

Guia de bones pràctiques en els centres de treball enfrent de la COVID-19

Davant la tornada als centres de treball dels treballadors de sectors no essencials, el Govern d'Espanya ha publicat una guia de bones pràctiques en centres de treball per prevenir els contagis de la COVID19

Guia de bones pràctiques en els centres de treball

La guia, adreçada a tots aquells treballadors d'activitats no essencials que no puguin teletreballar, recull les mesures més essencials d'higiene i distància interpersonal per aplicar abans, durant i després de l'assistència a la feina.

Com a primera mesura, si es presentés simptomatologia o s'hagués tingut contacte estret amb persones afectades pel virus, la recomanació és que no s'acudeixi al centre de treball fins que no es confirmi que no hi ha risc per a un mateix o els altres.

Per a més informació sobre les pautes d'actuació davant d'un possible cas de COVID19 podeu consultar el Canal Salut en [aquest enllaç](#).

Tampoc han de fer-ho les persones més vulnerables per edat, per estar embarassades o patir afeccions mèdiques que, en cas necessari, poden contactar amb el seu metge perquè acrediti la seva necessitat d'aïllament i que, si fos així, es considerarà a efectes laborals una situació assimilada a accident de treball per a la prestació econòmica d'incapacitat temporal.

Desplaçaments a la feina

La guia de bones pràctiques recomana afavorir el desplaçament a la feina per mitjans que no suposin l'agrupació amb més persones, garantint la distància interpersonal de 2 metres.

En cas de triar un turisme o un VTC, se n'han d'extremar les mesures de neteja i evitar que viatgi més d'una persona per cada fila de seients, mantenint la màxima distància possible entre els ocupants. En els viatges amb autobús, metro o tren, es recomana guardar la distància interpersonal amb altres viatgers i, en el cas del transport públic, la guia recomana usar una màscara higiènica, no mèdica.

Al centre de treball

Pel que fa al centre de treball, les tasques, les entrades i les sortides s'han de planificar perquè els treballadors puguin **mantenir la distància interpersonal recomanada, d'aproximadament 2 metres.**

Igualment, cal assegurar que la distància interpersonal en les zones comunes i s'han d'evitar aglomeracions de personal en aquests punts. La reincorporació a la normalitat d'aquelles activitats que comportin risc d'aglomeració s'ha de produir en últim lloc.

Quan es tracti d'empreses o establiments oberts al públic, s'hauran d'implementar mesures per minimitzar el contacte entre els treballadors i el públic:

- L'aforament màxim haurà de permetre complir amb el requisit de distància interpersonal.
- Quan sigui possible, s'habilitaran mecanismes de control d'accés en les entrades.
- Tot el públic, inclòs el que espera, ha de guardar la distància interpersonal.
- L'empresa haurà de facilitar equips de protecció individual quan els riscos no es puguin evitar o no es puguin limitar prou per mitjans tècnics de protecció col·lectiva o mitjançant mesures o procediments d'organització del treball.
- Els equips de protecció individual seran adequats a les activitats i treballs a desenvolupar.

Quan l'espai de treball no permeti mantenir la distància interpersonal en els torns ordinaris, es procurarà escalonar els horaris de treball en la mesura que sigui possible, la qual cosa també evitarà aglomeracions en el transport, i es recomana facilitar el teletreball i les reunions per videoconferència. D'aquesta forma, s'han d'evitar desplaçaments de treball que no siguin essencials i que es puguin solucionar mitjançant la trucada o la videoconferència.

Respecte a l'ús de màscares en els centres de treball, la guia assenyala que **no és imprescindible usar màscara durant la jornada laboral si el tipus de treball no el requereix i si es manté la distància interpersonal.**

Mesures organitzatives

El personal haurà d'estar informat de les recomanacions sanitàries que han de seguir de manera individual i estarà proveït dels productes d'higiene necessaris -sabó, solució hidroalcohòlica i mocadors d'un sol ús- per poder seguir les recomanacions individuals.

Diàriament s'han d'escometre tasques d'higienització reforçada amb productes autoritzats pel Ministeri de Sanitat per desinfectar que es poden consultar en [aquest enllaç](#).

Així mateix, la guia assenyala que és necessari comptar amb aprovisionament suficient de material de protecció, especialment guants i màscares, i que s'hauran d'adoptar mesures específiques per minimitzar el risc de transmissió a treballadors especialment sensibles o vulnerables, com les persones més grans de 65 anys, embarassades i persones que pateixin malalties cardiovasculars, diabetis, malalties pulmonars cròniques, càncer i immunodepressió.

Les empreses hauran de facilitar, a través dels serveis de prevenció de riscos laborals, el teletreball o unes condicions de treball de baix risc.

En cas que no sigui possible, els empleats en aquestes circumstàncies podran sol·licitar una valoració del seu facultatiu d'atenció primària.

En l'àmbit de seguretat laboral, s'aconsella realitzar un pla de contingència identificant el risc d'exposició al virus de les diferents activitats i adoptant mesures de protecció en cada cas, així com protocols per a la protecció de la plantilla i dels empleats que manifestin símptomes.

Recomanacions als treballadors

La guia recomana als treballadors, a més de mantenir la distància interpersonal de 2 metres, evitant per tant salutacions pròximes, que evitin, en la mesura que sigui possible, l'ús compartit d'equips. En cas que sigui necessari compartir-los, s'han d'augmentar les mesures de precaució, desinfectant-los abans d'usar-los si és possible.

Si no ho és, cal rentar-se les mans immediatament després del seu ús en la manera recomanada que es [pot consultar aquí](#).

La guia recomana no tocar-se els ulls, el nas i la boca, així com rentar-se de forma freqüent les mans amb aigua i sabó, almenys durant 40 segons, o amb una solució hidroalcohòlica. És especialment important rentar-se després de tossir o esternudar o després de tocar superfícies potencialment contaminades.

En cas de tossir o esternudar, es recorda la recomanació de cobrir el nas i la boca amb la part interna del colze o un mocador d'un sol ús, i llençar-lo a una galleda d'escombraries que compti amb tancament.

Mesures d'higiene en el centre de treball

La guia aconsella la ventilació periòdica en les instal·lacions almenys de manera diària i per espai de cinc minuts.

Per ajudar a la bona renovació de l'aire i fer-ho de manera habitual, és recomanable reforçar la neteja dels filtres d'aire i augmentar el nivell de ventilació dels sistemes de climatització.

És convenient reforçar les tasques de neteja en totes les estances, amb especial incidència en superfícies, especialment aquelles que es toquen amb més freqüència com finestres o poms de portes, així com tots els aparells d'ús habitual pels empleats, des de comandaments de maquinària a taules i ordinadors. En cada canvi de torn és necessari netejar l'àrea de treball usada per un empleat.

El personal de neteja assignat a aquestes tasques ha de tenir una correcta protecció, realitzant totes les tasques amb màscara i guants d'un sol ús, a més de disposar dels detergents habituals, perquè són suficients, encara que també es poden contemplar la incorporació de lleixiu o altres productes desinfectants a les rutines de neteja, sempre en condicions de seguretat.

Igualment, una vegada finalitzada la neteja, i després de treure's els guants i la màscara, és necessari que el personal de neteja realitzi una completa higiene de mans, amb aigua i sabó, de com a mínim 40-60 segons.

Els uniformes de treball o similars, seran embossats i tancats, i es traslladaran fins al punt on es faci la seva rentada habitual, i es recomana una rentada amb un cicle complet a una temperatura d'entre 60 i 90 graus.

Gestió dels residus en els centres de treball

La gestió dels residus ordinaris es continuarà realitzant de la manera habitual, respectant els protocols de separació de residus.

Es recomana que els mocadors d'un sol ús que el personal empri per a l'eixugat de mans o per al compliment de l'etiqueta respiratòria siguin rebutjats en papereres o contenidors protegits amb tapa i, si pot ser, accionats per pedal.

Tot material d'higiene personal -màscares, guants de làtex, etc.- s'ha de dipositar en la fracció resta (agrupació de residus d'origen domèstic que s'obté una vegada efectuades les recollides separades).

En cas que un treballador presenti símptomes mentre es trobi en el seu lloc de treball, caldrà aïllar el contenidor on hagi dipositat mocadors o altres productes usats. Aquesta bossa d'escombraries haurà de ser extreta i col·locada en una segona bossa d'escombraries, amb tancament, per al seu dipòsit en la fracció resta.

[Després d'anar a la feina](#)

En tornar del centre de treball als seus domicilis, els treballadors i treballadores hauran de cuidar les distàncies i les mesures d'higiene en la llar, màximament si conviuen amb persones de grups de risc.

Per a més informació, [podeu consultar la guia aquí](#)

A Grup Cànovas estem al vostre costat per ajudar-vos en el que calgui. Nosaltres ens encarreguem de fer-vos-ho fàcil, perquè no tingueu maldecaps ni us hàgiu de moure de casa.

Pots contactar amb el teu assessor habitual mitjançant el mail o a info@canovas.net

Girona, 11 d'abril de 2020