



PREVENCIÓN EN LAS OBRAS DE CONSTRUCCIÓN FRENTE AL CORONAVIRUS

23 de marzo de 2020

Teniendo en cuenta la situación de declaración de estado de alarma en todo el territorio nacional (Real decreto 463/2020 de 14 de marzo) a consecuencia de la pandemia provocada por el COVID-19, en el ejercicio de su función de información y divulgación en materia de prevención de riesgos laborales, el Instituto de Seguridad y Salud Laboral de Galicia (ISSGA), elabora este documento en el que se recogen **recomendaciones preventivas básicas** que se deben tener en cuenta en las **obras de construcción** según las **informaciones de las autoridades sanitarias** sobre el Coronavirus.

Establecer medidas para evitar el contacto próximo

- Limitar el acceso al recinto de personas que **presenten fiebre (>37°), o síntomas respiratorios (tos o sensación de falta de aire)**, apelar a la responsabilidad personal.
- **En el caso de presentar síntomas**, o de haber estado en **contacto estrecho con una persona infectada no acudir al lugar de trabajo**, informar a la organización y mantener el aislamiento preventivo en su domicilio hasta que lo indique su médico.
- Efectuar un control adecuado del acceso a obra: organizar la entrada **del personal** por turnos y guardando siempre la distancia **de seguridad**. Controlar especialmente el acceso del personal de contratas, subcontratas y suministradores. Restringir el acceso de los clientes.
- Fijar **horarios** a los proveedores para la **entrega de mercancías** (materiales y maquinaria) y establecer zonas para su recepción.
- Mantener una **distancia de seguridad de 2 m** (nunca menos de 1 m) entre el personal.
- **Evitar coincidir en espacios pequeños** como pueden ser los vestuarios, comedores, zonas de aseo o similares. De no ser posible, establecer turnos de acceso los mismos.





- De ser posible, **no compartir vehículos** en los desplazamientos y, de tener que hacerlo, nunca más de una persona por fila de asientos.
- **Evitar** todo tipo de actividades **grupales presenciales** (reuniones, formación, etc.).
- **Comunicar** mediante **carteles** las recomendaciones de la autoridad sanitaria para evitar la propagación **y el contagio**.

Establecer medidas higiénicas

- **Reforzar** la disponibilidad **de material de limpieza e higiene personal**.
- Facilitar **el lavado frecuente de manos** y proporcionar **pañuelos desechables** a todo el personal. Lavarlas **después de quitar los guantes de seguridad** si los usas.
- **Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca**, ya que las manos facilitan la transmisión.
- **No compartir herramientas** de mano, ni conducir **vehículos** por personal trabajador, de tener que compartirlas **higienizarlas tras cada uso**, con especial atención a asas, asideros, volantes, palancas, etc.
- De tener que **recoger o firmar** albaranes hacerlo empleando guantes desechables.
- **No se recomienda el uso de máscaras** salvo en situaciones específicas indicadas por el servicio de prevención.
- **Limpiar con frecuencia el móvil con alcohol** ya que frecuentemente lo aproximamos a la cara.
- En la medida del posible se dispondrán **soluciones hidroalcohólicas** o similares para el uso en el centro de trabajo.
- **Aumentar la frecuencia de la limpieza de espacios de uso común** como pueden ser los vestuarios, comedores, zonas de aseo o similares, de la misma manera desinfectar las herramientas, equipos de trabajo y vehículos compartidos, con especial atención a asas, asideros, volantes, palancas, etc.
- **Procurar no compartir comida, objetos y utensilios** sin lavarlos previamente.
- **Cubrir las vías respiratorias con un pañuelo o con el antebrazo** al toser o estornudar.
- **Depositar en papeleras con tapa y pedal los pañuelos de papel usados** para





limpiarse las manos o protegerse de tos o estornudos, y los que se usen para limpiar superficies. Aumentar la frecuencia de recogida de los desechos.

La mejor manera de reducir cualquier riesgo de infección es una buena higiene y evitar el contacto directo o próximo (a menos de 2 metros) con cualquier persona potencialmente infectada.

Establecer medidas organizativas

- **Limitar las tareas** en las que puede haber **mayor probabilidad de contacto** entre personal trabajador, teniendo en cuenta el propio cuadro de personal, las empresas concurrentes y el personal autónomo.
- **Valorar la necesidad de establecer turnos**, realizar pausas, alternar tareas, etc. para minimizar el impacto de la carga física y mental del personal en la situación de alerta sanitaria actual.
- **Difundir** a todas las **empresas concurrentes y al personal autónomo las medidas preventivas adoptadas en la obra para cumplir con las indicaciones de las autoridades sanitarias** asesorados por los servicios de prevención.
- **Adaptar el puesto o limitar las tareas** en las que puede haber **mayor probabilidad de contacto** para las personas trabajadoras identificadas como especialmente sensibles (grupos vulnerables a la infección).

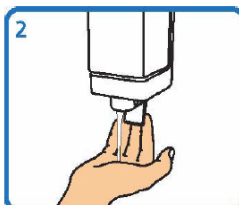




Técnica do lavado de mans con auga e xabón



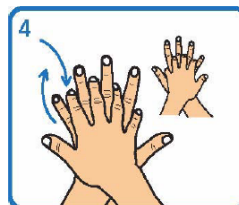
Humedecer as mans



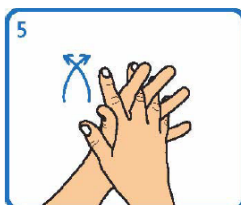
Aplicar suficiente xabón



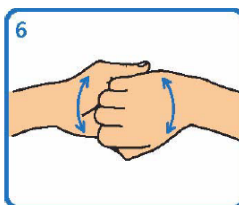
Fregar palma sobre palma



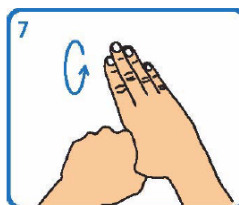
Fregar palma sobre dorso cos
dedos entrelazados e viceversa



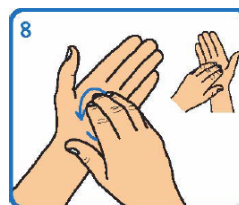
Fregar palma sobre palma cos
dedos entrelazados



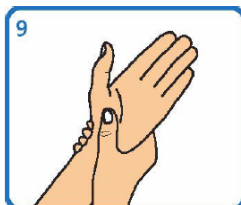
Fregar o dorso dos dedos
sobre a palma oposta



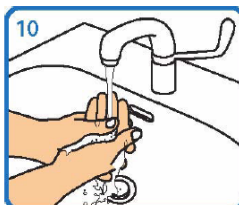
Fregar os polgares mediante
un movemento rotatorio



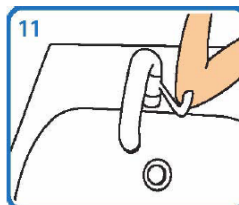
Fregar as xemas dos dedos sobre
a palma da man contraria cun
movemento circular



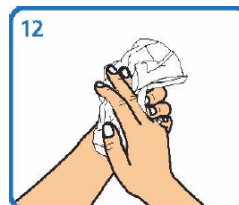
Fregar cada pulso coa
man oposta



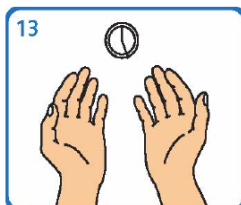
Aclarar con auga



Pechar a billa co cóbado ou
ben cunha toalla desbotable



Secar cunha toalla de papel
desbotable



Este proceso debe levar entre
40 e 60 seg

Adaptado de NHS e World Health Organization Guidelines on Hand Hygiene in Health Care

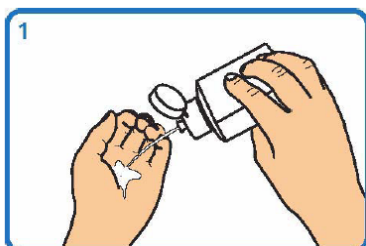


XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE
Dirección Xeral de Saúde Pública

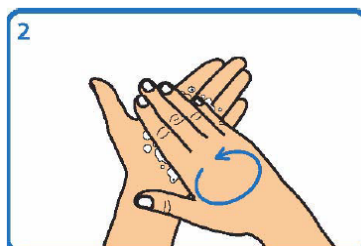




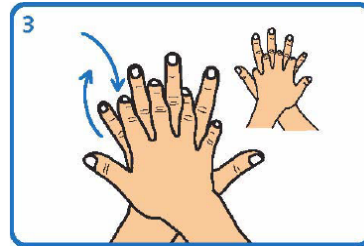
Técnica de hixiene das mans con preparacións alcohólicas



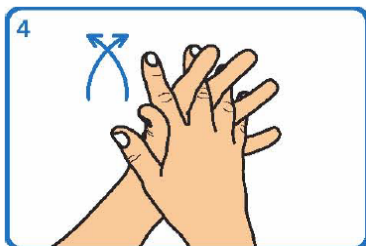
1
Depositar na palma da man unha dose de produto suficiente para cubrir todas as superficies a tratar.



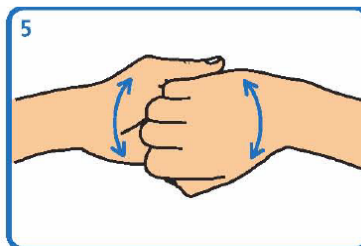
2
Fregar as palmas das mans entre si



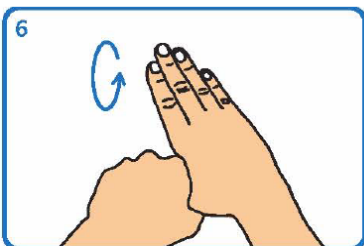
3
Estender o produto entre os dedos



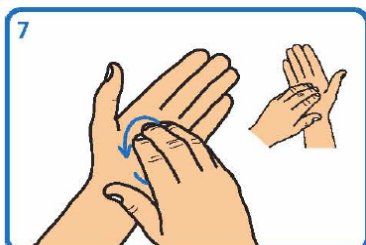
4
Fregar as palmas das mans entre si, cos dedos entrelazados



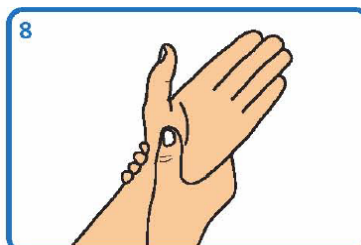
5
Fregar o dorso dos dedos dunha man coa palma da man oposta, agarrándose os dedos



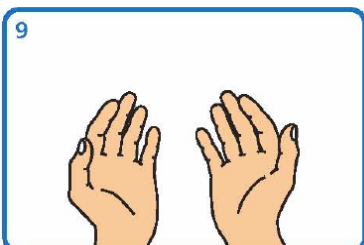
6
Fregar cun movemento de rotación o polgar esquerdo atrapándoo coa palma da man dereita, e viceversa.



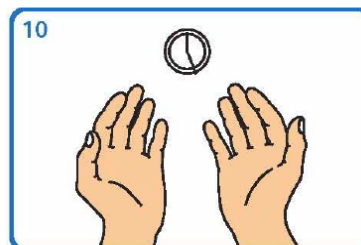
7
Fregar a punta dos dedos da man dereita contra a palma da man esquerda, facendo un movemento de rotación, e viceversa



8
Fregar cada pulso coa man oposta



9
Esperar ata que o produto se evapore e as mans estean secas (non use papel nin toallas)



10
Este proceso debe levar entre 20 e 30 seg.

Adaptado de NHS e World Health Organization Guidelines on Hand Hygiene in Health Care



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE
Dirección Xeral de Saúde Pública



ANEXO SOBRE LIMPIEZA DE LUGARES DE TRABAJO (NO SANITARIOS) EN LOS QUE ESTUVO UNA PERSONA AFECTADA POR EL CORONAVIRUS

Se deben limpiar todas las superficies que se toquen con frecuencia en vestuarios, comedores, zonas de aseo o similares, así como herramientas, equipos de trabajo y vehículos compartidos, con especial atención a las asas, amarres, volantes, palancas, etc. Del mismo modo, si hubiera mesas, tiradores de puertas, accesorios del baño, inodoro, teléfono, pasamanos de escaleras, interruptores, teclados de ordenadores, tablets, etc.

Para proceder a la limpieza y desinfección emplear mascarilla quirúrgica (no tocarla mientras se usa), bata y guantes desechables.

Antes de comenzar a limpiar ventile bien la estancia.

Para la desinfección:

- Empleo una disolución de lejía comercial que sea apta para la desinfección de aguas: prepárela midiendo 20 ml con una jeringa (o 2 cucharas de las de postre) y añádala a 1 l de agua. Prepare la mezcla justo antes de usarla, en agua a menos de 50°C. deje actuar por lo menos la disolución 10 minutos. Se puede usar también una solución desinfectante de uso doméstico con eficacia probada ante virus
- Utilice pañuelos desechables, o rollo de papel, o cabezales de mopa desechables para hacerlo que después echará a la basura en doble bolsa
- Los objetos que no se pueden limpiar con soluciones desinfectantes se pueden limpiar con vapor (por ejemplo muebles tapizados)

Limpieza de piezas de ropa que estuvieran en contacto directo con la persona afectada:

- Meta toda la ropa que precise lavarse en una bolsa. Introdúzcala en otra bolsa limpia
- Al retirar la ropa de la bolsa no la sacuda e introdúzcala inmediatamente en la lavadora. Hágalo con cuidado y a ser posible vacíe la bolsa dentro. Lave las manos y ponga en marcha la lavadora. Use un programa de agua caliente (por encima de 60°C), sino use la temperatura más alta que pueda emplear según la prenda
- Lave esta ropa separada de otra

Objetos que se pueden sumergir en agua:





- Lávelos con agua caliente y detergente. Póngalos en remojo separado del resto de utensilios que no estuvieron en contacto con la persona afectada y después lávelos bien y aclare.
- Se puede usar un lavavajillas con un programa > 50°C. En este caso se puede mezclar con otros utensilios no afectados por la persona enferma.

El cubo de la basura que se use para la limpieza, tendrá tapa y pedal de apertura y estará provisto de una bolsa con cierre hermético.

Cuando finalice la limpieza retire los guantes, la bata y mascarilla, en este orden y deséchelos en una bolsa de la basura con cierre hermético (bolsa 1) que cerrará inmediatamente. Lave las manos correctamente. Cuando vaya retirar la basura meterá esta primera bolsa en otra limpia (bolsa 2), también con cierre hermético.

Inmediatamente después de retirar la basura, lave las manos de nuevo.

No arrastre por el suelo las bolsas de la basura o de la ropa.

La basura que se genere en la limpieza se eliminará en los contenedores habituales de la basura, es decir, los de restos generales, evite los específicos de vidrio, papel y envases. Procure eliminar todos los residuos juntos y de una sola vez.

FUENTES DE INFORMACIÓN CORONAVIRUS

- Consellería de Sanidad. Xunta de Galicia:
<https://coronavirus.sergas.es/>
- Preguntas y respuestas sobre el nuevo coronavirus (COVID-19) (17/03/2020):
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludpublica/ccayes/alertasactual/ncov-China/documentos/20200317_Preguntas_respuestas_2019-nCoV.pdf
- Ministerio de Sanidad:
<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>
- Centro Europeo para la Prevención y el Control de Enfermedades (ECDC):
<https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>
- Organización Mundial de la Salud (OMS):
<https://www.who.int/health-topics/coronavirus>
- Procedimiento de actuación para los servicios de prevención de riesgos laborales frente a la exposición al nuevo coronavirus (sars-cov-2) (24 de marzo de 2020):





https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludpublica/ccayes/alertasactual/ncov-China/documentos/PrevencionRRL_COVID-19.pdf

- Guía para la actuación en el ámbito laboral en relación al nuevo coronavirus:
http://www.mitramiss.gob.es/ficheros/ministerio/inicio_destacados/Gua_Definitiva.pdf
- Instrucciones para la limpieza en la vivienda de los casos confirmados/probables de COVID-19 en aislamiento en el domicilio :
https://www.sergas.es/Saude-publica/Documents/6506/Limpeza_domicilio.pdf
- Instrucciones para el cuidador de un caso confirmado/probable de COVID-9:
https://www.sergas.es/saude-publica/Documents/6505/Instrucons_cuidador_domicilio.pdf
- Manejo domiciliario de casos en investigación, probables o confirmados de COVID-19:
https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludpublica/ccayes/alertasactual/ncov-China/documentos/Manejo_domiciliario_de_COVID-19.pdf

La documentación elaborada por el ISSGA sobre recomendaciones básicas para la prevención frente al coronavirus en distintas actividades sectoriales está disponible en nuestra página web:

<http://issga.xunta.gal>

