANÁLISIS DE LOS RIESGOS DEBE SER INTEGRAL, MULTIDISCIPLINARIO

EN EL CENTRO DE TRABAJO

PLANOS O DIAGRAMAS DE LA INSTALACIÓN, LA EDIFICACIÓN, ÁREAS, ACCESO PRINCIPAL, ENTRADAS, PASILLOS ÁREAS COMUNES

AVISOS, LETREROS

EN EL AMBIENTE DE TRABAJO

REQUISITOS MÍNIMOS DE ÁREA PARA DISTANCIAMIENTO FÍSICO

CALIDAD DE AIRE INTERIOR

EN EL PUESTO DE TRABAJO

FUNCIONES, TAREAS

ASEO Y LIMPIEZA

RIESGOS INHERENTES

JERARQUÍA DE CONTROLES

- Eliminar el peligro.
- Sustituir con procesos, operaciones, o equipos menos peligrosos.
- Utilizar controles de ingeniería y reorganización del trabajo.
- Utilizar Controles administrativos, incluyendo la formación.
- Utilizar equipos de protección personal adecuados.



CONTROLES DE INGENIERÍA

- ❑ INSTALACIÓN DE FILTROS DE ALTA EFICIENCIA EN LOS EQUIPOS CONDICIONADORES DE AIRE
- ❑ AUMENTAR LOS ÍNDICES DE VENTILACIÓN PARA EL INTERCAMBIO DE AIRE FRESCO
- ❑ INSTALACIÓN DE VENTANILLAS , SEPARADORES O PANTALLAS PARA LA ATENCIÓN AL PUBLICO
- ❑ INSTALACIÓN DE DISPENSADORES DE GEL ALCOHOLADO
- ❑ CAMBIO DE SISTEMAS MANUALES PARA ACTIVACIÓN DE MECANISMOS POR SISTEMAS DE SENSOR (PUERTAS, GRIFOS, INODOROS)
- ❑ DISEÑO DE PUESTOS DE TRABAJO PARA GARANTIZAR EL ESPACIO Y DISTANCIAMIENTO MÍNIMO REQUERIDO



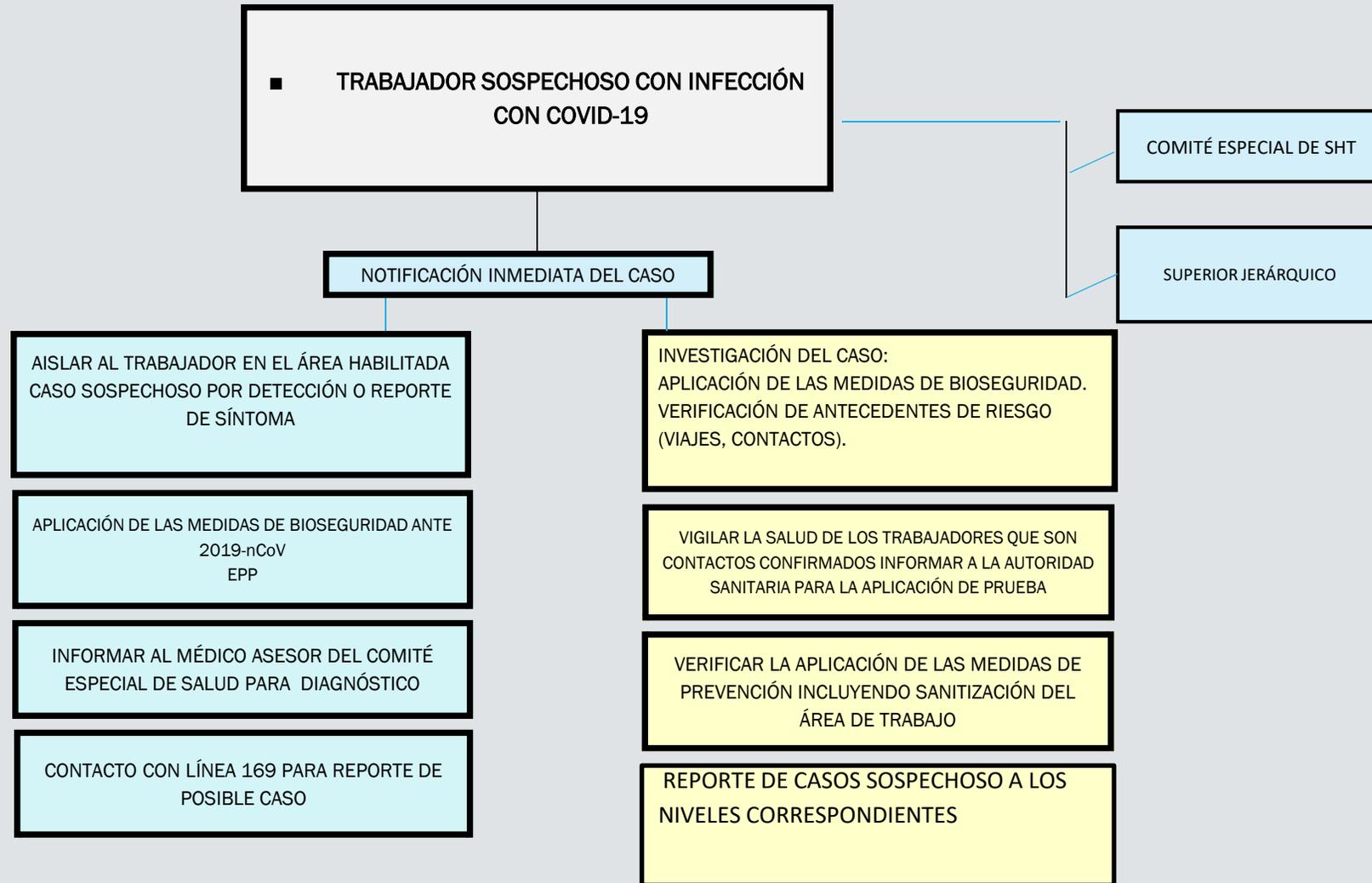
CONTROLES ADMINISTRATIVOS

- Trabajo en casa / Teletrabajo
- Jornadas flexibles (horarios distintos, turnos adicionales, para reducir el número total de trabajadores en la instalación simultáneamente)
- Teleconferencias para eliminar viajes o reuniones en otras instalaciones
- Control de síntomas al ingreso (termómetro digital, encuesta síntomas)
- Protocolo de higiene de manos y otras medidas generales
- Estándar de cantidad de personas permitida en áreas comunes, capacitaciones y reuniones para mantener una distancia de 2 metros entre personas.
- Plan de comunicación de emergencia / protocolo de notificación
- Control estricto de incapacidades
- Seguimiento de casos sospechosos y confirmados

CONTROLES ADMINISTRATIVOS

- Medidas de prevención y control de riesgo psicosocial
- Actividades de Promoción de la Salud
- Capacitación sobre prevención y factores de riesgo de COVID-19
- Capacitación uso adecuado del equipo en el uso de EPP
- Procedimiento de limpieza y desinfección de las instalaciones (jornada de limpieza, nebulizadores)
- Garantizar la disponibilidad de recursos para realizar limpieza y desinfección de instalaciones y equipos.
- Garantizar la disponibilidad de recursos para lavado de manos y desinfección
- Protocolo de recepción de materiales e incluso correspondencia para su desinfección
- Señalización de ingreso, permanencia, uso de áreas comunes,
- Sistemas de divulgación, información, comunicación

CASOS SOSPECHOSOS DE COVID-19



REACTIVACIÓN DE ACTIVIDADES PRESENCIALES



GRACIAS

