

PROTOCOLO DE INFORMACIÓN DE AUTOPROTECCIÓN EN LOS PLANES HIDRÁULICOS FRENTE AL RIESGO DE CONTAGIO POR EL CORONAVIRUS COVID-19

1.- INTRODUCCIÓN

El objetivo del presente documento es establecer un protocolo básico de actuación para los trabajadores de los Planes Hidráulicos del Gobierno de Cantabria, frente a la crisis sanitaria provocada por el coronavirus COVID-19. Este protocolo se ha elaborado siguiendo las pautas y recomendaciones establecidas por el Ministerio de Sanidad del Gobierno de España y la Consejería de Sanidad de la Comunidad Autónoma de Cantabria, y es complementario a todos aquellos protocolos e información general del Gobierno de Cantabria al respecto, y que deberán ser consultados por los trabajadores a través del portal "pas". Asimismo deberán seguirse las indicaciones de las notas informativas y carteles colocados los centros de trabajo.

2.- TRANSMISIÓN DEL VIRUS

Los coronavirus son una familia de virus que afectan normalmente a los animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas.

El nuevo coronavirus COVID-19 es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y se ha detectado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad china de Wuhan, por lo que todavía hay muchas cuestiones que se desconocen en relación a la enfermedad que produce.

Parece que la transmisión es por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan cuando una persona infectada tose o exhala. Estas secreciones infectarían a una persona al entrar en contacto con su nariz, ojos o boca. Parece poco probable la transmisión por el aire a distancias superiores a uno o dos metros.

3.- MEDIDAS GENERALES

- La principal medida de prevención y control es la higiene de manos frecuente con agua y jabón (en caso de disponibilidad se podrá utilizar gel hidroalcohólico), especialmente:
 - Antes de: comer, tocarse los ojos, la boca o nariz (incluido después de sonarse).
 - Después de ir al baño, o tras tocar superficies o uso de equipos de trabajo comunes.
 - Si tiene síntomas respiratorios o después de estar en contacto con personas enfermas de alguna infección respiratoria o su entorno.
 - Después de estar en contacto con secreciones respiratorias y objetos o materiales contaminados.
- Para el correcto lavado de manos se seguirá el protocolo establecido, además para una mayor eficacia se recomienda:
 - Quitar reloj, anillos o pulseras (prohibido llevar durante el turno de trabajo)
 - Mantener las uñas limpias y cortas.
- Deberá de haber siempre a disposición en el centro jabón y toallas de papel desechables. Se deberán retirar las toallas.
- Al toser o estornudar, cubrirse con el codo flexionado para no contaminar las manos.
- Utilizar pañuelos desechables, y tirarlos tras su uso.

Dadas las nuevas medidas organizativas establecidas en el Decreto 18/2020 de 15 de marzo por el que se establecen los servicios esenciales del Gobierno de Cantabria, en aquellos turnos en los que coincidan dos trabajadores se deberá:

- Respetar una distancia de entre uno y dos metros con el compañero. (mejor 2 o más)
- Evitar en la medida de lo posible permanecer en la misma estancia.
- Ventilar adecuadamente los lugares de trabajo compartidos.

Además, como medida general, se recomienda reforzar las medidas de limpieza y lavado de la ropa de trabajo (A TEMPERATURA DE 60 GRADOS) y, en su caso de los equipos de protección individual.

4.- TAREAS DE LIMPIEZA

- Es importante asegurar una correcta y periódica limpieza de superficies y de los espacios de trabajo, preferiblemente se deben limpiar y desinfectar las zonas de contacto comunes, antes de comenzar el turno y una vez se haya terminado el mismo. Haciendo especial hincapié en aquellas que se tocan con mayor frecuencia, mesas, teclado de ordenador, teléfonos, manillas de puertas, mesa de control... se podrán emplear detergentes y desinfectantes habituales.
- Las superficies del baño y del inodoro se desinfectarán con un desinfectante doméstico que contenga lejía a una dilución 1:100 (1 parte de lejía y 99 partes de agua) preparado el mismo día. En el caso de optar por agua con lejía, siempre con agua fría.
- El trabajador que realice la limpieza deberá protegerse con guantes y al finalizar se lavará las manos.
- Utilizar para limpieza material desechable, si esto no es posible desinfectarlo tras realizar la limpieza, con agua y lejía preparado en el día.

5.- EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

Se evitará en la medida de lo posible el uso compartido de los equipos de protección individual, especialmente los de protección respiratoria (máscaras y equipos de respiración autónoma), prohibido el uso compartido de mascarillas y filtros.

De forma previa a la colocación de cualquier equipo de protección respiratoria se procederá al lavado o desinfección de manos y deben quitarse en último lugar, tras la retirada de otros componentes como guantes, buzos, etc. tras su retirada se volverán a lavar las manos.

5.1- Máscaras completas

En los Planes en los que existe cloro gas, en los cuales como medida de protección complementaria se ha dotado de máscaras para el uso individual e intransferible, cada trabajador será el responsable del correcto mantenimiento y desinfección de la misma siguiendo el manual de instrucciones, esto es:

Limpieza después de cada uso; para limpieza más a fondo y desinfección, se desmontarán los componentes (incluyendo el filtro) siguiendo el manual de instrucciones y se utilizará agua tibia y el detergente higienizante DISBACT, facilitado junto con las máscaras.

Una vez limpia se dejará secar al aire, evitando la exposición a los rayos del sol.

En caso de uso compartido de las máscaras, después de cada uso se realizará SIEMPRE limpieza y desinfección.

5.2- Filtros

Los filtros se deberán de desmontar de la máscara después de cada uso y almacenar por separado. Se guardará tapado y dentro de una bolsa estanca para evitar la acumulación de polvo y pérdida de la capacidad filtrante hasta el próximo uso.

Se recomienda etiquetar la bolsa hermética siempre, para asegurar la correcta identificación y evitar en todo momento utilizar el filtro de un compañero, ya que existe la posibilidad de que estando asintomático pueda transmitir el virus.

El tiempo límite de los filtros una vez abiertos será un máximo de 6 meses, se deberán de sustituir:

- Si el trabajador tiene alguna infección respiratoria.
- Tras superar los límites de concentración y tiempo establecidos en el manual.
- Si durante el uso se percibe olor o sabor al contaminante.
- Alcanzar la fecha límite de caducidad

No requieren mantenimiento.

5.3.-Equipo de respiración autónoma

Después de cada utilización se procederá a limpiar y desinfectar el equipo:

- Limpieza:

Se limpiará la máscara con agua tibia y un detergente suave (pH neutro), aclarado a fondo bajo el grifo con agua limpia y tibia.

- Desinfección: Si existe disponibilidad de suministros se utilizará el agente desinfectante Incidin:
 - Preparar el desinfectante disolviéndolo en agua (max. 30°C) con la concentración indicada (5-7,5ml/l)
 - Sumergir la máscara por completo de manera que permanezca impregnada uniformemente durante todo el tiempo de actuación.
 - Aclarar en profundidad con agua limpia y tibia. Para concluir el aclarado, sumergir la máscara en agua limpia y tibia durante 12 minutos.
 - Dejar secar al aire, evitando la exposición solar.

5.4.- Guantes desechables

Como medida complementaria se recomienda el uso de guantes en los siguientes casos:

- Para realizar las tareas de limpieza y desinfección.
- Toma de muestras, manipulación del agua tratada (análisis de cloro, pH, turbidez, etc)
- Para manipular algún objeto, material o superficie que podría estar contaminado.

Para que cumplan su función como medida de prevención es necesario tener en cuenta lo siguiente:

- Aunque se usen guantes, sigue siendo necesaria la higiene de manos, debiendo lavarse antes y después de usar el guante.
- No podrán ser lavados ni reutilizados.
- Deben de ser utilizados cuando sea necesario y el tiempo imprescindible, el abuso de los mismo confiere falsa seguridad aumentando la contaminación cruzada.

- Deberán de ser sustituidos si se cambia de actividad o procedimiento (limpieza de superficies a una toma de muestras) y en caso de rotura, perforación o posible contaminación por llevarse las manos a la cara, estornudar, etc.

Retirada del guante

Es importante retirarse los guantes de forma correcta, para que no exista una posible contaminación hacia el trabajador:



Pellizcar por el exterior
del primer guante



Retirar sin tocar la parte
interior del guante



Retirar el guante en su
totalidad



Recoger el primer guante
con la otra mano



Retirar el segundo guante
introduciendo los dedos
por el interior



Retirar el guante sin tocar
la parte externa del
mismo



Retirar los dos guantes en
el contenedor adecuado

6.-USO DEL VEHÍCULO

Aunque según las medidas organizativas establecidas en el Decreto 18/2020, de 15 de marzo por el que se fijan los servicios esenciales, se reduce al mínimo la confluencia de trabajadores en la planta, si en algún momento es necesario realizar desplazamientos con el vehículo del plan se deberá dar prioridad a ir uno sólo, y si es inevitable uno delante y otro detrás. Si lo anterior no es posible, se deberá evitar girar la cabeza y permanecer lo más separados posible. Además es recomendable llevar las ventanillas abiertas para ventilar continuamente.

En cada cambio de usuario, se hará una limpieza de las partes de contacto del vehículo (manilla de la puerta, volante, cambio de marchas, luces e intermitentes, limpiaparabrisas, salpicadero, freno de mano y cinturón) con alcohol, producto desinfectante o por medio de un bote de agua con jabón líquido, aplicándolo con papel desechable sobre las superficies de contacto referidas.



7.- ACTUACIÓN DEL TRABAJADOR ANTE UN SÍNTOMA

Ante la aparición de los primeros síntomas atribuibles:

TOS PERSISTENTE

+

MALESTAR GENERAL

+

DIFICULTAD PARA RESPIRAR

Y/O OTROS SÍNTOMAS

(DOLOR DE GARGANTA INTENSO, DOLOR DE CABEZA)

CON FIEBRE O SIN FIEBRE

El procedimiento a seguir será:

- Comunicarlo al Encargado o Servicio
- No acudir al trabajo:
 - Autoaislarse en casa.
 - Evitar el contacto con personas mayores o especialmente vulnerables.
 - Contactar con los servicios sanitarios para su diagnóstico y tratamiento llamando al 900 612 112, permaneciendo en su casa.

En el caso de confirmarse la infección por coronavirus COVID-19, el trabajador deberá informar tal circunstancia de manera inmediata a su superior jerárquico o al responsable del centro de trabajo para que éste, a su vez, curse comunicación oficial a la Dirección General, Secretaría General y al Servicio Central de Prevención.

Sin perjuicio de todo lo expuesto, se deberá mantener la necesaria coordinación, comunicación y actualización en función de la evolución de las circunstancias y de las recomendaciones de las autoridades sanitarias.

MUCHAS GRACIAS A TODOS POR VUESTRO TRABAJO Y COLABORACIÓN