

EEUU, Tyson Foods



# Retornando al trabajo:

recomendaciones de bioseguridad para la protección de las  
y los trabajadores en el contexto de la pandemia COVID-19

**Daniel Cruz Fuentes**

08 de mayo, 2020

La Paz, Bolivia

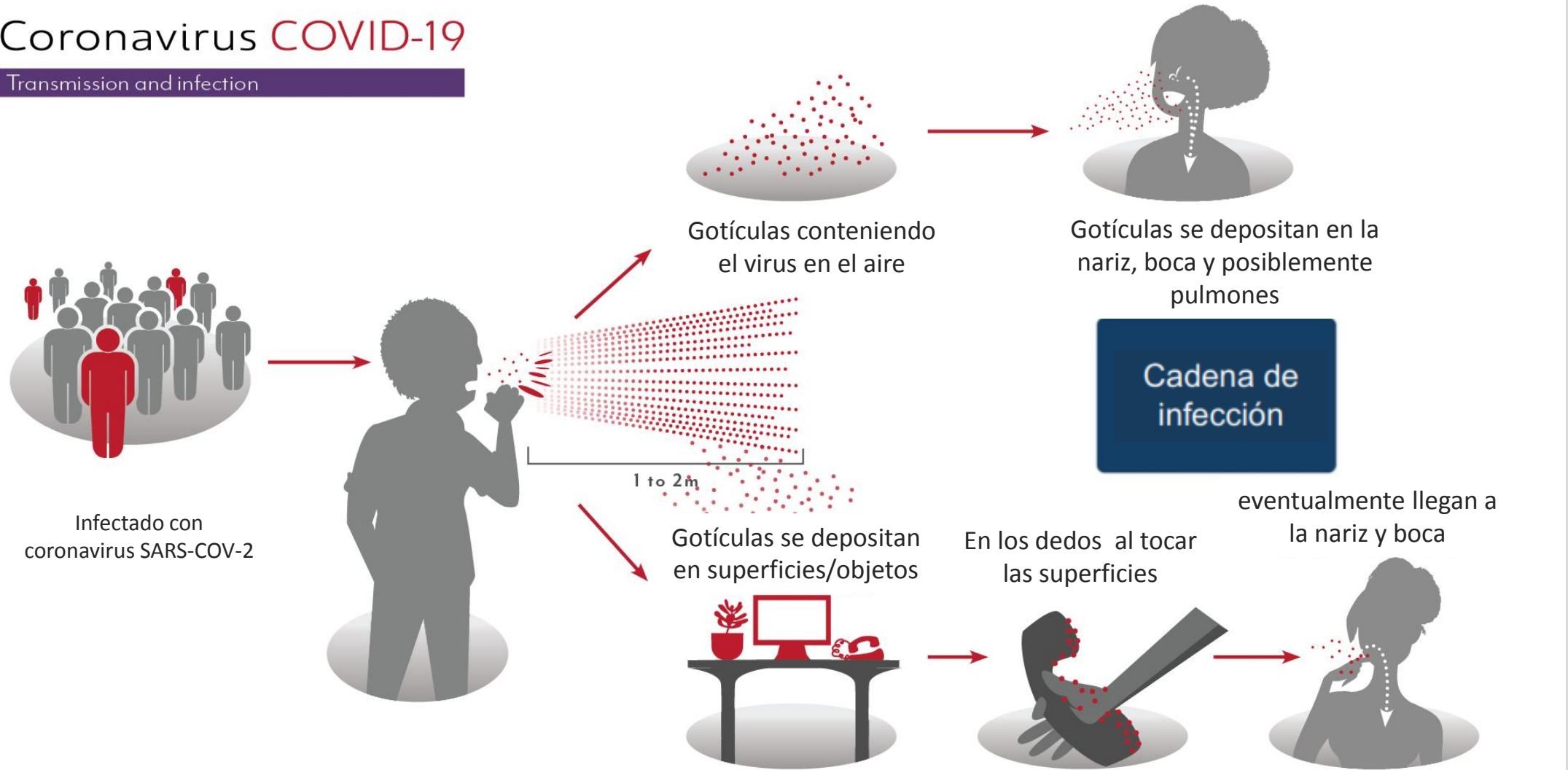
# Contenido

- Aspectos generales del COVID-19 y variables que inciden en el riesgo individual, tipo de trabajo, territorial, de tiempo
- Recomendaciones para los empleadores sobre medidas operativas y administrativas necesarias para la prevención en el ambiente de trabajo
- Recomendaciones básicas para los trabajadores sobre la prevención en hábitos cotidianos de los días de trabajo
- La importancia de la salud mental

# COVID-19: ¿cómo se propaga?

## Coronavirus COVID-19

Transmission and infection



# Grupos de riesgo y otras condiciones

- Personas mayores de 65 años
- Personas con enfermedades pre-existentes:
  - Hipertensión
  - Diabetes
  - Enfermedades cardiovasculares y respiratorias
  - Enfermedades que afectan el sistema inmunológico



Fuente: The Guardian con base en Chinese Center for Disease Control and Prevention. 11.02.2020

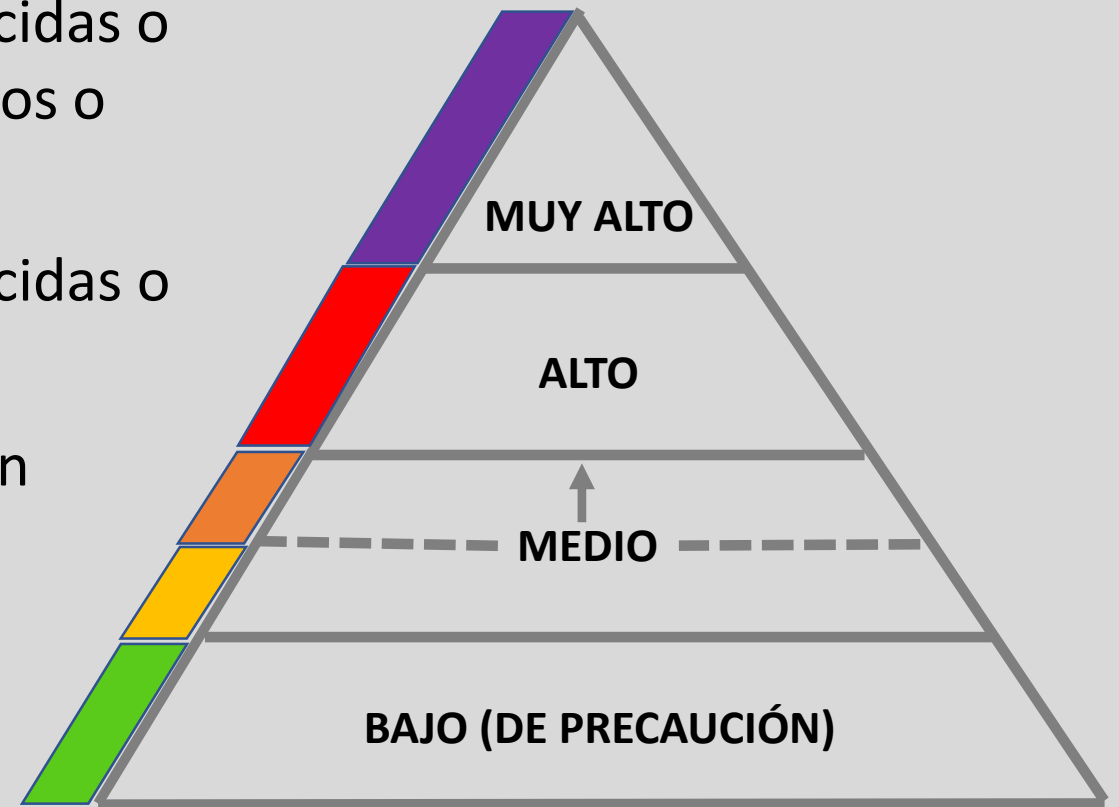
# Factores que interfieren en la propagación y efectos adversos del virus en la salud de una población



# Variables: sector de la economía

## Riesgo de exposición al COVID-19

- Alto potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas durante procedimientos médicos o de laboratorio específicos
- Alto potencial de exposición a fuentes conocidas o sospechosas en actividades de apoyo
- Requiere contacto frecuente y/o cercano con personas que podrían estar infectadas
- No requiere contacto con personas que se conoce o sospecha estén infectados ni hay contacto cercano frecuente con el público



Fuente: propia en base a OSHA

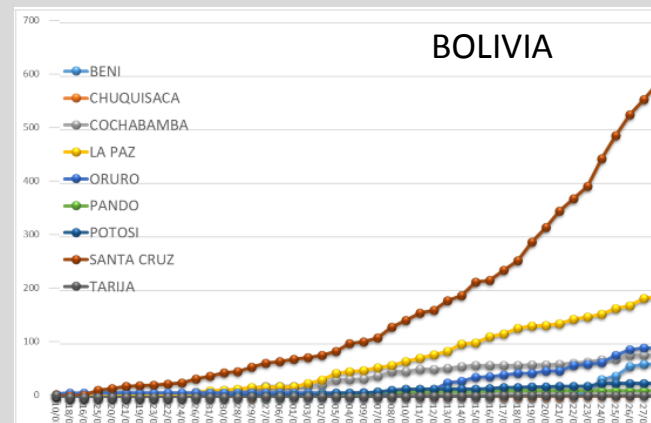
# VARIABLES: SECTOR DE LA ECONOMÍA

Sector de la economía	Participación en el empleo mundial (%)	Participación femenina (%)	(*) Riesgo ocupacional
Actividades sanitarias y de servicios sociales	4,1	70,4	Alta
Enseñanza	5,3	61,8	Media
Administración pública y defensa, seguridad social	4,3	31,5	Media-alta
Servicios públicos esenciales	0,8	18,8	Media-alta
Agricultura, ganadería, silvicultura y pesca	26,5	37,1	Baja
Construcción	7,7	7,3	Media-alta
Actividades financieras y de seguros	1,6	47,1	Media
Minería y canteras	0,7	15,1	Media-alta
Artes, entretenimiento y otras actividades de servicios	5,4	57,2	Media
Transporte y almacenamiento e información y comunicación	6,1	14,3	Media
Actividades de alojamientos y de servicios de comidas	4,3	54,1	Media
Actividades inmobiliarias, administrativas y comerciales	4,7	38,2	Media
Industrias manufactureras	13,9	38,7	Media-alta
Comercio al por mayor y al por menor, reparación de vehículos	14,5	43,6	Media

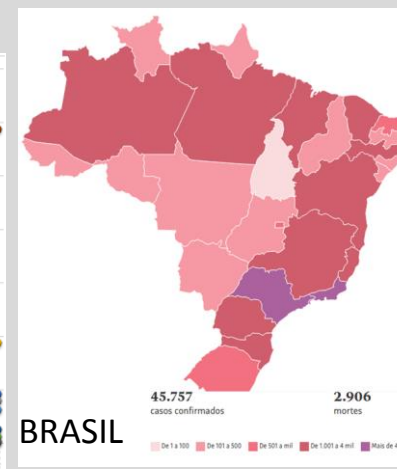
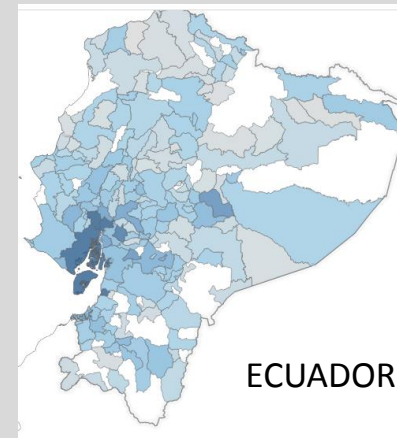


# VARIABLES: espacio

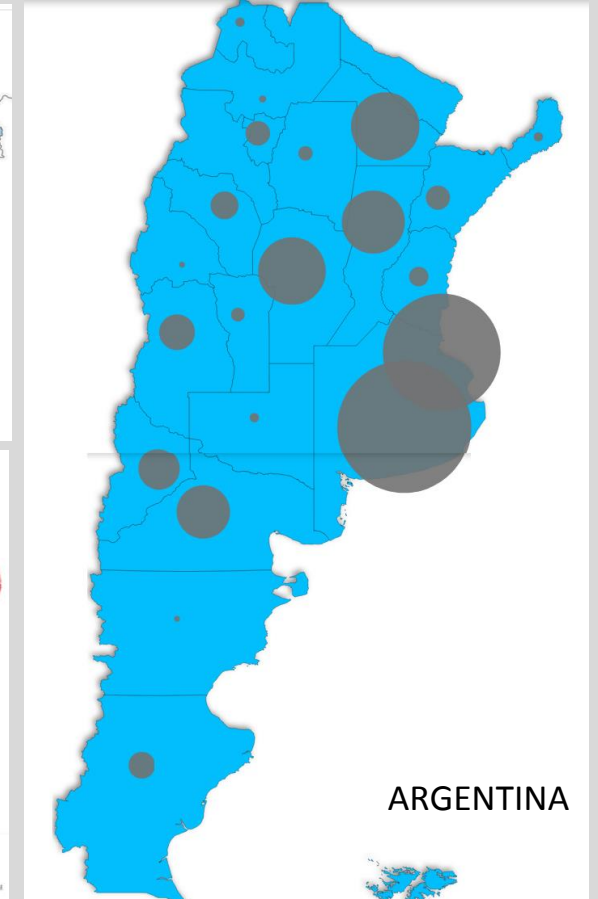
- Polos económicos y grandes centros urbanos son por ahora, los más afectados
- Informarse sobre la situación epidemiológica local y de lugares de interés del trabajo (público, proveedores, sucursales, viajes por trabajo)
- Fronteras y tránsito internacional en *standby*



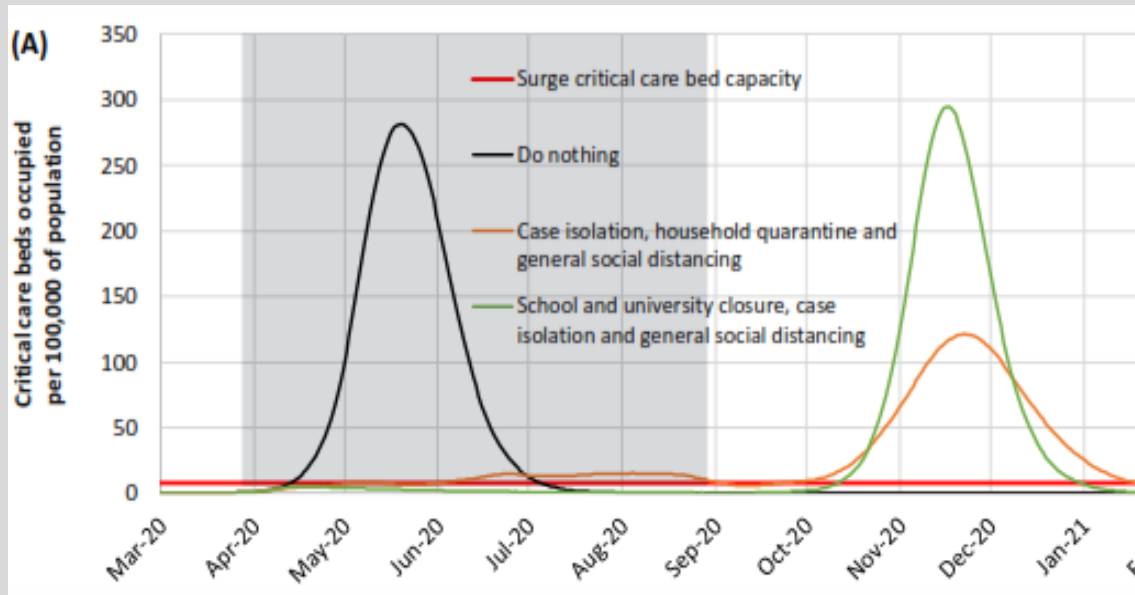
Fuente: Ministerio de Salud de Bolivia



Fuente: Diarios locales (FSP, Ámbito, El Universo) en función a fuentes gubernamentales

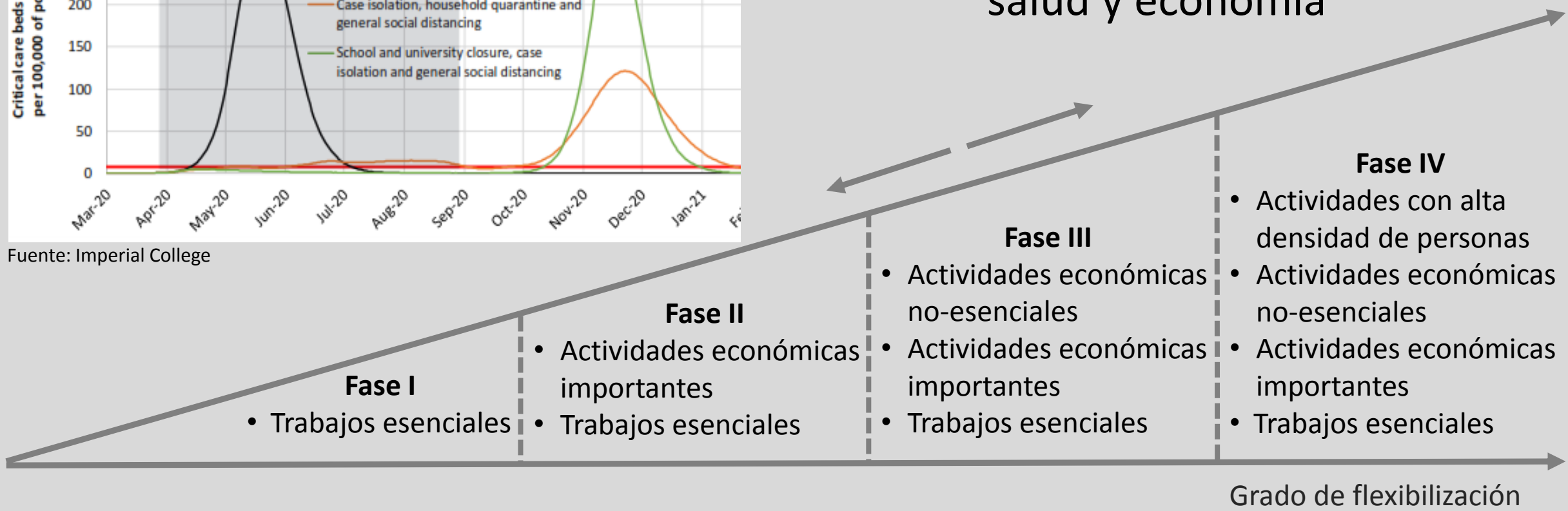


# Variables: tiempo



Fuente: Imperial College

Encrucijada de la salud y economía



# Recomendaciones para los empleadores

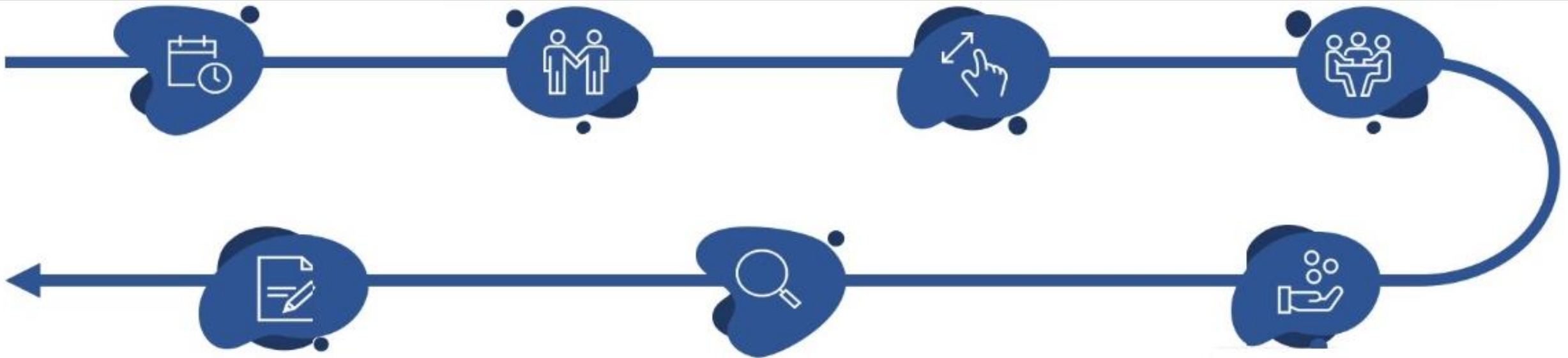
# Elaborar un Plan de preparación y respuesta

1) Designar un responsable/ equipo

2) Coordinar con interesados

3) Evaluar riesgos y vulnerabilidades

4) Elaborar políticas y protocolos



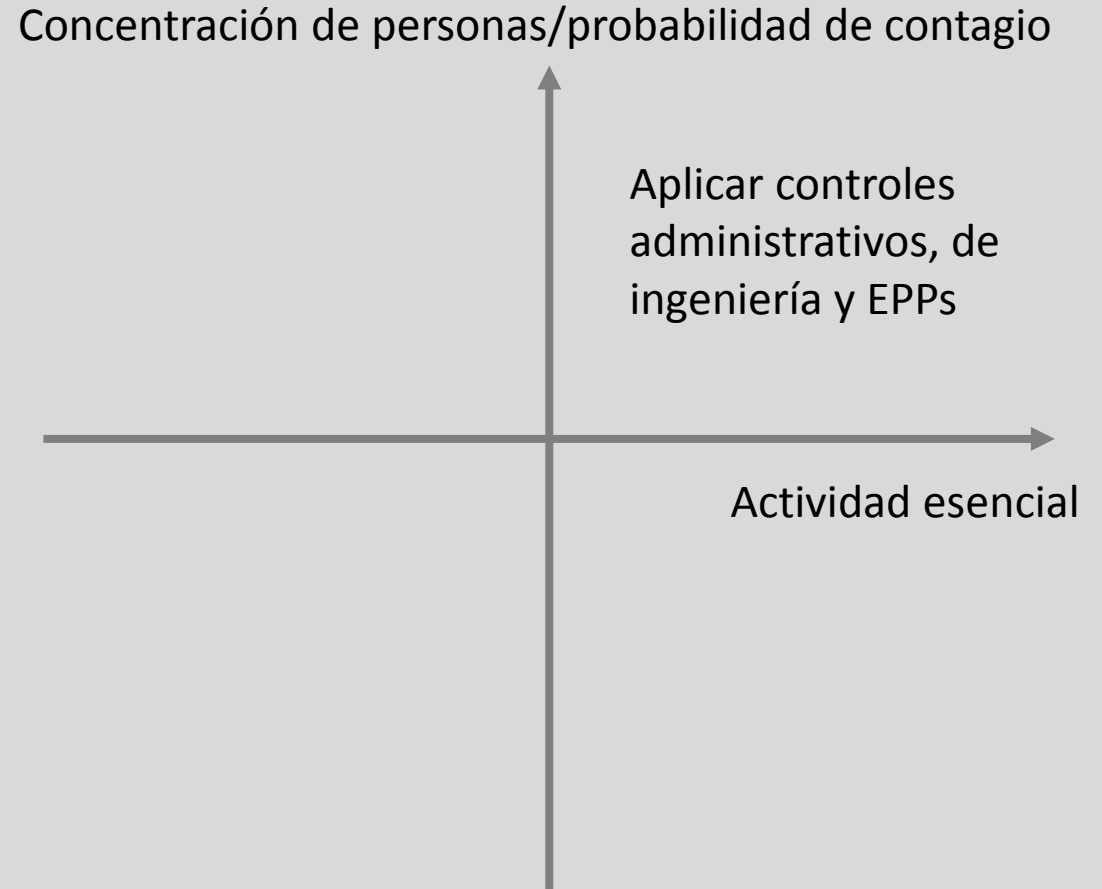
7) Revisar y ajustar brechas

6) Monitorear progreso

5) Asignar recursos

# La evaluación de riesgos en los espacios de trabajo

- Evaluar cada actividad interna y externa
- Determinar los puestos esenciales, insumos y servicios fundamentales
- Identificación del dónde, cómo y fuentes de exposición de los trabajadores
- Evaluación de vulnerabilidades en los trabajadores y su entorno no-laboral (hogar y comunidad)



# Políticas y protocolos para la Prevención y Control de Infecciones

Situación de transmisión comunitaria	Mínima	Moderada	Severa
Controles			
Controles administrativos			
Controles ambientales y de ingeniería			
EPP			

← Fases de apertura de la economía →



# Controles administrativos y prácticas seguras

- Fomentar trabajo en casa
- Políticas flexibles y no punitivas
- Turnos de trabajo escalonados
- Reducción en las operaciones y fortalecer servicios a distancia
- Facilitar el transporte seguro
- Disminuir el intercambio físico de documentos y material de trabajo
- Asegurar el distanciamiento físico en todos los espacios y marcar visiblemente
- Comunicación con clientes y proveedores; minimizar el contacto con los trabajadores



# Controles administrativos y prácticas seguras

- Identificación temprana y aislamiento (control de síntomas, ej  $T > 37.5^{\circ}\text{C}$ , disponer un área de aislamiento temporal)
- Seguimiento de estado de salud (telemedicina, WhatsApp)
- Registro de trabajadores vulnerables (incluyendo las que tengan a cargo personas vulnerables)
- Capacitación y formación del personal
- Conocer la percepción del riesgo
- Considerar contratar personal del campo de salud pública



Fuente: Reuters

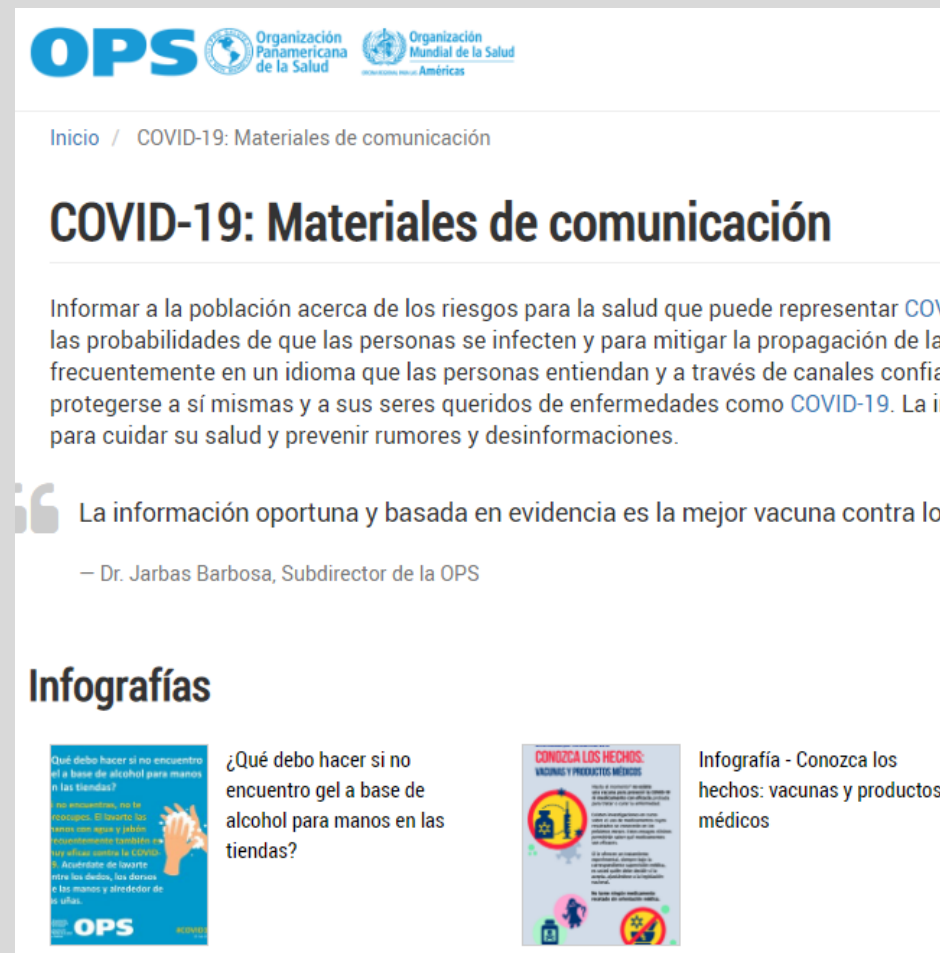


# Controles administrativos y prácticas seguras

Gestión de la vulnerabilidad del trabajador	Nivel de riesgo identificado en zona de trabajo
Tipo y grado de vulnerabilidad del trabajador	(1) No precisa ni adaptación, ni cambio de puesto
	(2) Continuar actividad laboral. Puede realizar tareas con cierto grado de exposición con EPP adecuados
	(3) Continuar actividad laboral sólo en zonas seguras
	(4) Precisa cambio de puesto de trabajo

# Controles administrativos y prácticas seguras

- Insumos suficientes para limpieza y desinfección
- Adquisición de implementos y cambios en la infraestructura
- Mascarillas faciales o tapabocas para trabajadores, clientes
- Disponer de material informativo y educativo apropiados según audiencia



The screenshot shows a webpage from the Organización Panamericana de la Salud (OPS) and the Organización Mundial de la Salud (OMS). The page is titled "COVID-19: Materiales de comunicación" and includes a quote from Dr. Jarbas Barbosa, Subdirector de la OPS, stating: "La información oportuna y basada en evidencia es la mejor vacuna contra lo...". Below the quote, there are two infographics. The first infographic is titled "¿Qué debo hacer si no encuentro gel a base de alcohol para manos en las tiendas?" and features an illustration of hands being washed. The second infographic is titled "CONOZCA LOS HECHOS: VACUNAS Y PRODUCTOS MÉDICOS" and includes text about vaccines and medical products.

OPS Organización Panamericana de la Salud OMS Organización Mundial de la Salud

Inicio / COVID-19: Materiales de comunicación

## COVID-19: Materiales de comunicación

Informar a la población acerca de los riesgos para la salud que puede representar COVID-19, las probabilidades de que las personas se infecten y para mitigar la propagación de la enfermedad, frecuentemente en un idioma que las personas entiendan y a través de canales confiables para protegerse a sí mismas y a sus seres queridos de enfermedades como COVID-19. La información oportuna y basada en evidencia es la mejor vacuna contra lo... para cuidar su salud y prevenir rumores y desinformaciones.

La información oportuna y basada en evidencia es la mejor vacuna contra lo...  
— Dr. Jarbas Barbosa, Subdirector de la OPS

### Infografías

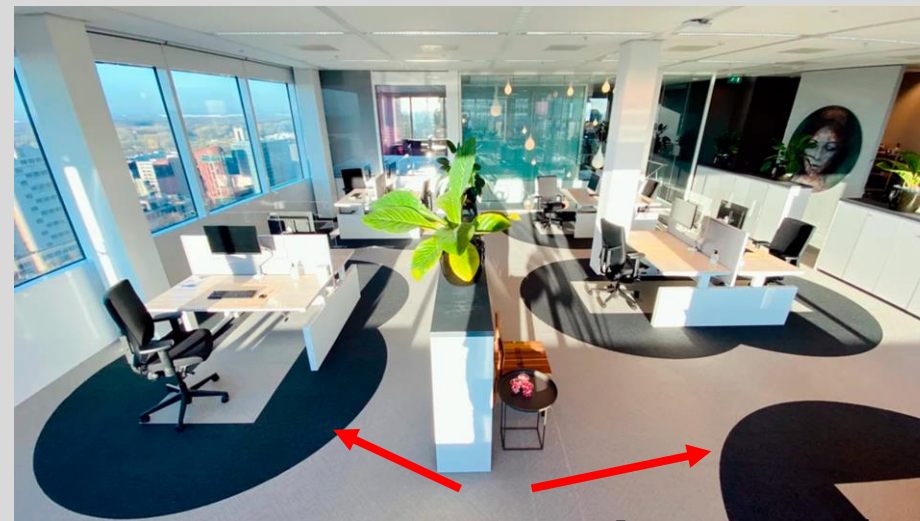
¿Qué debo hacer si no encuentro gel a base de alcohol para manos en las tiendas?

CONOZCA LOS HECHOS: VACUNAS Y PRODUCTOS MÉDICOS

Infografía - Conozca los hechos: vacunas y productos médicos

# Controles ambientales y de ingeniería

- Verificar y mejorar condiciones de agua y saneamiento básico (baños, cocina)
- Habilitar puntos de lavado e higiene de manos suficientes y en lugares estratégicos:
  - jabón
  - gel antiséptico/antibacterial
  - toallas de uso único
- Aumentar los índices de ventilación del ambiente de trabajo
- Instalar barreras físicas, como cubiertas protectoras plásticas transparentes



Fuente: comunidad-rn.com



Fuente: diariocordoba.com

# Controles ambientales y de ingeniería

- Protocolos de limpieza y desinfección
- Identificar los espacios y equipos que requieren limpieza (*check list*)

Zona de trabajo	Descripción de la zona	Frecuencia y horarios	Persona responsable	Productos a usar	Técnica	Orientación complementaria

- Hacer la limpieza mas accesible y efectiva
  - Remover aquello que no es necesario
  - Cambiar material difícil de limpiar
- Identificar otras zonas de riesgo de contagio comunitario en la zona

Fuente: OMS en base a CDC e ICAN

# Controles ambientales y de ingeniería

## Desinfectantes

- Lista de desinfectantes aprobadas por la ANC (ej. EPA)
- Disponer de hoja de seguridad de insumos químicos empleados
- ¿Túneles de desinfección? = **riesgo de intoxicación y baja efectividad**
- Preparación de solución de hipoclorito de sodio > 0,2%

$$V1 = (V2 * C2) / C1$$

PRODUCTO	RIESGOS PARA LA SALUD
Ozono	Inhalación a concentraciones bajas puede incrementar el riesgo a la salud, acelerar infecciones virales o bacterianas del tracto respiratorio o exacerbar lesiones crónicas pulmonares preexistentes
Peróxido de hidrogeno	Irritación ocular, nasal, dérmica, de garganta y respiratoria
Hipoclorito de sodio	Irritación ocular y dérmica por contacto. Inflamación y erosión de membranas mucosas en caso de ingestión
Acido hipocloroso	Potencial irritación dérmica por exposición directa. Potencial irritación del tracto respiratorio y edema pulmonar por inhalación de vapores
Amonio cuaternario	Irritación dérmica, dificultad respiratoria, lesiones gastrointestinales en caso de ingestión
Alcohol isopropílico	Irritación ocular, de nariz y de garganta, debido a la exposición directa o al contacto con sus vapores

# Controles ambientales y de ingeniería

## Gestión de residuos sólidos

- Disponer de papeleros suficientes y cerrados
- Marcar basureros y bolsas (rojo), separar estos residuos del resto
- Dotar de EPP, capacitación continua y monitoreo de los trabajadores de limpieza y reconocer su rol clave
- Realizar la coordinación intersectorial con las autoridades competentes (ambientales municipales, regionales)
- Aprender de la Gestión de residuos biológicos hospitalarios



Fuente: [www.basuret.com](http://www.basuret.com)

# Equipos de Protección Personal - EPP

- Selección del tipo de EPP de acuerdo a la actividad y nivel de riesgo identificado
- Lavado diario con agua (caliente) y detergente los EPP reutilizables

**Mascarilla facial**



**Mascarilla con respirador**



**Careta protectora facial**



**Delantal**



# Interacción con autoridades locales, controles



Me gusta 3 Compartir



27 de abril de 2020

153 fiscalizaciones y 8 sumarios se han realizado para verificar cumplimiento de medidas sanitarias en lugares de trabajo en contexto de covid-19

El proceso de adaptación y ajuste de medidas será acompañado por las autoridades competentes locales y nacionales que también ajustarán sus políticas y procedimientos

<https://www.minsal.cl/153-fiscalizaciones-y-8-sumarios-se-han-realizado-para-verificar-cumplimiento-de-medidas-sanitarias-en-lugares-de-trabajo-en-contexto-de-covid-19/>



# Recomendaciones para los trabajadores

# Saliendo del hogar hacia el trabajo

## Evaluar nuestro riesgo

¿Estoy en un grupo de riesgo?

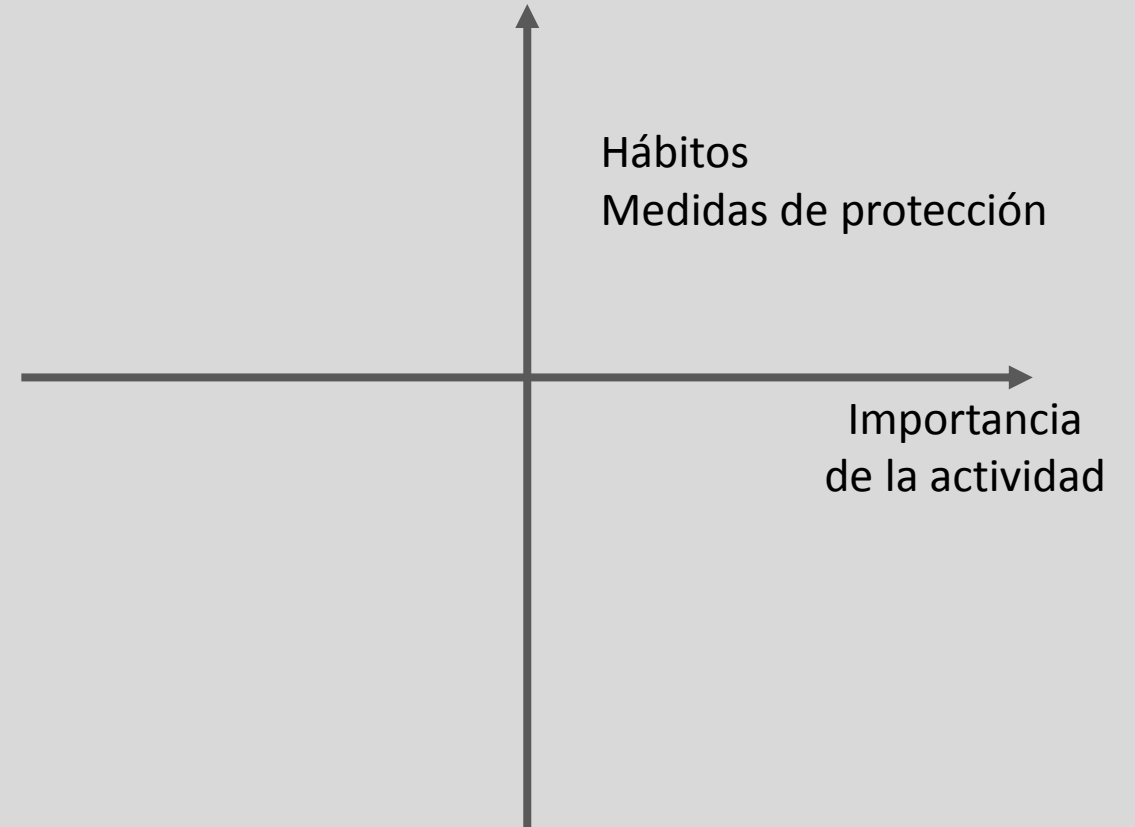
¿Qué espacios son más concurridos?

¿Qué superficies son las más comúnmente tocadas?

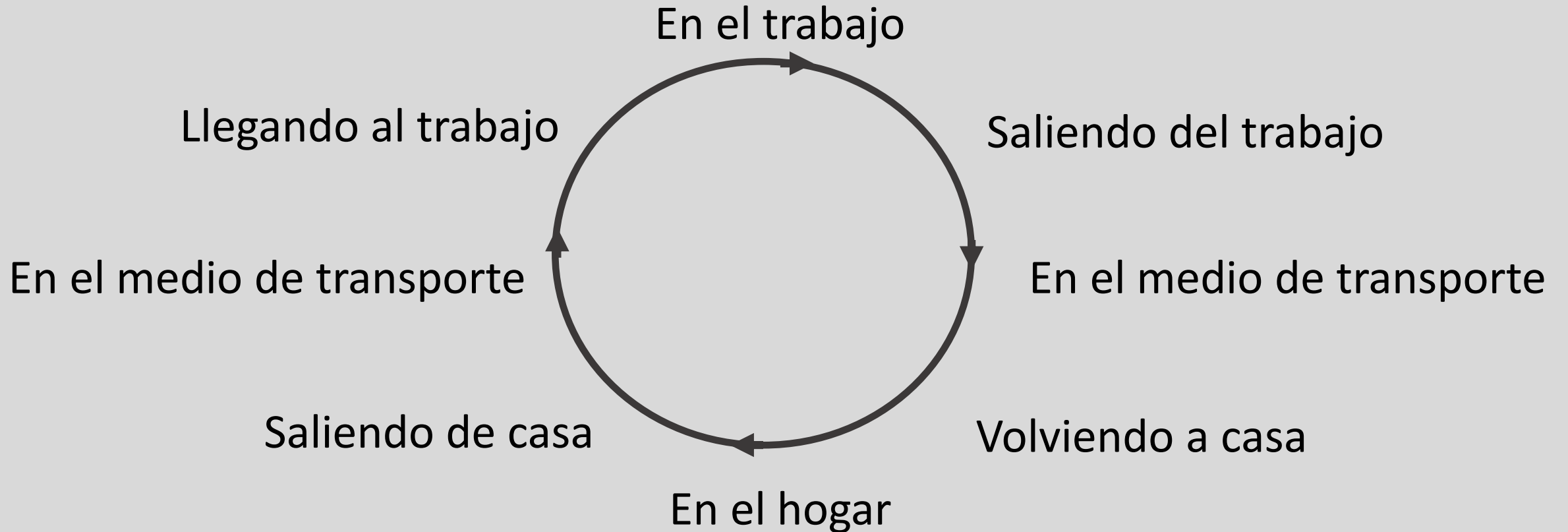
¿Qué medidas puedo tomar?

- Distanciamiento físico
- Limpieza y desinfección
- Equipos de Protección Personal

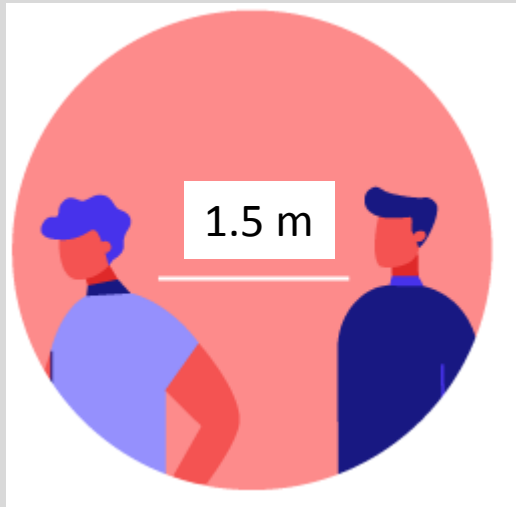
Concentración de personas



# Saliendo del hogar hacia el trabajo



# ¿Qué medidas puedo tomar... en espacios comunitarios?



- Evitar aglomeraciones
- No agitarse al recorrer las calles
- Evitar los apretones de manos, abrazos y demás formas de contacto cercano
- Mantener distancia mínima de 1.5 m en todo momento
- Evitar tocar la cara (ojos, nariz, boca) sin lavarse las manos.
- Verificar medidas de desinfección en el lugar que visite
- Solicitar desinfectantes disponibles al público

# ¿Qué medidas puedo tomar... en el transporte?



Fuente: [www.nytimes.com](http://www.nytimes.com)

- Verificar que el transporte cumple al menos 1 m de distancia entre los usuarios
- Use mascarilla o tapabocas
- Verificar si están realizando alguna medida de desinfección
- Consultar si existe dispensador de alcohol en gel
- Evitar tocar o sujetar con papel al tocar los puntos más frecuentes (picaporte, agarrador)
- Favorecer la circulación de aire
- Historia de Jason Hargrove

# ¿Qué medidas puedo tomar... en el trabajo?



- Guardar cuarentena si has tenido contacto con un caso confirmado y comunicar a las instancias oficiales y empleador
- Si presenta síntomas, evitar trabajar y/o informar a su empleador
- Si existen condiciones, opta por trabajo a distancia
- Busca certificación médica si eres persona vulnerable
- Infórmate de las políticas y procedimientos internos y cumple
- Verifica el cumplimiento de medidas de prevención
- Comunica tus dudas o las de otras/os compañeras/os
- Comparte lo aprendido y adóptalo en casa y tu comunidad
- Al volver a casa deja los zapatos en la entrada, cambia y lava la ropa de trabajo

# Recomendaciones para la casa si sospecha que ha contraído COVID-19

- Quedarse en casa y llame para recibir atención médica
- Separarse de otras personas en su hogar
- Limite movimiento y evite espacios comunes y use mascarilla facial
- Cúbrase, elimine residuos de forma segura y lávese las manos
- No comparta artículos personales
- Limpie y desinfecte áreas y artículos comunes
- Controle sus síntomas



# Consideraciones sobre la salud mental

- Tratar este tema como política de trabajo y como política personal
- Problemas de ansiedad que se suma a otros
- En el trabajo:
  - Mecanismos de retroalimentación de preocupaciones del personal
  - Promover la solidaridad entre el personal y la no discriminación
- En lo personal:
  - Evitar sobre-exposición a noticias que generen ansiedad
  - Acompañe y de apoyo a grupos vulnerables (adulto mayor, niñ@s, personas con discapacidad)



# Repositorio de documentos oficiales y confiables

- **OPS/OMS**

<https://www.paho.org/es/documentos-tecnicos-ops-enfermedad-por-coronavirus-covid-19>

<https://www.paho.org/es/covid-19-materiales-comunicacion>

<https://openwho.org/courses/COVID-19-PCI-ES?locale=fr> (Curso gratuito en Prevención y Control de Infecciones)

- **CDC**

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/communication/guidance-list.html?Sort=Date%3A%3Adesc> (inglés)

- **OIT**

<https://www.ilo.org/global/lang-es/index.htm>

- **OSHA**

<https://www.osha.gov/SLTC/covid-19/> (buscar versión en español en la página)

- **EPA**

<https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2> (lista de desinfectantes)

- **Gobierno del Reino Unido**

<https://www.gov.uk/guidance/social-distancing-in-the-workplace-during-coronavirus-covid-19-sector-guidance>





Lávase las manos... y!  
Aliméntese sanamente  
Haga ejercicio  
Repensemos en tener una vida saludable  
Gracias

Daniel Cruz Fuentes  
cruzfuentesd@gmail.com

[medium.com/salud-publica-medio-ambiente-en-bolivia](https://medium.com/salud-publica-medio-ambiente-en-bolivia)