



# PREVENCIÓN E SAÚDE LABORAL ANTE O CORONAVIRUS NAS REDEIRAS

## ANTES DE IR AO TRABALLO



### PERSOAS SENSIBLES

**Coñecer que persoas traballadoras son especialmente sensibles** ao coronavirus e adoptar as medidas específicas para minimizar o risco de contaxio. No caso de dúbida consulte co seu médico.



### FEBRE

**Non ir traballar con febre (>37°) ou síntomas da COVID-19** ou se houbo contacto próximo cunha persoa infectada.



### INFORMACIÓN

**Difundir as recomendacións da autoridade sanitaria** ante o coronavirus con especial atención ás vías de transmisión e as medidas de prevención e protección adoptadas.



### DESPRAZAMENTO

Os desprazamentos faranse **mellor de forma individual**. No transporte **colectivo precísase o uso de máscara**. Seguir as indicacións das autoridades.

## DISTANCIA DE SEGURIDADE



### DISTANCIA

**Manter a distancia de seguridade de 1,5 metros.**



### EVITAR CONTACTO FÍSICO

**Evitar o saúdo** con contacto físico.



### ACTIVIDADES GRUPAIS

**Evitar actividades grupais** como reunións e coincidir en espazos reducidos como aseos ou vestiarios.

## HIXIENE E LIMPEZA



### LAVADO DE MANS

**Lavar sempre as mans** antes de poñer as luvas de traballo e despois de quitálas. Usar panos desbotables para secar as mans. **As uñas** levaranse curtas e coidadas e o cabelo recollido. Evitar o uso de aneis, pulseiras, reloxo, etc.



### MATERIAL DE LIMPEZA

**Dispoñer de produtos** para a hixiene de mans (xabón, solucións hidroalcohólicas e panos desbotables) e para a limpeza e desinfección (deterxente habitual, lixivia ou outros produtos autorizados).



### VÍAS RESPIRATORIAS

Cubrir as vías respiratorias cun **pano desbotable** ou co antebrazo ao tusir ou esbirrar e desbotalo de xeito adecuado.



### OLLOS, NARIZ E BOCA

**Evitar tocar** os ollos, o nariz e a boca, xa que as mans facilitan a transmisión, tamén cando se usen luvas e máscara.



### LIMPEZA E DESINFECCIÓN

**Reforzar as tarefas de limpeza e desinfección** nos aseos e zonas comúns. Dispoñer de xabón ou solucións hidroalcohólicas, panos desbotables e contedores con tapa e pedal e bolsas recambiables.



### VENTILACIÓN

**Ventilar** a diario e reforzar o **mantemento** dos sistemas de climatización e ventilación do local de traballo.



### MÁSCARAS

**O uso de máscara é obrigatorio** aínda que se poida garantir a distancia de seguridade interpersoal de 1,5 metros.



### EQUIPOS DE PROTECCIÓN

**Utilizar os equipos de protección individual (EPI) adecuados** a súa actividade laboral.



### FERRAMENTAS/EQUIPOS

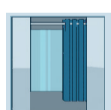
**Evitar compartir** ferramentas, equipos de traballo e outros obxectos sen limpalos previamente. De non realizar a limpeza inmediatamente, lavar as mans.

## MEDIDAS ORGANIZATIVAS



### SINALIZAR

**Sinalizar o chan** do local de traballo e a zona de traballo no peirao mediante cintas adhesivas ou elementos separadores que proporcionen distancias mínimas.



### QUENDAS

Establecer quendas de traballo e **organizar a entrada e saída** do lugar de traballo para manter a distancia de seguridade.



### PAUTAS DE ACTUACIÓN

Establecer pautas de actuación ante unha **persoa traballadora con síntomas** no seu posto de traballo, para protexela a ela e ao resto do persoal.



### POSTO DE TRABALLO

A redeira estará **sempre no mesmo posto de traballo**.

## INSTITUTO DE SEGURIDADE E SAÚDE LABORAL DE GALICIA (ISSGA)

A Coruña

981 182 329

issga.coruna@xunta.gal

Lugo

982 294 300

issga.lugo@xunta.gal

Ourense

988 386 395

issga.ourense@xunta.gal

Pontevedra

886 218 101

issga.pontevedra@xunta.gal

Santiago

881 999 332

issga@xunta.gal