



GOBIERNO DE LA  
REPÚBLICA DE HONDURAS



SECRETARÍA DE TRABAJO Y  
SEGURIDAD SOCIAL

# PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD POR MOTIVO DE LA PANDEMIA COVID - 19 PARA EL SECTOR AGRÍCOLA

SECRETARÍA DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL



Este documento fue realizado con la contribución de la Unión Europea. Su contenido es exclusiva responsabilidad de sus autores y no necesariamente refleja los puntos de vista de la Unión Europea.

Protocolo de Bioseguridad por motivo de Pandemia de la COVID-19 para el Sector Agrícola. Versión 3.

Tegucigalpa MDC 02 de junio de 2020.

Secretaria de Trabajo y Seguridad Social.

# ÍNDICE

I. Introducción.....	4
II. Antecedentes.....	7
III. Precauciones y medidas específicas para la seguridad y salud en el lugar de trabajo en el sector agrícola.....	10
IV. Referencias bibliográficas. ....	29
V. Anexos .....	32

## **I. Introducción.**

Le corresponde a la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social la inspección y evaluación de los centros de trabajo, así como velar por el cumplimiento a la legislación y normativa laboral nacional en materia de prevención sobre seguridad y salud de los trabajadores; de manera especial, lo previsto en el Código de Trabajo, Reglamento General de Medidas Preventivas de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales y la Ley de Inspección de Trabajo, de igual manera contemplar el cumplimiento de la normativa y recomendaciones de los Organismos Internacionales relacionados con la seguridad y salud en el trabajo, como la Organización Internacional del Trabajo (OIT), Organización Mundial de la Salud (OMS), y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

Es por ello, que con la colaboración de la Asociación Hondureña de Medicina del Trabajo y Salud Ocupacional ASOHMET, el Centro de Investigación y Desarrollo en Salud, Trabajo y Ambiente (CIDSTA) de la Facultad de Ciencias Médicas UNAH y la Maestría en Gestión de la Salud, Seguridad y Ambiente en el Trabajo de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras (UNAH), y con aprobación de la Secretaría de Salud, la Agencia de Regulación Sanitaria (ARSA), la Secretaria de Seguridad y Policía Nacional de Honduras, se elabora el presente Protocolo de Bioseguridad por motivo de Pandemia COVID-19 para el Sector Agrícola, el cual, tiene un alcance nacional y el objetivo de disminuir las consecuencias de la propagación e infección por SARS-CoV-2, en la población trabajadora del país mediante la implementación de un conjunto armonizado de medidas de prevención y control del virus.

Es importante, que se establezcan las condiciones de seguridad y salud, en que se deben desarrollar las actividades labores en las organizaciones, los centros y lugares de trabajo, sin perjuicio de las reglamentaciones adicionales que se establezcan para el sector Agrícola.

Para los efectos de aplicación de este protocolo, se entenderán como medidas de prevención en los centros y lugares de trabajo todas aquellas que permitan el cumplimiento de los siguientes objetivos:

- a) Garantizar la seguridad y salud de los trabajadores, en centros y lugares de trabajo del sector Agrícola.
- b) Garantizar el desarrollo de programas permanentes de seguridad y salud en el trabajo, encaminado a proteger y mantener la salud de los trabajadores y el adecuado funcionamiento de sus actividades en el sector Agrícola.
- c) Observar en la actividad económica del sector Agrícola, las disposiciones legales referentes a normas y medidas de seguridad y salud aplicables.
- d) Adoptar medidas apropiadas para informar, proteger, fomentar y promocionar la salud de los trabajadores en las organizaciones dedicadas a la producción Agrícola, centros y lugares de trabajo; difundiendo entre los trabajadores los instructivos y las medidas de prevención y control que se emitan y adopten sobre el COVID-19.
- e) Realizar programas de capacitación sobre los riesgos a los que se encuentra expuestos los trabajadores en las organizaciones dedicadas a la producción Agrícola, centros y lugares de trabajo, haciendo énfasis en las medidas de prevención y control biológicas.
- f) Cumplir las disposiciones de este protocolo, así como las normas, reglamentos, manuales e instructivos que se creen para la prevención de la COVID-19.
- g) Utilizar y mantener activos los sistemas y programas de seguridad y salud en el trabajo, utilizados para la prevención de riesgos profesionales, en especial los biológicos.
- h) Mantener comunicación permanente con el Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (SINAGER), la Secretaría de Salud, el Instituto Hondureño de Seguridad Social, la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social, hospitales y clínicas públicas y privadas, para establecer y aplicar las medidas preventivas para el cuidado de la seguridad y, en especial, las relacionadas con la COVID-19.
- i) Establecer los mecanismos de comunicación necesarios con las instancias públicas y privadas, que garanticen la participación activa y efectiva en las estrategias de vigilancia en salud y epidemiológica, nacional e internacional.

Es importante señalar, que las repercusiones de la pandemia y, especialmente, de una de sus más importantes medidas epidemiológicas, que es el aislamiento social, a través del confinamiento (cuarentena), tiene consecuencias considerables y un alto impacto en la economía nacional. Desde los altos costos para suplir las necesidades en salud, y la paralización parcial o total de la actividad productiva y de servicios, que afecta desde los centros de trabajo formales hasta las actividades de la economía no formal, que en el país representa alrededor del 70 % de los trabajadores.

Como consecuencia, un alto porcentaje de los 4 millones de personas ocupadas en el país, se encuentra o encontrará en una alta probabilidad de perder sus ocupaciones laborales o que estas se vuelvan más insalubres, inseguras y hasta precarias.

En el protocolo se detallan las principales medidas a considerar para el sector Agrícola de Honduras, teniendo en cuenta que es una de las actividades económicas que continúan activas durante las medidas nacionales o locales de confinamiento.

Es por ello que la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social (STSS), cumpliendo su función de velar por la salud de todos los trabajadores a nivel nacional, reconoce la importancia de brindar asesoría y apoyo a trabajadores, organizaciones, centros de trabajo a enfrentar los inmensos retos que significa garantizar el equilibrio entre la salud y el trabajo.

Este protocolo se estructura en cinco apartados, que comienzan con antecedentes sobre el agente viral SARS-CoV-2 y la pandemia por COVID-19, además de recomendaciones generales para detener o romper la cadena de transmisibilidad o cadena epidemiológica basada en la triada ecológica. En el apartado precauciones y medidas específicas para la seguridad y salud en el trabajo se detallan las principales medidas a considerar de manera general y específica para el sector Agrícola. En el apartado referencias bibliográficas, se brindan las fuentes de información científicas y técnicas consideradas como relevantes en el tema. Por último, se presentan los anexos, considerados de utilidad para reforzar los contenidos, la puesta en práctica y la ejecución del protocolo.

Este protocolo, al igual que los específicos para los otros rubros económicos, se ha preparado en un corto tiempo, por lo que se agradece de manera especial, a la Delegación de la Unión Europea en Honduras, quien mediante el programa EUROEMPLEO apoyó decididamente este esfuerzo de gran valor científico y técnico.

## **II. Antecedentes.**

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se conocen 7 coronavirus patógenos, que, por lo general, causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves. Los dos más conocidos por sus consecuencias sobre la salud, son los que provocaron las epidemias de Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS) en el 2002, con alrededor de 8096 muertes reportadas y un 10 % de letalidad y el Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (MERS) en el 2012, con alrededor de 2494 muertes y un 35 % de letalidad.

En diciembre de 2019, fue reportado en la ciudad china de Wuhan, un nuevo coronavirus, el SAR-CoV-2 que ha provocado que la OMS decrete la primera pandemia mundial por una enfermedad desde principios del siglo XX, en que se desarrolló la llamada Gripe española.

Las consecuencias de la pandemia, dependen de las características del SARS-CoV-2, incluyendo de la magnitud y eficacia de su propagación entre las personas, las formas clínicas de presentación de los casos y las medidas médicas, epidemiológicas, sociales, políticas, económicas, entre otras, que estén disponibles para controlar el impacto del virus. El SARS-CoV-2 representa una seria amenaza no solo para la salud individual, sino en especial para la salud pública.

La probabilidad de enfermar dependerá, en gran medida, de la exposición. Por esta situación, se considera que para las personas en general, el riesgo se considera bajo.

Sin embargo, existirán personas con un mayor riesgo de infección, y en ese grupo, están las personas que trabajan, sus contactos más cercanos incluyendo sus familiares.

Los datos sobre casos confirmados, muertes y tasa de letalidad por SARS-CoV-2, se modifican constantemente, y Honduras no es una excepción.

Las vías de transmisión, exposición y contagio del SARS-CoV-2, son en la actualidad suficientemente conocidas, por lo que las medidas para prevenir las mismas y evitar la enfermedad deben ser consideradas esenciales para el control de la pandemia.

### **Recomendaciones generales para detener o romper la cadena de transmisibilidad o cadena epidemiológica.**

#### Sobre el agente:

- Evaluación y control de la presencia del virus.

#### Sobre el ambiente:

- Distanciamiento o aislamiento, manteniendo las distancias de seguridad recomendadas entre personas (1.5 a 2 metros).
- Evitación de contactos entre personas.
- Evitación de contacto con objetos o superficies de forma innecesaria.
- Lavado y desinfección de objetos o superficies de manera frecuente.

#### Sobre el huésped u hospedero:

- Determinación y aislamiento de personas con factores de riesgo.
- Determinación y aislamiento de personas que convivan con personas que presenten los factores de riesgo.
- Determinación y aislamiento de sospechosos de infección siguiendo las normas de la Secretaria de Salud de Honduras, para tal fin.
- Determinación y aislamiento de enfermos siguiendo las normas de la Secretaria de Salud de Honduras, para tal fin.



- Educación, formación y sensibilización sobre las medidas de protección y prevención.
- Creación y fortalecimiento de competencias sobre bioseguridad y gestión de riesgos biológicos.
- Comunicación y sensibilización (medios didácticos como murales, carteles, avisos) sobre la necesidad de utilizar los servicios de salud ante la sospecha de síntomas o signos de SARS-CoV-2.
- Creación y fortalecimiento de hábitos de higiene (formas adecuadas de estornudar y toser, lavado de manos, manipulación de EPP, cambio frecuente y lavado de la ropa).
- Uso de los Equipos de Protección Personal adecuados. (protección de ojos, nariz, boca, manos, piel). Según aplique el caso. Mascarilla es obligatoria para todo trabajador.

Limpieza de superficies, objetos personales y otros.

Las superficies se deben limpiar con soluciones recomendadas por los organismos internacionales y comprobada su eficacia contra SARS-CoV-2. Dentro de las recomendaciones están:

- A. Para objetos personales (pantallas, teléfonos, tabletas):
  - i. Utilice una solución de alcohol al 70 % al menos, rocíe y deje secar al aire o frote con un paño y deje secar al aire
- B. Para superficies de trabajo, pisos, paredes, puertas, escritorios, zapatos, automóviles y otras superficies:
  - i. Utilice una solución de cloro de uso doméstico (al 5 %) diluida de la siguiente manera: Cuatro cucharaditas de cloro por litro de agua, rocíe o frote y deje actuar por al menos 10 minutos.
  - ii. Utilice amonio cuaternario al 5 % de dilución, siga las instrucciones de cada proveedor para su dilución en caso de ser más concentrado. Espere al menos 10 minutos para que actúe.

- iii. Utilice el peróxido de hidrógeno uso comercial al 3 % deje actuar por al menos 5 minutos.
- C. Para todo producto utilizado en limpieza de superficies y desinfección de SARS-CoV-2 se debe consultar las indicaciones de uso ya que la concentración de los componentes activos puede variar de presentación industrial al doméstico y de marca en marca.

### **III. Precauciones y medidas específicas para la seguridad y salud en el lugar de trabajo en el sector Agrícola.**

#### **Medidas a realizar en el reintegro laboral y la evaluación periódica de la seguridad y salud de los trabajadores.**

Para garantizar la seguridad y salud de los trabajadores, empleadores y clientes de las diferentes actividades económicas del país, y en apego a la legislación y normativa sobre las obligaciones laborales, en especial las relacionadas con seguridad y salud en el trabajo, y de manera específica, las relativas a los agentes biológicos en los ambientes de trabajo. Toda organización o centro de trabajo deberá adoptar medidas preventivas en relación con el riesgo por agentes biológicos, previo a la reactivación de operaciones, y en los casos de reintegro laboral de sus trabajadores. Según lo estipulado en el Reglamento General de Medidas Preventivas de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales:

- Todo trabajador deberá someterse a reconocimiento médico como requisito indispensable de ingreso al trabajo y durante éste, a solicitud del empleador o por orden de la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social.
- Es necesaria la comprobación del estado de salud, entrevista sobre contactos y exámenes médicos (en casos específicos indicados por el personal de salud) para el reintegro laboral y evaluaciones periódicas.
- Debe de existir un registro adecuado de enfermedades profesionales y enfermedades relacionadas con el trabajo que afectan la población trabajadora de la empresa.

- Deben de llevarse a cabo actividades de vigilancia epidemiológica de enfermedades profesionales y relacionadas con el trabajo.
- Todo trabajador debe de contar con una Historia clínica ocupacional, con sus respectivos exámenes de control clínico y biológico.
- El empresario o responsable designado, deberá conservar esta documentación a disposición de la autoridad competente.

Las comprobaciones del estado de salud tendrán dos momentos importantes:

**Examen de reintegro**: se entiende, como la evaluación médica que se le realiza al trabajador al reintegrarse a sus actividades laborales en la organización o centro de trabajo, luego de haberse suspendido las mismas por motivo de la pandemia de COVID-19. El examen consistirá en:

- Evaluación clínica, que especialmente establecerá la presencia de síntomas y signos de COVID-19.
- Interrogatorio con el objetivo de evaluar el contacto del trabajador con casos sospechosos o enfermos de COVID-19, en especial, en los últimos 20 días.
- Los resultados del examen de reintegro deben de ser entregados por el trabajador en su organización o centro de trabajo, el primer día de su reincorporación. Este documento debe ser archivado por el empleador, como prueba del cumplimiento de la presente medida y puede ser solicitada por las autoridades de trabajo nacionales.

**Evaluación periódica**: se entiende, como la evaluación que se le realiza al trabajador de manera periódica, en diferentes momentos del día, en especial, en el momento de tomar el transporte hacia la organización o centro de trabajo, y en el momento de la entrada a las instalaciones de trabajo. Para la realización de la evaluación, toda organización o centro de trabajo, deberá:

- Establecer un área de tamizaje / cribaje / triaje y una persona responsable, debidamente entrenada, para realizar la toma de la temperatura corporal, con un termómetro clínico digital infrarrojo o láser mediante la técnica adecuada.
- Preguntar brevemente al trabajador lo siguiente:

- Percepción de su estado de salud física (Bien, Regular, Mal).
- Presencia de algún síntoma relacionado con COVID-19.
- Contacto estrecho con personas sospechosas de COVID-19 (al menos, con síntomas respiratorios).

Estas evaluaciones pueden también realizarse, por decisión de la organización o centro de trabajo, en otros momentos de la jornada laboral. Los trabajadores que presenten temperatura por encima de 37.5°C y/o refieran algún síntoma relacionado con COVID-19, se les considerará como casos sospechosos y no podrán ingresar a la organización o centro de trabajo, o tendrán que abandonar el mismo.

Se debe de proceder al adecuado aislamiento del trabajador, mientras se establecen las medidas para su remisión al servicio de salud de la empresa o los centros de salud correspondientes establecidos por las autoridades. La organización o centro de trabajo, deberá disponer de un registro de los resultados de las evaluaciones periódicas, donde al menos se contemple:

- Nombres y apellidos del trabajador.
- Temperatura corporal, en cada ocasión medida.
- Presencia de síntomas de COVID-19.
- Cualquier otra observación de interés para el seguimiento y control de la seguridad y salud de los trabajadores.

Este documento debe ser archivado por el empleador, como prueba del cumplimiento de la presente medida y puede ser solicitada por las autoridades de trabajo nacionales.

### **A. Medidas generales.**

Existen al menos 7 medidas de cumplimiento general, que deben ser establecidas para todas las actividades económicas.

#### **1. Distanciamiento o aislamiento de personas:**

Sensibilización sobre el manteniendo de las distancias de seguridad recomendadas entre personas (entre 1,5 y 2 metros).

Creación de estrategias para el uso de Lugares o áreas comunes, de reunión o concentración de personas.

## **2. Normas de etiqueta respiratoria.**

Son un conjunto de medidas recomendadas para evitar transmisiones respiratorias de agentes biológicos. Las medidas son:

- Toser y estornudar cubriéndose la nariz y la boca con el ángulo interno del codo flexionado (fosa del codo o cubital).
- Utilizar pañuelos o toallas desechables, y desecharlos tras su uso.
- Depositar los pañuelos o toallas desechables en recipientes con este fin, con tapas de pedal.
- Evitar tocarse la nariz, la boca y los ojos de manera innecesaria.
- Lavarse y desinfectarse las manos antes y después de tocarse la nariz, la boca y los ojos.
- Lavarse las manos de manera frecuente, en especial cuando se han manipulado objetos o se ha tenido contacto con superficies.
- Conversar manteniendo distancias de seguridad, en especial cuando se realice con personas con síntomas respiratorios.
- Evitar entrar en contacto con personas sospechosas o con síntomas y signos respiratorios.
- Evitar lugares o espacios con aglomeraciones de personas.
- Informar y buscar ayuda médica si se presentan síntomas o signos respiratorios o si se ha estado en contacto directo con personas sospechosas o con síntomas respiratorios.
- Informar sobre la presencia de personas sospechosas o con síntomas respiratorios, en especial en lugares y centros de trabajo.

## **3. Lavado de manos.**

Capacitación sobre la técnica adecuada para el lavado de las manos.

Por lo general, se recomiendan la técnica establecida por la Organización Mundial de la Salud (OMS). La duración mínima es de un (1) minuto:

- Mojar las manos con agua y jabón.
- Enjabonar muy bien la palma, el dorso, entre los dedos y las uñas.
- Aclarar bien los restos de jabón y si es necesario, repetir el proceso.
- Secar adecuadamente las manos con una toalla de papel.

El lavado y desinfección debe de ser frecuente, mientras desarrollan la actividad laboral. La frecuencia debe de ser establecida de acuerdo al tipo de actividad.

Capacitación sobre los productos adecuados para el lavado y desinfección de las manos (agua y jabón, alcohol con glicerina, alcohol gel).

Estos productos deben de ser suministrados por la persona responsable o el empleador. Los centros y puestos de trabajo deben contar con instalaciones para el lavado de manos que dispongan de agua y jabón, dispensadores de alcohol en gel o en glicerina.

El lavado de las manos se realizará de manera obligatoria, antes de colocarse el EPP y después de su retirada. Cuando las manos están visiblemente limpias, la higiene de manos se hará con productos con base alcohólica; si estuvieran sucias o manchadas se hará con agua y jabón antiséptico. La utilización de guantes nunca exime de realizar un correcto lavado de las manos luego de su retirada. Las uñas deben estar cortas y bien cuidadas.

Lavarse o desinfectarse las manos deberá de ser una medida necesaria en las siguientes situaciones:

- Luego de toser o estornudar.
- Antes y después de tocarse o sonarse la nariz.
- Antes y después de utilizar cualquier medio de transporte, en especial si es colectivo o público.
- Antes y después de visitar lugares públicos.
- Antes y después de manipular objetos, desechos sólidos o líquidos, dinero.
- Antes y después de tocar animales o personas.
- Antes y después de comer.

- Antes y después de utilizar los servicios sanitarios.
- Antes y después de la realización del trabajo.
- Durante la realización del trabajo, la frecuencia dependerá del lugar de trabajo y el tipo de actividades y tareas que se desarrollan. Estará definida en cada organización o centro de trabajo.

#### **4 Limpieza y desinfección de objetos y superficies.**

##### Aseguramiento de una correcta limpieza de los objetos y las superficies.

El procedimiento de limpieza y desinfección de objetos y superficies relacionados con el trabajador se realizará de acuerdo con la manera habitual de limpieza y desinfección del centro de trabajo. Garantizando que la frecuencia esté relacionada con el uso de los mismos. Luego de la limpieza y desinfección los mismos deben de quedar sin humedad.

Para la limpieza y desinfección se pueden emplear toallas con desinfectante, agua y jabón o los detergentes y desinfectantes que de manera habitual se encuentran autorizados para tal fin (con efecto virucida) y para las superficies se utilizará material textil desechable.

La limpieza general se hará siempre en húmedo, desde las zonas más limpias a las más sucias, desde adentro hacia afuera.

- Se debe de evitar en lo posible el uso de escoba en áreas de mayor riesgo.
- Se utilizarán técnicas de doble cubo (ver anexos).
- El material utilizado que sea desechable, se introducirá en un contenedor de residuos con tapa y etiquetado con las advertencias precisas.

Las superficies se deben limpiar con soluciones recomendadas por los organismos internacionales y comprobada su eficacia contra SARS-CoV-2. Dentro de las recomendaciones están:

- a. Para objetos personales (pantallas, teléfonos, tabletas)

- i. Utilice una solución de alcohol al 70% al menos, rocíe y deje secar al aire o frote con un paño y deje secar al aire
- b. Para SUPERFICIES de trabajo, pisos, paredes, puertas, escritorios y otras:
  - i. Utilice una solución de cloro de uso doméstico (al 5%) diluida de la siguiente manera: Cuatro cucharaditas de cloro por litro de agua, rocíe o frote y deje actuar por al menos 10 minutos.
  - ii. Utilice amonio cuaternario al 5% de dilución, siga las instrucciones de cada proveedor para su dilución en caso de ser más concentrado. Espere al menos 10 minutos para que actúe.
  - iii. Utilice el peróxido de hidrógeno uso comercial al 3% deje actuar por al menos 5 minutos.
- c. Para todo producto utilizado en limpieza de superficies y desinfección de SARS-CoV-2, se debe consultar las indicaciones de uso ya que la concentración de los componentes activos puede variar de presentación industrial al doméstico y de marca en marca.

## **5. Manipulación y uso de Equipo de Protección Personal.**

### Capacitación sobre el uso y manipulación (puesta y retirada) de los EPP.

Los EPP de un solo uso o los desechables, debe de ser eliminado bajo los estándares establecidos para evitar la contaminación cruzada de otros sitios, objetos, productos o superficies.

## **6. Funcionamiento de sistema de seguridad y salud.**

En las organizaciones o centros de trabajo donde esté conformada y en funcionamiento la Comisión Mixta de Higiene y Seguridad, esta debe de jugar un rol fundamental durante la implementación de las medidas por SARS-CoV-2. Es imprescindible que se establezcan un sistema de vigilancia y control sobre el acatamiento y el cumplimiento de todas las medidas, directrices, normas, orientaciones y otras que se dispongan dentro de la organización o centro de trabajo.

Es necesario que las organizaciones o centros de trabajo que disponen de servicios de atención en salud, extremen las medidas de detección de sospechosos y enfermos. El



personal de salud debe de estar debidamente capacitado para el abordaje de personas sospechosas o enfermos por SARS-CoV-2 según los protocolos y estándares establecidos en el país y en su defecto, en la organización o centro de trabajo.

## **7. Vigilancia en salud o epidemiológica.**

Si la organización o centro de trabajo dispone de un programa o plan de vigilancia, debe de considerar las medidas necesarias para adaptarlo a las regulaciones y orientaciones que garanticen la comunicación constante con las autoridades e instituciones responsables.

## **B. Medidas específicas.**

En aras de proteger la seguridad y salud de los trabajadores se proporcionan las siguientes medidas preventivas para mitigar el riesgo de contagio ante la pandemia de la COVID-19:

### **1. Traslado del trabajador de la vivienda al Centro de Trabajo (transporte proporcionado por el centro de trabajo).**

- El bus debe estar limpio y desinfectado antes del ingreso de los trabajadores.
- Realizar aspersion a la plantilla del zapato al momento de ingresar al autobús.
- Viajará un trabajador por asiento, ocupando el 50% de la capacidad del medio de transporte, si hubieran más de un trabajador por asiento, estos deben usar caretas reutilizables, las cuales deben ser asignadas para cada trabajador, la cual debe mantener limpia al momento de usarla.
- En el punto de espera de bus, el trabajador deberá respetar la distancia de 1.5 a 2 metros, usando mascarilla en todo momento que cubra boca y nariz.
- Antes y durante el traslado, se tomarán las medidas necesarias de bioseguridad.
- El personal deberá evitar establecer conversaciones dentro del bus.
- En el interior del bus se colocará información sobre buenas prácticas de higiene y cuidado personal, así como las cosas que no se deben hacer durante el traslado.
- Evitar tocarse la cara, boca, nariz u ojos.

### Medidas temporales recomendadas para el transporte de personas privado o por servicio contratado.

Previo ingreso a las unidades de transporte designadas, todos sus usuarios deberán seguir las medidas de bioseguridad generales y específicas (toma de temperatura corporal, distanciamiento físico de seguridad, uso de EPP), así como el resto de las medidas establecidas en el presente protocolo.

Debido a la particularidad que presentan algunas organizaciones y centros de trabajo, por el tipo de operaciones a realizar y el número de trabajadores contratados, se deberán incorporar las siguientes recomendaciones para el transporte de personas (vivienda-trabajo-vivienda):

- En caso de utilizar un servicio contratado de transporte, la empresa de transporte deberá cumplir con todas las medidas de bioseguridad establecidas, relacionadas al servicio que brinda. De no cumplirlas, no se podrá hacer uso de sus servicios. En especial, lo referente a la limpieza y desinfección interna y externa de la unidad, previo a cada viaje.
- En el punto de espera del autobús, el trabajador deberá respetar la distancia de seguridad (entre 1.5 a 2 metros), usando mascarilla quirúrgica, la careta debe colocarse antes de abordar el bus.
- Se debe brindar gel de manos, previo abordaje al bus.
- La cantidad de trabajadores transportados, podrá ser la capacidad del bus siempre y cuando todos vayan sentados.
- Los asientos de las unidades de transporte deben de estar señalizados, delimitando el espacio de uso para cada trabajador (máximo 2 personas por asiento).
- Se mantendrá la ventilación natural con apertura de todas las ventanas.
- Al ingreso, los trabajadores se deben ubicar en los asientos disponibles, comenzar con los asientos libres cercanos a la entrada y seguir hasta completar los asientos al final de la unidad.

- Al egreso, los trabajadores deben de respetar un orden, que debe de comenzar con los más cercanos a la salida de la unidad de transporte, hasta desocupar los últimos asientos de la unidad.
- Se recomienda el uso de diferentes puertas para la entrada y salida de los usuarios, en los casos que sea posible.
- Los trabajadores deberán utilizar la mascarilla en todo momento. Se debe verificar previo al ingreso, el adecuado contacto de los bordes de la mascarilla con la cara, para que exista un cierre o sello de la misma y se evite la transmisión indirecta por microgotas.
- Se debe de implementar el uso de careta (acrílico transparente u otro similar). Esta debe cubrir, a partir de la parte anterior del pabellón auricular, de extremo a extremo y de la parte superior de la frente hasta un mínimo de 3 cm bajo el mentón.
- Las caretas serán de estricto uso personales, en ningún caso deberán de ser prestadas a ninguna persona.
- Es responsabilidad de cada trabajador limpiar la careta a diario y cuantas veces sea necesario utilizando agua y jabón o solución desinfectante.
- El trabajador podrá quitarse la careta una vez baje de la unidad de transporte y deberá guardarla en un lugar seguro.
- La careta debe de estar identificada por cada trabajador, con su nombre visible en una zona que no disminuya la visibilidad, evitando colocar símbolos palabras o frases ofensivas.
- Todo usuario deberá ubicarse en el asiento disponible asignado, evitar el contacto dentro de lo posible, de objetos y superficies presentes (ej. colocar ambas manos sobre el regazo).
- Se debe mantener una posición con vista al frente en todo momento.
- Evitar los contactos frente a frente y las conversaciones innecesarias.
- Es recomendable, designar a algunos trabajadores, la función de monitorear el cumplimiento de las medidas descritas. Su responsabilidad consistirá en velar por una adecuada ubicación de los trabajadores al ingreso y egreso ordenado de las unidades, así como las demás medidas generales y específicas a cumplirse. En

caso de existir la necesidad de movilización o circulación dentro de la unidad, deberá evitarse en todo momento, el contacto físico frente a frente de las personas.

- De ser posible, en el interior del bus se colocará información sobre buenas prácticas de higiene y cuidado personal, así como las medidas que se deben de cumplir y las acciones que deben de evitarse durante el traslado.

## **2. Ingreso y salida de los centros de trabajo de producción del sector Agrícola de proveedores de materias primas, contratistas, funcionarios y trabajadores:**

- Quedan canceladas temporalmente las visitas de cortesía.
- Evitar la aglomeración de personas al momento de ingresar a las instalaciones, áreas de cultivo, áreas de producción y plantas de proceso.
- Solicitar a los proveedores de materias primas para el sector Agrícola que al momento de ingresar al establecimiento se limiten el ingreso de 1-2 personas.
- Desinfección de zapatos para todo el personal que ingresa a las instalaciones (posta de seguridad) y esto es a través de aspersión de plantillas del zapato con productos químicos que garanticen la eliminación del virus.
- Toma de temperatura con termómetro clínico digital infrarrojo sin tener contacto con el trabajador, contratista, proveedores, personal que ingresa con los camiones a dejar materias primas y demás personal autorizado. Esto se hará previo al ingreso de las instalaciones (la temperatura aceptable registrada debe ser menor a 37.5 °C).
  - Las personas que presente temperatura mayor a 37.5 °C, se procederá a retirar de las instalaciones indicándole la importancia de buscar atención médica inmediata.
  - Comunicar a la persona designada por el centro de trabajo para su seguimiento.
- Si la persona viene agitada o asoleada aislarla por 10 minutos y volver a tomar la temperatura.
- Obligatorio uso de equipo de protección personal antes de ingresar a las instalaciones (mascarilla quirúrgica o similares).

- Llenar cuestionario de control de visitas a instalaciones a todo el personal visitante (Proveedores, contratistas entre otro personal que visita las instalaciones).
- Las partes del vehículo (timón, llaves, palancas, cierre de puertas, etc.) con las que tienen contacto los trabajadores, serán desinfectadas con agentes químicos para asegurar toda eliminación de patógenos.
- Orientar al trabajador que al llegar a su vivienda debe evitar mantener contacto con miembros de su familia, procederá a retirar su ropa en recipiente con agua y detergente y proceda a ducharse.

### **3. Trabajadores de centros de trabajo que laboran dentro de las instalaciones:**

- Evitar la acumulación de personas dentro de las instalaciones asegurando que los trabajadores mantengan la distancia de 1.5 a 2 metros.
- Mantener en las diferentes áreas de los centros y puestos de trabajo dispensadores con gel desinfectante de manos que cumpla con los requerimientos de eliminación del virus causante de la COVID-19, así como áreas donde se puedan lavar las manos con agua y con jabón según amerite el caso.
- La mascarilla deberá ser proporcionada por el centro de trabajo sin costo alguno según lo establecido en el Reglamento General de Medidas Preventivas Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales.
- No saludar con la mano ni beso. Evitar contacto físico con sus compañeros.
- Permitir grupos adecuados de acuerdo a los metros cuadrados que disponen en los establecimientos de los centros de trabajo. En el tiempo de descanso y alimentación se deberá asegurar que los trabajadores no se agrupen, manteniendo la distancia de 1.5 a 2 metros.
- No compartir objetos personales.
- Prohibir escupir en el suelo.
- Al momento de toser y estornudar hacerlo sobre el ángulo antebrazo.
- Desinfectar frecuentemente las zonas de relojes dactilares, marcadores y accesos con huella en oficinas y líneas de procesamiento para evitar contaminación cruzada.
- Evitar usar joyería y tener uñas largas, ya que impide la buena limpieza de las manos.

- Asignar actividades vía teletrabajo para aquellos puestos que no se requiera la presencia física y así evitar la acumulación de personal.
- Mantener abastecidos los botiquines de los establecimientos conforme a lo establecido en el Reglamento General de Medidas Preventivas, Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales con el objetivo de limitar la saturación de las clínicas médicas.
- Es responsabilidad del centro de trabajo asegurar que los trabajadores durante su jornada de trabajo cumplan con las prácticas de higiene establecidas.

#### **4. Manejo de grupos de trabajo en áreas de producción (Preparación de terreno, viveros, elección de semilla, siembra, mantenimiento de cultivo, fertilización, cosecha)**

- El trabajador que opera maquinaria agrícola (tractores) deberá desinfectar partes de la cabina (timón, llaves, palancas, cierre de puertas, etc.)
- Lavarse las manos, posterior al uso de sus herramientas como ser azadón, machete, arados manuales, u otra herramienta utilizada de forma manual.
- Evitar tocarse la cara con las manos sucias
- Contar con el EPP en el momento de estar con otros trabajadores o personal externo al centro de trabajo.
- Hacer cambio de mascarillas cuando esta se encuentre húmeda o deforme.
- En las parcelas se debe contar con agua y jabón para el lavado frecuente de manos de los trabajadores.
- Mantener la distancia de 1.5 a 2 metros entre trabajador en las diferentes actividades (siembra, manejo del cultivo, fertilización, cosecha)
- Cumplir con las buenas prácticas agrícolas e inocuidad de los alimentos.

#### **5. Manejo de los grupos de trabajo en las áreas de plantas de proceso.**

- Cada área de producción debe contar con el número de trabajadores, que permita que operen de forma segregada e independiente para sus ingresos y su operatividad.
- Todo proceso que se realice en el centro de trabajo deberá existir separación física y contar con el equipo de protección personal para los trabajadores mascarillas

(quirúrgica o similares) cuando estén cerca de otras personas y no en trabajos de campos abiertos separados considerablemente unos de otros.

- Contar con estaciones de lavados de manos y desinfección con gel de manos desinfectante que cumpla el propósito de eliminar al SARS-CoV-19 y en todas las áreas como ser: áreas de producción y planta de proceso, así como oficinas.

## **6. Método de limpieza pre - post de las operaciones:**

Todo procedimiento de limpieza en las líneas de producción debe seguir los siguientes pasos:

- Preparación de los productos químicos utilizados en el sector Agrícola para desactivar el virus.
- Realizar la limpieza y desinfección con químicos al equipo y superficies en general que aseguren la eliminación del SARS-COV-2.

## **7. Mantenimiento y limpieza de las instalaciones “oficinas, bodegas, cafetería, instalaciones sanitarias de servicio y aseo”**

- Mantener los centros de trabajo ventilados.
- Limpiar y desinfectar todas las perillas de las puertas, manillas de los lavabos, inodoros e instrumentos y equipos de trabajo (teléfonos, teclados, mouse, materiales didácticos y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente).
- Limpiar y desinfectar los pisos con solución clorada de pasillos, baños, comedores entre otras áreas de circulación al menos dos veces al día.
- Cada utensilio de limpieza debe de lavarse previo al uso y posterior al uso y secado en espacios con mucho sol y ventilación colocándolos alejados de los utensilios que se utilizan para limpieza de las demás zonas.
- Los trabajadores encargados del área de aseo deberán utilizar guantes de hule destinados para ese fin, recordando lavarse las manos y secarlas antes de colocarse los guantes, también deberán usar mascarillas que cubran boca y nariz.
- Se debe designar un área específica para guardar los guantes y otros utensilios que no deben quedar en el área de los sanitarios.

- Los trabajadores deben mantener distancia entre 1.5 a 2 metros al momento de tomar los alimentos, deben recordar no manipular la mascarilla por el área frente a la boca y nariz y únicamente de los cordones laterales o elásticos y colocarla en un lugar limpio, de igual manera se toma de ambos cordones para volver a colocarla y solo de la parte superior para acomodarla sobre la nariz, nunca de en medio.
- Todas las áreas deben estar limpias y desinfectadas.
- Los trabajadores que llevan su propia comida, debe ser en recipientes de fácil desinfección, los cuales son almacenados en los casilleros asignados por el centro de trabajo.
- En el caso de los centros de trabajo que proporcionen alimentos para sus trabajadores, deberá cumplir con los protocolos de Restaurantes y Cafeterías.

## **8. Equipo de Protección Personal (EPP).**

- El patrono deberá proporcionar el EPP a sus trabajadores los cuales deberán cuidar en caso de ser reutilizables y desechar adecuadamente en caso de ser desechables o de un solo uso.
- El EPP se colocará de forma idónea:
  - Identificar el EPP que será colocado al momento de ingresar a las instalaciones del centro de trabajo, así como el que se colocará específico en los puestos de trabajo a continuación esquema de uso del EPP:
    - Se coloca la bata (si aplica).
    - Se coloca la mascarilla quirúrgica o similar.
    - Se coloca la protección ocular (gafas protectoras) o protector facial, cuando aplique.
    - Se coloca los guantes (incluso sobre la muñeca), cuando aplica.
    - Botas de hule (si aplica)
    - Mascarilla de olores (si aplica)
  - Al momento de retirar el EPP se seguirá este esquema:
    - Quitarse los guantes
    - Quitarse la bata



- Higienizar las manos
  - Quitar la protección ocular de atrás hacia adelante
  - Quitarse la mascarilla (quirúrgica o similares) o respirador de atrás hacia adelante
  - Higienizar las manos nuevamente.
- Todo personal de vigilancia externa o interna deberá usar mascarilla (N95, KN95, quirúrgica o similares) que cubra boca y nariz, de igual manera procurar realizar el lavado de manos frecuente y evitar tocar objetos o superficies innecesariamente.
  - El uso del EPP para el resto del personal no operativo incluye mascarilla y recordar el frecuente lavado de manos.  
El patrono supervisara el uso del uniforme limpio sobre todo en áreas críticas como envasado.
  - El patrono deberá establecer depósitos específicos para el almacenamiento de uniformes de áreas y EPP evitando la contaminación cruzada.

**9. Procedimiento para aquellos centros de trabajo que cuentan con una clínica médica dentro de sus instalaciones:**

- Se designará un área especial para atención a pacientes con síntomas respiratorios, misma que cumplirá con las medidas de bioseguridad requeridas.
- Limpiar y desinfectar los pisos otras superficies que se utilizan con frecuencia, como escritorio, botones de llamada, barras de seguridad, perillas de las puertas y superficies de equipos entre otros. Los muebles de esta área deben ser de fácil limpieza y que no disimulen o retengan polvo o humedad, limpiando diariamente los artículos para el cuidado del paciente y las superficies que tengan contacto con el paciente.
- Cambiar la solución clorada de los recipientes cuando amerite.
- Esterilización de equipo médico.

#### **10. Trabajadores de áreas externas: protección de activos y áreas externas.**

- Todos los trabajadores y los que laboran en áreas externas están obligados a cumplir con las medidas de bioseguridad que se han establecido.
- Usar su mascarilla en todo momento dentro y fuera de las instalaciones cuando se encuentre cerca de otros trabajadores.
- Asegurarse de la adecuada higiene de manos y desinfección periódica de manos durante su puesto de trabajo, deben de evitar cualquier contacto con sus compañeros como medida de protección, manteniendo la distancia de 1.5 a 2 metros.
- Cada vez que reciban documentos, contratistas deben de usar guantes para evitar contacto directo con el objeto o lavarse las manos, posterior al contacto.
- El personal de protección de activos que este verificando la toma de temperatura del personal al ingreso de las instalaciones debe de usar, mascarillas y al terminar dirigirse a lavado de manos.

#### **11. Funcionamiento de sistema de seguridad y salud (para aquellos centros de trabajo que aplique)**

- Se deberá contar con un área o departamento de Seguridad y Salud Ocupacional, mismo que realizará un análisis de riesgo ante los peligros existentes.
- Esta área deberá validar y asegurar el cumplimiento de los protocolos de bioseguridad establecidos.
- Se implementarán medidas para reducir el riesgo en las diferentes áreas.
- Deberá contar con el apoyo de todas las áreas para la implementación de todos los protocolos y buenas prácticas.
- Reforzar las medidas de protección en los trabajadores en aquellos trabajadores con enfermedades crónicas
- Ninguna medida nueva implementada deberá violar el sistema de seguridad física y la salud de las personas.

## **12. Manejo de desechos sólidos, líquidos y orgánicos.**

Se deberá contar con un procedimiento para el manejo de desechos sólidos y líquidos, el cual permitirá la correcta disposición de desechos.

- Se debe destinar los basureros para desechar guantes, mascarilla (quirúrgica, N95, KN95 o similares) y otros equipos que sea desechable, así como papeles con secreciones nasales y similares.
- El basurero debe contar con tapadera y apertura de pedal y ser preferentemente de metal.
- El personal de aseo encargado de sacar estos desechos debe utilizar guantes desechables, y se los quitara hasta poner la siguiente bolsa en su lugar.
- La bolsa y el basurero deben ir identificados como desechos de riesgo biológico e idealmente en una bolsa roja.
- En el caso del manejo de los desechos líquidos, sólidos y orgánicos se manejará como se ha estado realizando normalmente, en cumplimiento el uso del EPP establecido para evitar el contagio de la COVID-19.

## **13. Medidas a considerar frente a casos sospechosos y enfermos.**

- Referir a evaluación médica todo caso de síntomas de resfriado, fiebre, tos, etc. Para valoración adecuada de cada caso, tratamiento y recomendación de aislamiento y seguimiento epidemiológico si aplica, el cual lo realizara la Secretaría de Salud por medio de el epidemiólogo asignado a cada región del país.
- El trabajador que se encuentre sospechoso de COVID-19 durante la jornada de trabajo deberá usar su mascarilla y evitará contacto con otras personas.
- Remisión de la persona afectada al servicio de atención en salud informando al personal encargado de su transporte que debe tomar las debidas precauciones en el vehículo.
- Manejo de los datos y la información del caso sospechoso o probable, con la debida confidencialidad.

- El patrono debe estar pendiente de los diagnósticos brindados y del contacto de epidemiólogos de la región para las siguientes medidas a tomar con los trabajadores que han sido contactos.

## IV. Referencias bibliográficas.

- Organización Mundial de la Salud. Coronavirus (COVID-19). Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.who.int/es>

- Organización Internacional del Trabajo. COVID-19. Revisado: 6 de abril de 2020.

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

- Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH). Información sobre enfermedad de coronavirus 2019. Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.cdc.gov/spanish/niosh/index.html>

- Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades (CDC). COVID-19. Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cleaning-disinfection.html>

- Departamento de Trabajo de los Estados Unidos. Administración de Seguridad y Salud Ocupacional. COVID-19. Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA). Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.osha.gov/>

- Organización Mundial de la Salud. Manual de Bioseguridad en Laboratorios. Tercera edición. Ginebra, 2005.

- Ministerio de Trabajo y Economía Social. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Espacio COVID-19. Revisado: 6 de abril de 2020.

Disponible en: <https://www.insst.es/espacio-campana-covid-19>

- Junta de Andalucía. Procedimiento de limpieza y desinfección de superficies y espacios para la prevención del coronavirus en la Comunidad Autónoma de Andalucía. Revisado: 6 de abril de 2020.  
Disponible en: [https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/200320\\_ProcedimientoLD\\_Coronavirus\\_AND.pdf](https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/200320_ProcedimientoLD_Coronavirus_AND.pdf)
- Secretaría del Trabajo y Previsión Social. Guías de acción para los centros de trabajo ante el COVID-19. México. 2020.
- Occupational Safety and Health Administration (OSHA). Guidance on Preparing Workplaces for COVID-19. USA. 2020.
- EU-OSHA. E-Facts 53: Risk Assessment for Biological Agents. EU. 2020.
- Ministerio de Trabajo y Economía Social. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Prevención de riesgos psicosociales en situación de trabajo a distancia debida al COVID-19: Recomendaciones para el empleador. España. 2020.
- Instituto Nacional de Estadística. Clasificador nacional de actividades económicas (CIIU4HN-2018). Honduras. 2018.
- Comunidad de Madrid, Dirección General de Salud Pública. Pautas de desinfección y espacios habitados por casos en investigación, cuarentena, probables o confirmados de COVID-19. Madrid, España. 2020
- Secretaria de Salud Honduras. Lineamientos específicos en relación a las directrices para la preparación de la red de servicios del primer nivel de atención. Marzo 2020.

- Organización Mundial de la Salud. Prevención y control de infecciones (PCI) causadas por el nuevo coronavirus (COVID-19). Módulo 3.
  
- Méndez-Ríos JD. Medidas mínimas de bioseguridad en instalaciones de salud ante Pandemia SARS-COV-2. Revista Médica de Panamá, 2020: Volumen 40(1):25-29.
  
- Confederación Española de la pequeña y mediana empresa. Procedimientos de actuación para los servicios de riesgos laborales frente a la exposición al coronavirus (SARS-COV-2). 2020.
  
- Ministerio de Trabajo y Economía Social. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Medidas Preventivas Generales para garantizar la separación entre trabajadores frente a COVID-19. Madrid, España. Abril 2020.

## V. Anexos

### Anexo 1. Técnica para el lavado de las manos.



# Limpia tus manos

## CON AGUA Y JABÓN

**⌚ Duración de este procedimiento: 40-60 segundos**

- 0** 

Mójese las manos con agua.
- 1** 

Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.
- 2** 

Frótese las palmas de las manos entre sí.
- 3** 

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.
- 4** 

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
- 5** 

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
- 6** 

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
- 7** 

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
- 8** 

Enjuáguese las manos con agua.
- 9** 

Séquese con una toalla desechable.
- 10** 

Sírvase de la toalla para cerrar el grifo.
- 11** 

Sus manos son seguras.

**Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19**

**OPS** Organización Panamericana de la Salud  Organización Mundial de la Salud [www.paho.org/coronavirus](http://www.paho.org/coronavirus)

**Conócelo. Prepárate. Actúa.**

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.



## Anexo 2. Técnica para desinfección de las manos.



# Limpia tus manos

## CON UN GEL A BASE DE ALCOHOL

**⌚ Duración de este procedimiento: 20-30 segundos**

**1a**  **1b** 

Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.

**2** 

Frótese las palmas de las manos entre sí.

**3** 

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.

**4** 

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

**5** 

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.

**6** 

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.

**7** 

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.

**8** 

Una vez secas, sus manos son seguras.

### Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19

**OPS** Organización Panamericana de la Salud  Organización Mundial de la Salud 




**Conócelo. Prepárate. Actúa.**  
[www.paho.org/coronavirus](http://www.paho.org/coronavirus)

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

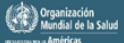
### Anexo 3. Momentos para lavado y desinfección de las manos.

**Limpia tus manos**

**¿Cuándo?**

-  Antes de tocarte la cara
-  Después de toser o estornudar
-  Después de ir al baño
-  Antes y después de cambiar pañales
-  Antes de preparar y comer alimentos
-  Antes y después de visitar o atender a alguien enfermo
-  Después de tirar la basura
-  Después de tocar las manijas de las puertas
-  Después de estar en lugares públicos concurridos

**Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19**

**OPS** Organización Panamericana de la Salud  Organización Mundial de la Salud  
REPUBLICAS DE AMÉRICAS

**Conócelo. Prepárate. Actúa.**  
[www.paho.org/coronavirus](http://www.paho.org/coronavirus)

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

Anexo 4. Medidas de protección.

# COVID-19

Enfermedad por coronavirus 2019

## CUBRA SU TOS

EVITE QUE LAS PERSONAS A SU ALREDEDOR SE ENFERMEN



Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar.

Deseche el pañuelo usado en un basurero y lávese las manos con agua y jabón, o use un gel para manos a base de alcohol.



Si no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude en el pliegue interno del codo, no en las manos.



Si está enfermo y hay mascarillas disponibles, úselas para proteger a los demás.

**OPS**

Organización  
Panamericana  
de la Salud

Organización  
Mundial de la Salud  
ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD  
REGIONAL DE AMÉRICAS

**Conócelo. Prepárate. Actúa.**

[www.paho.org/coronavirus](http://www.paho.org/coronavirus)

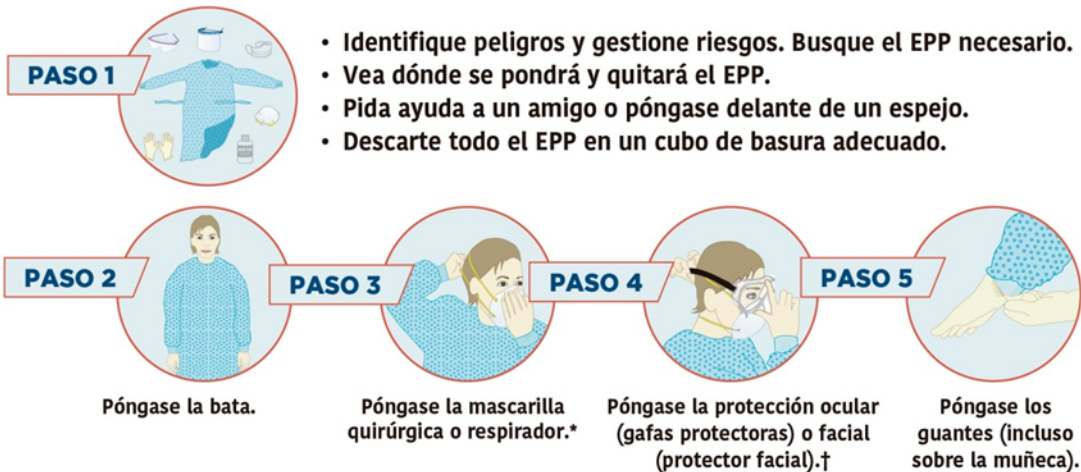
Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

## Anexo 5. Técnicas para ponerse y quitarse los EPP.

# COVID-19

## Enfermedad por coronavirus 2019

### CÓMO PONERSE EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)



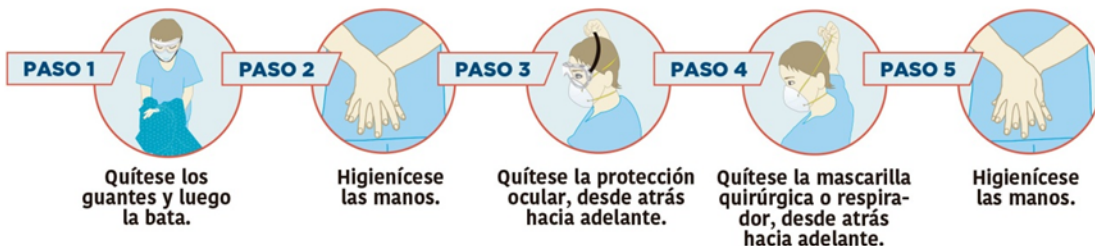
\*Puede ser una mascarilla quirúrgica o un respirador (N95 o similar), según el nivel de atención.

En el procedimiento generador de aerosoles (PGA), use un respirador (N95 o similar).

†Por ejemplo, visor, careta o gafas protectoras (considere la posibilidad de usar gafas antiempañante o un líquido antiempañante).

### CÓMO QUITARSE EL EPP

- Evite la contaminación para usted mismo, los demás y el entorno.
- Quítese primero los elementos más contaminados.



Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.



## Anexo 6. Técnicas para ponerse los EPP.

# COVID-19

## Enfermedad por coronavirus 2019

### CÓMO PONERSE EL EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)

**PASO 1**

- Identifique peligros y gestione riesgos. Busque el EPP necesario.
- Ve a dónde se pondrá y quitará el EPP.
- Pida ayuda a un amigo o póngase delante de un espejo.
- Descarte todo el EPP en un cubo de basura adecuado.

**PASO 2**

Póngase la bata.

**PASO 3**

Póngase la mascarilla quirúrgica o respirador.\*

**PASO 4**

Póngase la protección ocular (gafas protectoras) o facial (protector facial).†

**PASO 5**

Póngase los guantes (incluso sobre la muñeca).

\*Puede ser una mascarilla quirúrgica o un respirador (N95 o similar), según el nivel de atención. En el procedimiento generador de aerosoles (PGA), use un respirador (N95 o similar).  
†Por ejemplo, visor, careta o gafas protectoras (considere la posibilidad de usar gafas antiempañante o un líquido antiempañante).

**OPS** Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud

Conócelo. Prepárate. Actúa.  
[www.paho.org/coronavirus](http://www.paho.org/coronavirus)

Fuente: Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud.

## Anexo 7. Eficiencia de las mascarillas nasobucales.



# MASK PROTECTION EFFICIENCY



## N95

STRONGEST PROTECTION



## SURGICAL MASK

MEDICAL USE



## FFP1 MASK

ISOLATE SUSPENDED PARTICLES



## ACTIVATE CARBON

STOP ODOR



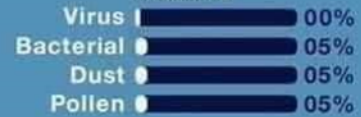
## CLOTH MASK

DIY



## SPONGE MASK

FASHION USE



Fuente: VARSOY Healthcare.

**Anexo 8.** Técnica para la toma de temperatura corporal con termómetro digital clínico infrarrojo o laser (sin contacto).

Descripción:

- El lugar de la toma será en la frente de la persona.
- Cada tipo de termómetro digital especifica el botón a pulsar, (si lo trae o es de sensibilidad por objeto puesto enfrente).
- La distancia recomendada de la frente al sensor (varia de 2 cm hasta 15cm), y el tiempo de espera para dar la lectura correcta de la temperatura, va desde instantánea hasta 4 segundos.

Fuente: PCE. Termómetro infrarrojo para fiebre. Disponible en: <https://www.pce-iberica.es/medidor-detalles-tecnicos/instrumento-de-temperatura/termometro-infrarrojo-pce-fit10.htm>